

Tamizaje del estado nutricional y los patrones de alimentación en los internos de la Fundación Universitaria San Martín (FUSM), sede Pasto, 2024

Screening of nutritional status and eating patterns in inmates at the Fundación Universitaria San Martín (FUSM), Pasto campus, 2024

Lessly Gheraldy Munares Mera

Docente del Programa de Medicina, Fundación Universitaria San Martín. Pasto, Colombia.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-7124-9423>.

E-mail: lessly.munares@sanmartin.edu.co.

CvLAC: https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0001847848

Ana Isabel Vallejo

Docente del Programa de Medicina, Fundación Universitaria San Martín. Pasto, Colombia.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2125-5489>.

E-mail: ana.vallejo@sanmartin.edu.co.

CvLAC: https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0001452507

Jairo Geoffrey Gómez

Docente del Programa de Medicina, Fundación Universitaria San Martín. Pasto, Colombia.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4179-8242>.

E-mail: jairo.gomez@sanmartin.edu.co.

CvLAC: https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0001986560

Soraya Yanine Aguiño Yépez

Estudiante del Programa de Medicina, Fundación Universitaria San Martín. Pasto, Colombia.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-6772-6347>

E-mail: aguinosoraya@gmail.com.

Iván Darío Benavides Bolaños

Estudiante del Programa de Medicina, Fundación Universitaria San Martín. Pasto, Colombia.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7869-6806>

E-mail: ybanleyend@gmail.com.

Esteban Yamid Ceballos Anama

Estudiante del Programa de Medicina, Fundación Universitaria San Martín. Pasto, Colombia.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-5309-1065>

E-mail: estebanceballos713@gmail.com.

Declaración sobre conflictos de interés: los autores declaran que no existen conflictos de interés.

Cómo citar: Munares Mera L, Vallejo A, Gómez J, Aguiño S, Benavides I, Ceballos E. Tamizaje del estado nutricional y los patrones de alimentación en los internos de la Fundación Universitaria San Martín (FUSM), sede Pasto, 2024. Rev San Ciencias Salud. 2025; vol. 2 pag. 39-44.

Resumen

Introducción

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la influencia hábitos alimentarios en los estudiantes de internado rotatorio de la Fundación Universitaria San Martín (FUSM), sede Pasto, en el año 2024, considerando sus causas y posibles repercusiones en la salud y en el rendimiento académico.

Objetivos

El trabajo tuvo como propósito general evaluar el estado nutricional y los patrones alimentarios de los estudiantes de internado rotatorio de la FUSM. De manera específica, se planteó describir las características sociodemográficas, medir el estado nutricional, establecer los hábitos alimentarios y la relación con el índice de masa corporal (IMC) en los estudiantes de internado rotatorio.

Método

Se llevó a cabo un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal con una muestra de 87 estudiantes. Se utilizó un modelo observacional descriptivo y transversal y se aplicó un formulario diseñado por los autores de la investigación para recolectar información sociodemográfica, patrones alimentarios y estado nutricional.

Resultados

Del total de participantes, el 55,2 % correspondió a mujeres, con una mediana de edad de 24 años. El 6,9 % de los estudiantes combinaba trabajo y estudio. Según el índice de masa corporal (IMC), el 63,2 % de los internos presentó un IMC anormal, y el 36,8 % mostró sobrepeso u obesidad.

Conclusión

Se identificaron patrones alimentarios inadecuados y dificultad para mantener horarios regulares de alimentación, lo que se asocia con la presencia de sobrepeso y obesidad. Estos hallazgos resaltan la necesidad de promover estrategias de autocuidado y estilos de vida saludables.

Palabras claves: conducta alimentaria; índice de masa corporal; estado nutricional.

Abstract

Introduction

The present study aimed to determine the influence of eating habits on rotating boarding students at the Fundación Universitaria San Martín (FUSM), Pasto campus, in 2024, considering their causes and possible repercussions on health and academic performance.

Objectives

The general purpose of this study was to evaluate the nutritional status and eating patterns of rotating boarding students at FUSM. Specifically, it was proposed to describe the sociodemographic characteristics, measure nutritional status, establish eating habits and their relationship with body mass index (BMI) in rotating boarding students.

Method

A quantitative, descriptive, and cross-sectional study was carried out with a sample of 87 students. A descriptive and cross-sectional observational model was used. A form designed by the authors of the research was applied to collect sociodemographic information, dietary patterns, and nutritional status.

Results

Of the total participants, 55,2 % were women, the median age was 24 years, and 6,9 % of the students combined work and study. According to the body mass index (BMI), 63,2 % of the inmates had an abnormal BMI, and 36,8 % were overweight or obese.

Conclusion

Inadequate eating patterns and difficulty maintaining regular eating schedules were identified, which is associated with the presence of overweight and obesity. These findings highlight the need to promote self-care strategies and healthy lifestyles.

Keywords: feeding behavior; body mass index; nutritional status.

Introducción

Este estudio se propuso evaluar el estado nutricional y los patrones alimenticios de los estudiantes de internado rotatorio de la Fundación Universitaria San Martín (FUSM), sede Pasto, con el fin de generar recomendaciones orientadas a la promoción de hábitos alimenticios saludables durante su etapa formativa. En el marco de esta investigación se formuló la hipótesis de que existe una relación entre los hábitos alimentarios y la presencia de un índice de masa corporal (IMC) anormal en estudiantes del internado de medicina de la FUSM.

Los hábitos alimentarios de los estudiantes de medicina, influenciados por sus intensas jornadas académicas, tienden a seguir patrones específicos de alimentación¹, los cuales pueden ser saludables o perjudiciales, dependiendo de factores como el tiempo disponible, el nivel de estrés y el acceso a opciones de comidas saludables². Diversos estudios han evidenciado que durante la juventud, especialmente en la vida universitaria, se incrementa el consumo de alimentos ultraprocesados y de preparación rápida, asociados con un mayor riesgo de problemas nutricionales y enfermedades crónicas no transmisibles²⁻⁴.

Este cambio en los hábitos suele estar relacionado con la transición hacia un estilo de vida más independiente, que incluye mudarse del hogar o iniciar estudios en ciudades diferentes. Estas circunstancias influyen directamente en la alimentación, especialmente en estudiantes con exigencias académicas y emocionales elevadas, como es el caso de quienes cursan el internado rotatorio de medicina^{2,5,6}.

En este contexto, resulta pertinente implementar estrategias que permitan evaluar el estado nutricional de esta población. El tamizaje nutricional se ha consolidado como un método confiable y eficiente para identificar personas con riesgo nutricional, incluso si aparentan estar sanas^{7,8}. El concepto de tamizaje nutricional empleado en este estudio se fundamenta en herramientas validadas como el Mini Nutritional Assessment (MNA), que posibilita identificar de forma temprana riesgos nutricionales aun en personas clínicamente estables. Esta herramienta permite detectar alteraciones alimentarias que podrían pasar desapercibidas y orientar intervenciones oportunas que prevengan consecuencias a mediano y largo plazo^{6,8}.

Mejorar los hábitos alimentarios de los futuros médicos tiene un doble impacto: protege su salud y fortalece su rol como promotores de estilos de vida saludables ante sus pacientes y comunidades. Fomentar una cultura de autocuidado desde la formación médica contribuye al desarrollo de profesionales más conscientes, empáticos y coherentes con la atención en salud integral⁹.

Métodos

Esta investigación se desarrolló bajo un enfoque positivista, con un diseño cuantitativo y un modelo observacional descriptivo y transversal. Para la recolección de datos, se aplicó una encuesta estructurada a los estudiantes del internado rotatorio de la FUSM, sede Pasto. La población de referencia correspondió a los 87 estudiantes registrados en la plataforma universitaria, con una permanencia mínima de tres meses de internado. A todos ellos se los contactó y se les socializó el objetivo del estudio, así como las limitaciones y beneficios. De este grupo, 73 estudiantes aceptaron participar

de manera voluntaria tras diligenciar el consentimiento informado, constituyendo así la muestra final para el análisis.

La encuesta fue diseñada por los autores e incluyó variables sociodemográficas, hábitos alimentarios, condiciones de descanso y autopercepción de salud. El instrumento fue sometido a revisión de contenido por expertos en nutrición con experiencia en aplicación de instrumentos de medición nutricional, seguimiento a cortes y política pública en seguridad alimentaria y nutricional. Adicionalmente, se realizó una prueba piloto al 10 % de estudiantes con características similares a los participantes, con el fin de verificar la comprensión de las preguntas, estimar el tiempo de aplicación y asegurar precisión y confiabilidad del instrumento.

Una vez se contó con el 100 % de información recuperada, se procedió a depurar y procesar la base de datos creada en Excel, donde se evaluó la completitud de los datos, identificando y corrigiendo valores faltantes o inconsistentes según las definiciones operativas de las variables. Posteriormente, se aplicaron criterios de exclusión como eliminación de casos duplicados o con información incompleta. Se corrigieron los errores de digitación y se validaron las variables numéricas y categóricas.

El análisis estadístico de los datos se realizó con SPSS, versión demo. Se realizó un análisis univariado: las variables cuantitativas con distribución no normal se describieron mediante mediana y rango intercuartílico (RIC), mientras que las cualitativas se resumieron en tablas de frecuencia absoluta y relativa. Para establecer la relación IMC anormal y hábitos alimenticios, se calculó Pearson obteniendo el valor de P, al igual que el cálculo de Odds Ratio (OR) con intervalos de confianza al 95 %. La elección de OR se justifica por tratarse de un estudio transversales con variables categóricas.

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la FUSM (código PYI-2024-006), cumpliendo con los requisitos institucionales y con los principios establecidos en el artículo 11 de la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia, declarando la investigación con riesgo mínimo.

Resultados

Se incluyó un total de 87 estudiantes, de los cuales el 44,8 % correspondió a hombres y el 55,2 % a mujeres. La mediana de edad fue de 24 años (RIC: 23-25), la edad máxima registrada de 37 años en mujeres y 34 años en los hombres. Al categorizar a los participantes por ciclo vital, el 85,1 % de los participantes correspondió a población joven, y el 14,9 % a población adulta. Estos hallazgos son consistentes con estudios previos, como el de Maza et al., quienes también reportaron una población predominantemente joven en sus investigaciones.

Respecto a las condiciones académicas y laborales, el 6,9 % de los estudiantes combinaba estudio y trabajo, mientras que el 93,1 % solo estudiaba. El Hospital Universitario Departamental de Nariño concentró la mayor proporción de internos (39,1 %), seguido de la ESE Pasto Salud (16,1 %), con una distribución heterogénea según la institución de prácticas.

En relación con el estado nutricional, el 51,7 % de los internos registró un peso dentro de los rangos normales,

mientras que el 46 % tenía sobrepeso. Este hallazgo resulta relevante, ya que la mayoría de los estudiantes calificó su alimentación como regular (49,4 %) y no saludable (67,1 %). Esta percepción se relaciona con el consumo de productos procesados y una baja ingesta de frutas y verduras. Además, el 88,2 % de los participantes refirió alta frecuencia de consumo de carbohidratos.

En cuanto al descanso, el 83,9 % de los internos dormía menos de cinco horas diarias. Aunque solo el 27,6 % refirió limitaciones para conseguir alimentos, el 67,8 % indicó no contar con horarios establecidos para comer. Asimismo, la mayoría no preparaba sus propios alimentos y consumía enlatados con frecuencia. Por otra parte, el 72,4 % percibió un consumo bajo de sal.

El análisis del índice de masa corporal (IMC) evidenció que el 63,2 % tenía un IMC normal, y el 36,8 % presentaba un IMC anormal (sobrepeso u obesidad). Se identificó una mayor frecuencia de IMC anormal en quienes reportaron un consumo elevado de carbohidratos, con una razón de probabilidades (ORc) de 4,32. Sin embargo, este resultado no alcanzó significancia estadística, lo cual sugiere que, aunque el intervalo de confianza fue amplio, con tendencia a la asociación, se requiere un mayor tamaño muestral o estudios adicionales que permitan confirmar esta posible relación.

Además, se observaron ORc mayores a 1 en variables como el bajo consumo de verduras, el descanso insuficiente, el consumo de sal, la falta de preparación de alimentos y limitaciones para conseguir comida, lo que indica un posible aumento en la probabilidad de presentar un IMC anormal, como se evidencia en la Tabla 1.

Tabla 1: análisis bivariado, hábitos alimentarios y la relación con el índice de masa corporal en los estudiantes de internado rotatorio de la FUSM, sede Pasto

Variable	Categoría	IMC Normal n (%)	IMC Anormal n (%)	ORc	IC95 %	p Valor
Sexo	Hombre	20 (36,4)	19 (59,4)	0,384	0,160 - 0,956	0,037
	Mujer	35 (63,6)	13 (40,6)			
Limitación para conseguir alimentos	Si	13 (23,6)	11 (34,4)	1,688	0,649 - 4,414	0,28
	No	42 (76,4)	21 (65,6)			
¿Cuenta con espacio para alimentarse?	Si	48 (87,3)	25 (78,1)	0,522	0,164 - 1,651	0,28
	No	7 (12,7)	7 (21,9)			
¿Tiene horarios establecidos para comer?	Si	36 (65,5)	23 (71,9)	0,742	0,287 - 1,917	0,538
	No	19 (34,5)	9 (28,1)			
¿Prepara su propia comida?	Si	40 (72,7)	25 (78,1)	1,042	0,395 - 2,760	0,601
	No	15 (27,3)	7 (21,9)			
¿Consumo altas cantidades de sal?	Si	32 (58,2)	21 (65,6)	1,33	0,508 - 3,486	0,58
	No	23 (41,8)	11 (34,4)			
Horas de descanso	< 5 horas	36 (65,5)	22 (68,8)	1,939	0,751 - 5,003	0,472
	> = 5 horas	19 (34,5)	10 (31,2)			
Carbohidratos	Si	42 (76,4)	30 (93,8)	4,32	0,862 - 21,692	0,057
	No	13 (23,6)	2 (6,3)			
Grasas	Si	22 (40,0)	21 (65,5)	0,718	0,308 - 1,671	0,141
	No	33 (60,0)	11 (34,4)			
Enlatados	Si	29 (52,7)	22 (68,8)	1,994	0,757 - 5,287	0,159
	No	26 (47,3)	10 (31,2)			
Azúcares	Si	29 (52,7)	22 (68,8)	1,598	0,633 - 3,543	0,157
	No	26 (47,3)	10 (31,2)			
Proteínas	Si	42 (76,4)	11 (34,4)	0,455	0,034 - 3,418	0,617
	No	13 (23,6)	21 (65,6)			
Frutas y verduras	Si	44 (80,0)	1 (3,1)	0,229	0,065 -	0,961

Fuente: elaborado propia.

De acuerdo a la tabla anterior (Tabla 1) que presenta los resultados del análisis bivariado entre los hábitos alimentarios y el índice de masa corporal, se identificó una relación estadísticamente significativa entre el sexo y el IMC ($P=0,037$). Los hombres presentaron una mayor proporción de valores anormales de IMC.

Discusión

Este estudio se realizó con el fin de determinar el estado nutricional y los patrones de alimentación que presentan los estudiantes de internado rotatorio de la FUSM, sede Pasto. Se identificó que una proporción considerable presentaba sobrepeso u obesidad (36,8 %) en relación con hábitos alimentarios percibidos como inadecuados, alto consumo de carbohidratos, baja ingesta de frutas y verduras y horarios de alimentación desestructurados.

Si bien la mediana de edad de la población fue de 24 años, en las mujeres se observó una edad máxima de 37 años. Este hallazgo es similar a lo reportado por Maza et al.² y Miranda³, quienes informaron una edad media de 22,4 años para toda la muestra, aunque con diferencias en la edad máxima, ya que en el estudio sobre hábitos alimentarios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios alcanzó los 30 años.

La mitad de los internos, que corresponde a un 51,7 %, presentó un peso normal, mientras que una parte significativa se clasificó con sobrepeso y obesidad tipo 1. Este resultado sugiere que los hábitos y patrones de alimentación no son adecuados, ya que la mayoría calificó sus hábitos alimentarios como regular (49,4 %). Estos hallazgos coinciden con lo reportado en investigaciones previas, como la de Vargas y Becerra¹⁰, quienes analizan el estado nutricional y los hábitos de alimentación en la población de estudiantes de medicina que están cursando su internado rotatorio. Resultados similares se observaron en la Universidad de Tacna, en Perú, donde el 26 % de los estudiantes de medicina presentaba sobrepeso, el 14 % obesidad y el 60 % mantenía un peso normal¹¹.

Al ampliar el análisis de Vargas y Becerra¹⁰, se observó que los universitarios presentaban un aumento de peso promedio sin cambios significativos en la talla. Aunque la mayoría consumía las tres comidas principales, algunos omitían meriendas u onces; por lo tanto, este patrón podría estar relacionado con el aumento del consumo de ciertos alimentos, como productos enlatados, carnes y jugos, acompañado a su vez de una baja ingesta de frutas y verduras^{2,5,6}. De este modo, se concluye que el cambio en la calidad de la dieta, más que en la cantidad de alimentos o comidas, podría contribuir al sobrepeso y la obesidad, situación no distante a lo observado el presente estudio.

Otro estudio relevante es el de J. Smith Torres-Roman et al.¹² que establece que el sobrepeso y la obesidad en el sexo masculino se asocian con un menor tiempo dedicado al consumo de las comidas principales, comer fuera de casa y el consumo tanto de alcohol como de tabaco ($RPc=2,87$). Asimismo, concluye que la prevalencia global de obesidad en adultos aumentó de 3,2 % a 10,8 % en hombres, y de 6,5 % a 14,9 % en mujeres.

Por otro lado, el estudio de Caballero Cáceres¹³ destaca que factores como el consumo de alcohol y de tabaco se correlacionan con un mayor riesgo de sobrepeso y obesidad.

Aspectos que no se evidenciaron en la presente investigación, pero podrían ser relevantes para entender mejor las diferencias en el estado nutricional entre los internos.

Uno de los aspectos importantes y diferentes señalados en estudios previos, como el de Arroyo Sánchez et al.,¹⁴ es la percepción de los estudiantes sobre la insuficiencia de la formación en nutrición recibida durante su proceso académico como estudiantes de medicina. La mayoría de los estudiantes mostraron una actitud positiva hacia la importancia de la nutrición, pero sus conocimientos en esta área eran limitados. Se observó un déficit en la educación nutricional como factor de riesgo que contribuye a la falta de hábitos alimentarios saludables, lo que generó negativamente un mal estado nutricional en los estudiantes de medicina.

La relación entre los hábitos alimentarios de los estudiantes que viven solos y aquellos que residen con sus familias pone de manifiesto la necesidad de fomentar prácticas de alimentación saludables. Si bien la mayoría de los estudiantes reporta consumir desayuno y presenta una ingesta elevada de lácteos y verduras, se observa un bajo consumo de frutas y una limitada variedad de carnes. Estos aspectos evidencian áreas de mejora en su alimentación, a diferencia de los hallazgos obtenidos en este estudio^{4,15,16}.

Se identificaron además factores adicionales, como el consumo de verduras, sal, azúcar y horas de descanso, que aumentan la probabilidad de alteraciones en el IMC. El consumo frecuente de alimentos ultraprocesados, el exceso de sal y azúcares añadidos, así como la reducción en las horas de sueño, se han asociado con un mayor riesgo de sobrepeso y obesidad. Por ello, se destaca la pertinencia de mantener una alimentación balanceada y hábitos saludables en la etapa de internado médico de la FUSM^{17,18}.

Desde un enfoque teórico, los resultados pueden ser comprendidos bajo el modelo de determinantes sociales de la salud propuesto por la OMS¹⁹, al evidenciar que las condiciones laborales, académicas y estructurales del internado pueden afectar negativamente las decisiones alimentarias y el bienestar de los estudiantes. No obstante, los objetivos del estudio no estuvieron orientados a medir dichos determinantes, por lo que resulta fundamental profundizar en aspectos como conductas familiares y patrones culturales asociados al estado nutricional. Por otra parte, la teoría del comportamiento planificado explica cómo la actitud, el control percibido y las normas sociales condicionan la intención de mantener una alimentación saludable, mientras que el modelo de creencias de salud sugiere que la baja percepción de riesgo y la limitada formación nutricional reducen la motivación para adoptar hábitos saludables^{20,21}.

Finalmente, el tamizaje nutricional se mostró como una herramienta clave para detectar riesgos nutricionales en los internos, lo que subraya la necesidad de implementar intervenciones oportunas orientadas a promover la salud y prevenir enfermedades metabólicas y cardiovasculares. Estas acciones no solo beneficiarían el estado físico del estudiante, sino también su rendimiento académico. Se recomienda, por tanto, fortalecer estrategias de promoción y prevención encaminadas a favorecer hábitos alimentarios saludables y actividad física en los internos. Así mismo, es menester explorar investigaciones de corte cualitativa o mixta que permitan comprender experiencias, saberes y tradiciones culturales que influyen en los estilos de vida de los estudiantes de medicina durante el internado^{22,23}. Lo an-

terior se comprende al considerar que la FUSM recibe estudiantes de municipios aledaños Pasto, o provenientes de otras regiones del país, con patrones, costumbres y/o tradiciones alimentarias distintas.

Financiación

Este estudio hace parte del macroproyecto profesoral de la FUSM "Modelo tecnológico de pautas nutricionales a partir del contexto epidemiológico y de determinantes sociales en salud del estado nutricional en infantes y jóvenes", aprobado en la V convocatoria San Martín Investiga. Asimismo, los autores declaran que no existe conflicto de intereses en la realización ni en la publicación de este estudio.

Referencias

1. Organización Mundial de la Salud datos y cifras Malnutrición [Internet]. [citado 6 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
2. Maza Avila FJ, Caneda-Bermejo MC, Vivas-Castillo AC. Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura: Psicogente. 2022;25(47):1-31.doi:10.17081/psico.25.47.4861
3. Yaguachi Alarcón RA, Reyes López MF, González Narváez MA, Poveda Loo CL. Patrones alimentarios, estilos de vida y composición corporal de estudiantes admitidos a la universidad. Nutr Clínica Dietética Hosp. 2020;40(2):173-80. doi:10.12873/402yaguachi.
4. Ruiz Molina M, Duque Paramo MC. Prácticas alimentarias de estudiantes universitarios que viven en condición de migración estudiantil en la ciudad de Bogotá D.C [Internet]. Pontificia Universidad Javeriana; 2020 [citado 6 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/16705>
5. González-Difariné Y, et al. Índices antropométricos, actividad física y patrones alimentarios en estudiantes de nutrición y dietética de universidades colombianas, 2017-2018. J Clin Med. 2024.
6. Romero-Arrieta L, Echeverría-Polo G, Bielostosky J, Becerra-Enríquez J, Sarmiento-Rubiano LA. Desperdicio de alimentos derivado del consumo en estudiantes universitarios. Rev Nutr Clínica Metab. 2023;7(2):32-42.
7. Rivas Acosta H, Vedrenne-Gutierrez F, Fuchs Tarlovsky V. Métodos de tamizaje nutricional en el paciente adulto hospitalizado: una revisión de la literatura. Rev Nutr Clínica Metab [Internet]. 2023 [citado 6 de mayo de 2025];6(4). Disponible en: <https://revistanutricionclinica-metabolismo.org/index.php/nutricionclinicametabolismo/article/view/547>
8. Reber E, Gomes F, Vasiloglou MF, Schuetz P, Stanga Z. Nutritional Risk Screening and Assessment. J Clin Med. 2019;8(7):1065.
9. Blanquicett R, González DF. Patrones alimentarios en estudiantes universitarios de Bogotá. Inge Libre. 2023;20:15-28.Universidad del Norte. Variaciones en el patrón de consumo alimentario después del ingreso a la educación superior en estudiantes de medicina entre 18 y 26 años. Barranquilla: Universidad Del Norte; 2014.
10. Deossa Restrepo GC, Segura Buján MV, Res-

trepo Betancur LF. Evaluación del estado nutricional y estilo de vida en universidades de Nutrición y Dietética de México y Colombia [Internet]. Rev Habanera Cienc Méd. 2021;20(4):e2929. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10495/35859>

11. Mamani-Barrueta AJ, Ticona-Vidal RA, Maquera-Quispe LF, Huiza-Cutipa LX. Estado nutricional de ingresantes a medicina humana de una universidad pública peruana antes y durante la pandemia por COVID-19. Rev Médica Basadrina. 2022;16(1):43-52.

12. Torres-Roman JS, Helguero-Santín LM, Bazarlar-Palacios J, Avilez JL, Dávila-Hernández CA. Sobre peso y obesidad en estudiantes de medicina; ¿Un nuevo reto al sistema de salud peruano? Salud Pública Méx. 2017;59(3):207.

13. Estado nutricional y preferencias alimentarias de estudiantes universitarios en Bogotá [en prensa]. Rev Nutr Comunitaria. 2024.

14. Arroyo-Sánchez A. Nutrición en la educación médica: Estudio transversal en una universidad de Perú. Rev Chil Nutr. 2022;49(4):443-50.

15. Vélez JFG, Cruz MCG, Martínez VG, Marmolejo ESR, Dictto LCR. Diferencias de los hábitos alimenticios en estudiantes del área de la salud que residen solos y estudiantes que residen con su núcleo familiar. [Internet]. Tulua: Universidad Central del Valle del Cauca; [Citado 6 de mayo 2025] Disponible en: <https://repositorio.uceva.edu.co/bitstream/handle/20.500.12993/3934/Diferencias%20de%20los%20h%C3%A1bitos%20alimenticios%20en%20estudiantes%20del%20%C3%A1rea%20de%20la%20salud%20que%20residen%20solos%20y%20estudiantes%20que%20residen%20con%20su%20n%C3%BAcleo%20familiar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

16. Jamaica Mora LY. Hábitos alimentarios y consumo de nutrientes de estudiantes de primer año de la carrera de Medicina de la Universidad Nacional de La Plata - 2012 [Internet] [Tesis de maestría]. La Plata: Universidad Nacional de La Plata; 2017 [citado 6 de mayo de 2025]. Disponible en: <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/62840>

17. Luk AOY, Ke C, Lau ESH, Wu H, Goggins W, Ma RCW, et al. Secular trends in incidence of type 1 and type 2 diabetes in Hong Kong: A retrospective cohort study. Basu S, editor. PLOS Med. 2020;17(2):e1003052.

18. Ríos-Reyna C, Castillo-Ruiz O, Díaz-Ramírez G, Almanza-Cruz O, Vázquez-Nava F, Alemán-Castillo SE. Efecto de una intervención nutricional en el consumo de alimentos en escolares de educación básica de Reynosa, Tamaulipas, México. Arch Latinoam Nutr. 30 de octubre de 2022;72(3):154-62.

19. Organización Mundial de la Salud. Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud. Subsana las desigualdades en una generación: alcanzar la equidad sanitaria actuando sobre los determinantes sociales de la salud. Ginebra: OMS; 2009.

20. Ajzen I. The theory of planned behavior. Organ Behav Hum Decis Process. 1991;50(2):179-211. doi: 10.1016/0749-5978(91)90020-T

21. Rosenstock IM, Strecher VJ, Becker MH. Social learning theory and the Health Belief Model. Health Educ Q. 1988;15(2):175-183.

22. Lecube A, Monereo S, Rubio MÁ, Martínez-de-Icaya P, Martí A, Salvador J, et al. Prevención, diagnóstico y

tratamiento de la obesidad. Posicionamiento de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad de 2016. Endocrinol Diabetes Nutr. 2017;64:15-22.

23. Rosales-Ricardo Y, Cordovéz-Macias S, Fernández-Vélez Y, Álvarez-Carrión S. Estado nutricional y actividad física en estudiantes universitarios. Una revisión sistemática. Rev hil Nutr. 2023;50(4):445-56.