



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA**

TEMA:

**Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos
de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de
febrero a abril del 2024.**

AUTORES:

**Herrera Martínez, Carolina Lissette
Rodríguez Pisco, Joan Xavier**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADA/O EN ENFERMERÍA**

TUTORA:

LCDA. ROSA ELVIRA MUÑOZ ACUPIÑA

Guayaquil, Ecuador

02 de mayo del 2024



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación, fue realizado en su totalidad por **Herrera Martínez, Carolina Lissette y Rodríguez Pisco, Joan Xavier**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciada/o en enfermería**.

TUTORA

**ROSA ELVIRA
MUNOZ
AUCAPINA**

Periodo de titulación por RESA
REVISOR DE TÍTULOS
Rosa Elvira Muñoz Aucapina
Licenciada en Enfermería
Código Profesional: 47172000116
Escuela Superior de Estudios Científicos
de Guayaquil, Av. 10 de Agosto 1014
S.A. L. 2010
Teléfono: 051 2538818 1830 81-0028

Lcda. Muñoz Aucapiña Rosa Elvira

DIRECTORA DE LA CARRERA

Lcda. Mendoza Vines Ángela Olvida

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del año 2024



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Herrera Martínez Carolina Lisette**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación: **Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del año 2024

LA AUTORA

Carolina Herrera

Herrera Martínez, Carolina Lisette



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Rodríguez Pisco, Joan Xavier**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación: **Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024**, previo a la obtención del título de **LICENCIADO EN ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del año 2024

EL AUTOR

Rodríguez Pisco, Joan Xavier



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Herrera Martínez Carolina Lisette**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: **Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del año 2024

LA AUTORA:

Carolina Herrera

Herrera Martínez, Carolina Lisette



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Rodríguez Pisco, Joan Xavier**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: **Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 02 días del mes de mayo del año 2024

EL AUTOR:

Rodríguez Pisco, Joan Xavier

REPORTE DE COMPILATIO



Tesis para reporte

1%
Textos sospechosos

0% Similitudes
De similitudes entre copias
De entre las fuentes mencionadas
0% Idiomas no reconocidos

Nombre del documento: Tesis para reporte.docx
ID del documento: 48f0c30d7935e9912b603110d24e5b2c05a24a
Tamaño del documento original: 222,17 kB

Depositante: Julia Yndaira Garrido
Fecha de depósito: 9/5/2024
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 9/5/2024

Número de palabras: 10.697
Número de caracteres: 71.977

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	scielo.scielo.br http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.14020.791/14995196 en 37-01-007.pdf 3 fuentes similares	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (11 palabras)
2	www.doi.org http://www.doi.org/10.3385/NH.2014.30.1.7411 3 fuentes similares	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (85 palabras)
3	Documento de otro usuario Documento provieno de otro grupo 3 fuentes similares	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (14 palabras)
4	repositorio.unm.edu.pe http://repositorio.unm.edu.pe/bitstream/handle/134884229/1/ANEXO%20de%20la%20tesis%20de%20la%20Licenciada%20en%20Educaci%C3%B3n%20Primaria%20de%20la%20UNM%202011.pdf 5 fuentes similares	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (88 palabras)
5	repositorio.unu.edu.pe http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU4268/161/INFORME%20DE%20LA%20COMISI%C3%93N%20DE%20EVALUACI%C3%93N%20DE%20LA%20TESIS%20DE%20LA%20LICENCIADA%20EN%20PSICOLOGIA%20DE%20LA%20UNU%202011.pdf 10 fuentes similares	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (42 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.unamad.edu.pe Estado Nutricional y Rendimiento Académico de los ... http://repositorio.unamad.edu.pe/handle/20.500.14020.791/14995196	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (13 palabras)
2	repositorio.unu.edu.pe http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU4268/161/INFORME%20DE%20LA%20COMISI%C3%93N%20DE%20EVALUACI%C3%93N%20DE%20LA%20TESIS%20DE%20LA%20LICENCIADA%20EN%20PSICOLOGIA%20DE%20LA%20UNU%202011.pdf	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (14 palabras)
3	Documento de otro usuario Documento provieno de otro grupo	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (13 palabras)
4	psicologiauec.cl http://psicologiauec.cl/wp-content/uploads/2022/10/CV_Fuente_Jrgen-wgn-2022.pdf	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (18 palabras)
5	repositorio.unedina.edu.pe http://repositorio.unedina.edu.pe/bitstream/20.500.12557/906/1/Nota_Tesis_Javier_2019.pdf	< 1%		1 Fuentes similares: < 1% (14 palabras)

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios quien me ha guiado en esta etapa de mi vida y me ha dado la sabiduría e inteligencia para alcanzar esta meta.

*Agradezco a mis padres, ustedes han sido siempre el motor que impulsa mis sueños y esperanzas, quienes estuvieron siempre a mi lado en los días y noches más difíciles durante mis horas de estudio. Siempre han sido mis mejores guías de vida. Hoy cuando concluyo mis estudios, les dedico este logro, como una meta más concluida. Orgullosa de haberlos elegido mis padres y que estén a mi lado en este momento tan importante.
Gracias por ser quienes son y por creer en mi*

A mi paciente tutora, Lcda. Rosa Muñoz, su orientación y apoyo han sido fundamentales en el proceso de la tesis. Su conocimiento, paciencia y compromiso han sido esenciales para mi éxito académico

Carolina Herrera

AGRADECIMIENTO

Quiero iniciar agradeciendo a Dios por mantenerme alerta y con la firme convicción de que todo lo que uno se propone en la vida, se lo hace aferrado a sus principios, se puede lograr y mantener durante el resto de mi camino. A mi tutora la Lcda. Rosa Muñoz por su paciencia, dedicación y sus valiosos consejos que me guiaron a lo largo de todo el proceso. Agradezco a mi familia, los más sacrificados en este camino que fueron mi mamá y mis hermanas, gracias por todo su amor; esto no fue fácil, sin embargo, mi familia fue mi verdadera motivación a continuar con esta lucha de superación.

Y por último a mis maestros de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil.

Joan Rodríguez Pisco

DEDICATORIA

A mis padres, Paquita y Carlos, por acompañarme en cada paso que doy en la búsqueda de ser mejor persona y profesional.

A mis hermanos, Kevin, María y Miguelito, por todo su apoyo incondicional, espero les sirva de ejemplo de todo lo que se puede lograr. A mis tíos Elena y Miguel, a mis abuelos, Paqui, Augusto y Taca Taca, que estuvieron presentes en lo largo de este camino.

A Joao, tu amor y apoyo han sido la base fundamental de no rendirme, esta tesis es tributo a la colaboración, comprensión y paciencia que me has brindado a lo largo de este viaje académico. Gracias por ser un pilar de fortaleza. Tu presencia en mi vida es un regalo invaluable. Y a mi compañero de tesis, Joan, que estuviste conmigo en los momentos de estrés y alegría durante este largo y retador camino.

Carolina Herrera Martínez

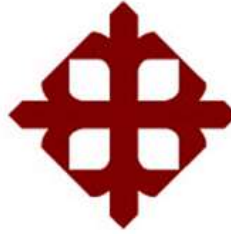
DEDICATORIA

Esta tesis va dedicada principalmente a Dios quien fue mi guía en todo este camino, me dio las fuerzas y sabiduría necesarias para confrontar las adversidades que se presentaban a diario.

A mi madre, que gracias a ella he llegado a ser una persona con valores, principios, carácter, de mucho empeño, perseverante y con coraje para seguir mis objetivos y anhelos.

A mi hermosa familia, quienes con amor supieron darme los consejos, apoyo y comprensión en los momentos más difíciles que viví durante todo este tiempo.

Joan Rodríguez



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA**

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

LCDA. ANGELA OVILDA MENDOZA VINCES
DIRECTORA DE CARRERA

LCDA.MARTHA LORENA HOLGUIN JIMENEZ
COORDINADORA DEL ÁREA DE TITULACION

DRA. MARIANA ESTELA RIOFRIO CRUZ
OPONENTE

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	2
CAPÍTULO I.....	4
1.1 Planteamiento Del Problema	4
1.2 Preguntas De Investigación	6
1.3 Justificación	6
1.4 Objetivos.....	8
1.4.1 <i>Objetivo General</i>	8
1.4.2 <i>Objetivos Específicos</i>	8
CAPITULO II.....	9
FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL.....	9
2.1. Antecedentes De La Investigación.....	9
2.2. Marco Conceptual.....	11
2.2.1. <i>Adulto joven</i>	11
2.2.2. <i>Nutrición y alimentación</i>	11
2.2.3. <i>Leyes de la alimentación</i>	12
2.2.4. <i>Comportamiento alimentario</i>	12
2.2.5. <i>Malnutrición</i>	13
2.2.6. <i>Sobrepeso y obesidad</i>	14
2.2.7. <i>Diagnostico</i>	14
2.2.8. <i>Tratamiento</i>	15
2.2.9. <i>Requerimiento nutricional</i>	15
2.2.10. <i>Estado nutricional</i>	16

2.2.11.	<i>Hábitos alimentarios</i>	16
2.2.12.	<i>Estilo de vida</i>	18
2.2.13.	<i>Conocimiento nutricional</i>	18
2.2.14.	<i>Educación Nutricional de profesionales de la salud</i>	19
2.2.15.	<i>Preferencias alimentarias</i>	20
CAPÍTULO III		24
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN		24
3.1.	Tipo de estudio	24
3.2.	Diseño del estudio	24
3.3.	Población.....	24
3.3.1.	<i>Criterios de inclusión</i>	24
3.3.2.	<i>Criterios de exclusión</i>	24
3.4.	Procedimientos para la recolección de la información	25
3.5.	Operacionalización de variables	25
3.6.	Técnicas de Procedimiento y Análisis de datos	27
3.7.	Procedimientos para garantizar aspectos éticos.....	27
CAPÍTULO IV		28
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS		28
DISCUSIÓN		36
CONCLUSIONES		38
RECOMENDACIONES		39
REFERENCIAS		40

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Requerimientos nutricionales	16
Tabla 2 Características sociodemográficas de los internos de enfermería del hospital IESS ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024	28
Tabla 3 Educación nutricional de los internos de enfermería del hospital IESS ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024	29
Tabla 4 Hábitos alimentarios de los internos de enfermería del hospital IESS ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024	30
Tabla 5 Preferencias alimentarias de los internos de enfermería del hospital IESS ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024	31

RESUMEN

Los conocimientos sobre la nutrición y alimentación son temas de gran relevancia para los internos de enfermería. Debido a que, una buena alimentación previene enfermedades, y ayuda a mantenerse activos durante la jornada laboral, brindando un servicio integral al paciente enfermo. Es por ello que, el presente trabajo de investigación establece como objetivo general determinar el conocimiento de nutrición y alimentación en internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024. Para ello, se utilizó una metodología de características descriptivas, cuantitativas, no experimental, transversal. Aplicada a 78 internos de enfermería del hospital. Entre los resultados identificados se pudo observar que, eran de género femenino en un 57,7%; entre los 20 a 25 años 30,8%; solteros 67,9%; no tiene hijos en un 59; del área de emergencias 41%. En cuanto al nivel de conocimiento sobre la nutrición y alimentación es medio en un 42,6%; y su educación nutricional es saludable en un 67,9%. Se llega a la conclusión de que, a pesar de tener unos óptimos conocimientos sus preferencias alimentarias, y hábitos alimentarios no son los ideales para la cuidar la salud.

Palabras Clave: *alimentación, nutrición, enfermería, educación nutricional, saludable, hábitos alimentarios.*

ABSTRACT

Knowledge about nutrition and food are topics of great relevance for nursing interns. Because a good diet prevents diseases, and helps to stay active during the work day, providing a comprehensive service to the sick patient. For this reason, the present research work establishes as a general objective to determine the knowledge of nutrition and eating in nursing interns at the IEES Ceibos hospital in the period from May to April 2024. To do this, a methodology with descriptive characteristics was used, quantitative, non-experimental, transversal. Applied to 78 hospital nursing interns. Among the results identified, it could be observed that 57.7% were female; between 20 and 25 years old 30.8%; single 67.9%; has no children at 59; from the emergency area 41%. Regarding the level of knowledge about nutrition and food, it is average at 42.6%; and their nutritional education is 67.9% healthy. The conclusion is reached that, despite having optimal knowledge, their food preferences and eating habits are not ideal for health care.

Keywords: *food, nutrition, nursing, nutritional education, healthy, eating habits.*

INTRODUCCIÓN

El desconocimiento de las advertencias alimentarias y nutricionales pueden ser perjudiciales para la salud, en especial para aquellos que se encuentren en la dinámica estudiantil de cualquier nivel. Esto se debe al estrés y preocupación que esta genera, aumentando la vulnerabilidad al momento de elegir comidas. En los estudiantes universitarios, es especial los de la carrera de salud se identifica que, durante su primer año consumen al menos 3 tiempos de comida. Por otro lado, a partir del sexto año el consumo de comidas rápidas, carbonatadas aumenta (1).

La Organización Mundial de la Salud menciona a la mala nutrición como un problema de salud pública mundial. Esta es causante de varias enfermedades no transmisibles (ENT) relacionadas a la alimentación e inactividad física. Una correcta alimentación previene enfermedades como obesidad, desnutrición, diabetes, hipertensión arterial, y sobrepeso (2). Las dos primeras patologías antes mencionadas, además de los malos hábitos alimenticios, sedentarismo, son causa del 80% de enfermedades cardiovasculares, 90% diabetes mellitus tipo II; y del 35% al 70% de cánceres. Esto muchas veces se debe a los entornos económicos, políticos, educativos o prácticos de la vida diaria del individuo, afectando a todas las edades, independiente al estrato socioeconómico (3). La forma de alimentarse diariamente refleja el nivel socioeconómico a lo que pertenecen, en su mayoría este se ve influenciado en creencias religiosas, publicidad, nivel académico, estado de salud, cultura culinaria, y estilos de alimentación (4).

Actualmente la presencia de estas enfermedades antes mencionadas afecta a los trabajadores debido al excesivo consumo de azúcar, sodio y grasas saturadas. Los universitarios durante su internado cumplen responsabilidades académicas, científicas y sociales, que no exigen un gasto calórico importante. Sumado a la presencia de hábitos alimenticios inadecuadas aumentan la probabilidad de tener enfermedades no transmisibles (5).

Otro factor externo que influye en los hábitos de los enfermeros internos es la falta de tiempo por los horarios, preferencias alimentarias y entorno. Recordando que el profesional desarrolla 3 rotaciones en diversos lugares a nivel nacional. La accesibilidad alimentaria dependiendo de la zona también es un factor a tomar en cuenta. Debido a la zona (rural o urbano) del enfermero internista (6).

Sin embargo, ellos debido a la falta de conocimiento acerca de la nutrición y alimentación se presenta un sobrepeso u obesidad general o localizada. Esto impide al futuro profesional en la realización de las actividades de enfermería. Entre los factores que provocan esto se encuentra: alto consumo de snacks poco saludables, carbohidratos, agua, fibra principalmente (2).

Es por ello, que en el presente estudio se plantea como objetivo general es determinar el conocimiento de nutrición y alimentación en internos de enfermería del hospital IESS ceibos en periodo de mayo a abril del 2024. El tener un conocimiento adecuado sobre la alimentación es un factor positivo para la práctica alimentaria. Debido a que, promueve mayor responsabilidad sobre la ingesta. Cuando una persona posee información importante de esto la capacidad para decidir los tiempos de comida, y horarios se ven afectados. Esto ayuda al desarrollo de la conciencia y modifica los hábitos aplicando la información presentada (7).

CAPÍTULO I

1.1 Planteamiento Del Problema

La Organización Mundial de la Salud menciona que, “los comportamientos alimentarios han sido modificados, debido al desconocimiento de una alimentación adecuada”(Pág., 230). La modernización en la sociedad ha causado cambios en los hábitos y preferencias alimentarias. Esto debido a la priorización hacia los alimentos procesados y listo para el consumo, con una densidad calórica, grasa, azúcar y sal aumentados. A su vez, esto ha provocado que, el aumento de enfermedades crónicas no transmisibles se incremente (9).

El aumento de ENT ha aumentado en los últimos tiempos, desde el 2016 el 13% de la población adulta presenta sobrepeso u obesidad. Esto en su mayor parte se debe a factores etiológicos como lo son aquellos de origen psicológico, hormonales, bioquímicos, y sociales. También se ha encontrado relación con el estilo de vida y el comportamiento alimentario. La nutrición del ser humano depende de la edad, sexo, ingreso nacional, y actividad física principalmente (10).

La Encuesta Nacional de Salud indican que Chile es uno de los países con mayor porcentaje de sobrepeso (39,8%), y obesidad (31,2%), ubicándolo en el puesto número uno del ranking en América Latina. Entre las causas identificadas es la inadecuada calidad de dieta, y hábitos alimenticios. A su vez, se afirma que, el 28,7% consume pescados y mariscos una vez por semana, y el 15% entre las edades de 30 a 64 años al menos 5 porciones de frutas al día (11)

En América Latina se estima que 600,000 personas fallecen por malos hábitos alimenticios. Es por ello que, la Organización Mundial de la Salud evidencia una relación entre esto y las enfermedades no transmisibles, además de la baja ingesta de frutas, cereales integrales, semillas y verduras. La población joven y universitaria son los que tienen mayor prevalencia a desarrollar esto por su estilo de vida variante en el tiempo de internado (12).

Los patrones de ingesta dietética representan a la ingesta alimentaria de los adultos, entre ellos se destaca los granos enteros, verduras, pescados, carnes, y productos lácteos. El saber alimentarse se encuentra asociado a la reducción de pacientes con obesidad, mejorando así la calidad de vida. El tener un conocimiento adecuado sobre la nutrición y alimentación es un factor clave para llevar una dieta saludable. Debido a que provoca cambios de actitud frente a la elección de alimentos al momento de comprar, y mejora la calidad de estos (13).

La salud en el personal de enfermería se vuelve una preocupación activa durante el internado. Esto debido a que, ellos son los encargados de realizar actividades asistenciales, investigativas y administrativas de acuerdo al nivel de atención que se encuentre. También, en este tiempo se aplicará y profundizará el conocimiento adquirido en clases, y se desarrollarán destrezas útiles para su profesión (14). Para ello es importante contar con una alimentación correcta, porque los alimentos y el aprendizaje mejora el rendimiento, previene enfermedades, y previene problemas asociados a la inadecuada alimentación(15).

En el hospital IESS ceibos se ha observado a varios internistas con sobrepeso u obesidad. Esto puede deberse a al alto consumo de snacks poco saludables para el organismo. Es decir, se identifica un consumo de calorías altas a comparación de las utilizadas. En los comedores se identifica a una serie de internista que acuden por un segundo plato de comida en las horas de almuerzo. El consumo de bebidas carbonatadas es habitual para ellos consumirlas en los horarios de atención al paciente. Esto demuestra la falta de conocimiento sobre la nutrición y alimentación que deben tener para estar en óptimo rendimiento.

La mayoría de los internos profesionales de la salud tienen hábitos alimentarios no saludables, esto pone en contexto que aprender a controlarlos puede ayudar a mejorar el estilo de vida, y asumir una responsabilidad concientizada sobre la salud y su autocuidado (16). En el Ecuador el profesional de enfermería está encargado del cuidado integral del paciente (17). A su vez, ellos presentaron sobrepeso o hipertensión en un 63%; y

obesidad 22%. Esto puede ser por la carga horaria, presión en las actividades cotidianas, y malos hábitos alimenticios (18).

Debido al problema identificado en múltiples dimensiones se ha planteado concientizar al profesional de interno de enfermería sobre las consecuencias de los malos hábitos alimentarios a largo plazo, de lo que puede suceder y cómo afecta en la salud.

1.2 Preguntas De Investigación

¿Cómo es la nutrición y alimentación en internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024?

¿Cuáles son las características sociodemográficas de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024?

¿Cómo es el estado nutricional de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el periodo de mayo a abril del 2024?

¿Cuáles son las preferencias alimentarias de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024?

1.3 Justificación

La Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que, mantener una dieta saludable, y actividad física son los principales factores para la promoción y mantenimiento de la salud. Es por ello que un cambio de estilo de vida puede mejorar las condiciones de vida, y el rendimiento dentro del trabajo (19). El profesional de enfermería se encuentra en constante contacto con el paciente enfermo, por lo que, mantener un hábito alimentario saludable ayuda a prevenir enfermedades.

El mantener un insano estilo de vida provoca ausentismo laboral, el cual es un problema significativo en las actividades diarias. Esto provoca una disminución de calidez, y calidad en la atención hospitalaria. Es ideal conceptualizar la salud, además de comprender los problemas médicos que causan los hábitos alimentarios pocos saludables (20).

Por ello es importante la educación nutricional, ya que esta proporciona una orientación adecuada sobre la manera de alimentarse. Esta además influye en la elección de los productos y consumos. También, mejora de manera indirecta a la familia, especialmente a los más pequeños, ya que ellos repiten las acciones de los adultos (21).

En la actualidad el aislamiento social ha causado alteración en el comportamiento de la vida cotidiana. A su vez, ha afectado a todos los individuos de distintas edades y etnias. Es por ello que, el Ministerio de Salud Pública (MSP) ha ideado espacios para charlas en las instituciones de 3er nivel. Estas son impartidas por el estudiante de internado, así se los obliga a investigar e indagar para prepararse y brindar información a la comunidad (22).

Los hábitos de estudio influyen en sus rendimientos académicos. El memorismo es el principal método de los estudiantes que ingresan a la universidad no teniendo en cuenta los adecuados hábitos de estudio. Se ha reconocido que los hábitos de estudio tienen implicancia en el rendimiento académico y puede ser un indicador para conocer una situación de éxito o fracaso académico. En el mismo sentido, la experiencia reconoce que un número significativo de alumnos logra resultados deficientes frente a los desafíos que la vida académica plantea, y específicamente en el nivel universitario. Esto depende al incremento de la exigencia académica, la necesidad alta de organización del trabajo académico, la mayor necesidad de dedicación al estudio o el requerimiento de altos niveles de autonomía (23).

La presente investigación beneficiara directamente al interno de enfermería, para cuando sea un profesional con los títulos y los documentos necesarios para ejercer profesionalmente. También, ayudará a la alimentación y nutrición dentro del hogar y la familia indirectamente a la comunidad. Además, este proyecto es factible debido al bajo presupuesto necesario para utilizar la encuesta, y esta concientizará a los futuros profesionales, y a nivel social ayudará a mejorar el conocimiento sobre estos temas que son de vital importancia para mejorar la calidad de vida.

1.4 Objetivos.

1.4.1 Objetivo General

- Determinar el conocimiento de nutrición y alimentación en internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar los datos socio demográficos de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024.
- Identificar la educación nutricional y los hábitos alimentarios en los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024.
- Reconocer las preferencias alimentarias en los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024.

CAPITULO II

FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes De La Investigación.

Benalcázar, (2019) establece como objetivo evaluar los cambios en la alimentación que se producen durante el internado rotativo. Para ello estableció una metodología de características descriptivas, no experimental, corte transversal, y cualitativa, con una muestra de 84 estudiantes. Entre los resultados obtenidos se pudo identificar que, en su mayoría estaba conformada por mujeres, una edad promedio de 23 años, etnia mestiza, refieren consumir 3 las tres comidas principales, rápida o chatarra, bebidas gaseosas. En cuanto a la ingesta de frutas y verduras es durante 2 a 3 veces por semana. La dieta es rica en carbohidratos y grasas principalmente, debido a su economía, accesibilidad alimentaria, y tiempo. Además, mencionan que toman menos de 3 litros de agua al día. Se llega a la conclusión de que, este estilo de vida es perjudicial para la salud a largo plazo, debido a la asociación con el sobrepeso u obesidad respectivamente. También por la presencia de gastritis, e infecciones gastrointestinales relacionados a la inocuidad alimentaria (24).

Salinas, et al. (2022) refiere como objetivo determinar los hábitos alimenticios de los estudiantes del programa de enfermería de la Universidad Antonio Nariño sede Buganviles del Municipio de Neiva. Se utilizó una metodología de tipo cuantitativo, observacional, descriptivo, corte transversal, no experimental. Los resultados reflejaron que, el tiempo de consumo de alimentos es de 15 minutos en un 43,61%; solo el 10,53% merienda, el 57,89% consume alimentos inadecuados. Se concluye que, la mala ingesta alimentaria es causada por el ingreso económico bajo que reciben mientras son estudiantes, provocando una inaccesibilidad alimentaria (25).

Abanto (2018) tiene como objetivo determinar los estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos junio 2017. Es por ello que, utilizó una metodología del tipo cuantitativo, descriptiva, de corte transversal. En los resultados se pudo

obtener que, la mayoría de muestra estaba conformada por mujeres en un 91%; en la edad de 25 a 29 años 55%; no tienen hijos 83%; refieren no tener un estilo de vida saludable en un 78%; el 72% no realiza actividad física, y el 86% se encuentra bajo estrés. Se llega a la conclusión de que, la mala alimentación presentada es debido al estrés del trabajo (26).

La autora Fernández, Betsy (27) presenta como objetivo describir los hábitos alimenticios en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, 2017. La metodología utilizada fue de característica cuantitativa, transversal, prospectivo, descriptiva y no experimental con una muestra de 130 participantes. Entre los resultados encontrados se identificó que, el 75% de la población tienen adecuados hábitos alimenticios, 25% eran inadecuados; 87% consume sus alimentos de manera adecuadas, y el 25% de manera inadecuados. En conclusión, los hábitos alimenticios en su mayoría son correctos al igual que, las preferencias, y de acuerdo a la validez según el coeficiente R de Pearson >20 y confiabilidad de kuder Richardson 0,64 es ideal para la presentación.

Según Achahui, Mirian, y Gonzáles, Rosa (28) su finalidad fue determinar el grado de asociación entre el estado nutricional y rendimiento académico de los estudiantes de la carrera profesional de enfermería. La metodología utilizada es del tipo cuantitativo, no experimental, transversal, descriptivo, correlacional, con una muestra de 100 participantes. Los resultados demuestran que, el estado nutricional se encuentra en un 41% medio, rendimiento académico 76% bueno. Se llega a la conclusión de que, el estado nutricional y rendimiento académico se encuentran correlacionados de manera significativa.

Los autores Muñoz, Juan; Córdova, Juan; y Guzmán, Crystell (29) presenta como objetivo evaluar los conocimientos básicos sobre alimentación saludable de una cohorte de egresados de una escuela de medicina. La metodología utilizada fue del tipo descriptiva, observacional, y transversal cuya muestra era de 80 participantes. Entre las respuestas destacadas se identificó que, con un promedio de 64,97 puntos de los 113 existe una relación entre dieta y enfermedad, al igual que, con las fuentes de nutrimentos. Esto ocurre por los currículos de formación son necesarios para incorporar el

proceso formativo, la formación ética asume la responsabilidad social como educador, para enfrentar la pandemia. También, es necesario innovar la metodología para el desarrollo del pensamiento individual y colectivo. Se llega a la conclusión de que, se ha vuelto necesario configurar las clases de nutrición frente al problema de pandemia debido a la alta incidencia de enfermedades no transmisibles presentes en los sistemas de salud.

2.2. Marco Conceptual

2.2.1. Adulto joven

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que el ciclo de vida del ser humano la fase adultez se clasifica en: adulto joven comprendido desde los 18 a los 35 años. Aquí se alcanza la madurez física, en donde existe cambios sexuales y el modelo psicosocial se desarrolla. La capacidad intelectual y sensorial alcanzan a un nivel de comprensión alta. Por otro lado, el adulto maduro es desde los 36 hasta los 59 años. En esta etapa se debe tomar en cuenta que, a partir de los 45 años existe decrecimiento en talla ocurrido por cambios degenerativos. También, se desarrolla una relación intrapersonal, se toma el control en plena autoridad, y voluntad de los bueno y malo (30).

2.2.2. Nutrición y alimentación

Alimentación es el acto de ingerir un alimento por parte de los organismos para proveer las necesidades alimenticias. Es fundamental para la obtención de energía y desarrollo. Su función principal es calmar el hambre, y apetito, obtener nutrientes necesarios, mantener la buena salud, fuente de placer, y señal de cultura (31).

La alimentación es importante para el ser humano, debido a que este aporta energía y nutriente para su correcto funcionamiento. Las necesidades son elevadas cuando ocurren cambios fisiológicos como aumento de peso, altura, maduración sexual, entre otros. Es por ello que, se necesita un mayor control en la alimentación con el fin de evitar o reducir las carencias ocasionales de los trastornos de la salud (32).

La incorporación de nutrientes no es necesario para el buen desempeño del organismo del ser humano. Entre los aspectos fundamentales que intervienen se encuentra el horario de alimentación, un desequilibrio de este puede causar un desencadenante ante las alteraciones metabólicas, promoviendo el sobrepeso u obesidad. El tiempo número de comidas, es un factor que mantienen el balance entre la hora y la cantidad de comidas realizadas. Los hábitos alimentarios inadecuados son recurrentes en los adultos, estos tienden a presentarse como ausencia u de un tiempo de comida, o elevada ingesta entre comidas o calorías (33).

Comer es una de las principales actividades humanas, en la que muchos factores diferentes influyen en la elección de alimentos tales como la adquisición de conductas alimentarias, estatus social, tradiciones, culturas, capacitación, nuevas tecnologías alimentarias, y otros. El principal factor que determina esta elección es el hambre, pero con las diferentes opciones disponibles, este ya no será el caso determinado por un solo factor fisiológico sino por la intervención de dos o más factores (34).

2.2.3. Leyes de la alimentación

Las leyes fundamentales de la alimentación refieren a:

- Ley de cantidad: es cuando el alimento ingerido no es suficiente para cubrir las necesidades calóricas del individuo (31).
- Ley de calidad: no se trata de ingerir cantidades excesivas de alimento, sino, de que el plato sea diverso, y el cuerpo necesita (31).
- Ley de armonía: es la ingesta de alimentos en igual porciones, para evitar una deficiencia de macro o micro nutrientes (31).
- Ley de adecuación: con el consumo de alimentos en las cantidades necesarias (31).

2.2.4. Comportamiento alimentario

Se refiere al conjunto de acciones que realiza una persona al momento de ingerir alimentos. Esta puede ser una motivación biológica, psicológica o

sociocultural. Un consumo saludable es importante para el desarrollo del buen estado de salud. Para eso se debe ingerir alimentos de manera balanceada en porciones, rutinarias, y con aportaciones altas en nutrientes (35). El comportamiento alimentario es complejo debido a que nace de la experiencia humana, aquí interviene de factores fisiológicos, psicológicos, sociales, y culturales, los cuales van más allá del hambre. Las emociones tienen un papel importante debido a la influencia en la ingesta alimentaria, también llamada alimentación emocional (36).

El cambio en el comportamiento alimentario se debe a las oportunidades producidas al momento de ingerir los alimentos, y situaciones de estrés. Esto provoca una alimentación poco saludable, rica en grasa saturada, azúcares, hidratos de carbono refinados. Causan sobrepeso, obesidad, diabetes. Ante la amenaza sufrida por el confinamiento causado por el COVID 19 ha nacido el “food craving”, es decir, alimentación emocional, que aparece ante situaciones de estrés, ansiedad, cansancio, preocupación, enojo o temor (37).

Las conductas alimentarias de riesgo son actitudes encaminadas a mantener la figura corporal. Aparecen en los adultos debido a cambios físicos y psicológicos. Entre los trastornos mentales se distinguen a pica, alteración por rumiación, evitación o restricción de ingesta, anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, y atracones. Estos se presentan por el deseo intenso de querer adelgazar, usando practicas poco convencionales. La causa es desconocida, sin embargo, intervienen factores genéticos, biológicos, psicológicos, familiares, y socioculturales (37).

2.2.5. Malnutrición

Nace como respuesta a una ingesta deficiente o enfermedades infecciosas q producen desnutrición. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la desnutrición como un estado proteico que, aparece por el consumo escaso de alimentos, y una ingestión de energía disminuida por los requerimientos en periodos largos. Para prevenir esta patología es necesario tener cuidado en las siguientes etapas de crecimiento; embarazo, nacimiento, de 0 a 6 meses, y de 6 a 24 meses de edad. Entre las acciones de prevención se encuentra aportar vitaminas, y minerales entre hierro, ácido fólico, vitamina A, zinc, y

yodo. También, es necesario fomentar la lactancia materna temprana, y exclusiva hasta los 5 meses de edad, y la complementaria desde los 5 meses, y consumir sal yodada (38).

La doble carga de la malnutrición sigue siendo un problema grave en muchas partes del mundo. A nivel mundial, 1.900 millones de adultos tienen sobrepeso o son obesos y 462 millones tienen peso insuficiente, lo que afecta el progreso y el logro de varios objetivos mundiales de salud y desarrollo. Más importante aún, a lo largo de los años se ha prestado poca atención al estado nutricional de los adultos jóvenes (de 10 a 24 años), a pesar de que este período es crucial para una transición saludable a la edad adulta y la vejez. Alrededor de 46 millones de jóvenes (de 15 a 29 años) están en edad de trabajar (de 15 a 64 años). Por lo tanto, la salud y el bienestar de este grupo son importantes para el futuro y el crecimiento económico del país (39).

2.2.6. Sobrepeso y obesidad

El sobrepeso u obesidad se encuentran definidos como una acumulación de grasa excesiva o anormal perjudicial para la salud. Esto hoy en día afecta a la población mundial. Esta patología genera un estrés metabólico en el cuerpo el cual se encuentra asociado a la presencia de enfermedades y alteración del estado de salud. La Federación Mundial de la Obesidad estima que las cifras se han triplicado desde 1975 hasta el 2016 a 650 millones de afectados. Su origen es multifactorial en donde se influye los riesgos genéricos y ambientales. También se han desarrollado factores de riesgo no modificables como sexo, edad, y etnia. Entre los multifactoriales se menciona a la actividad física, patrones alimentarios no saludables, consumo de alcohol, uso de cigarrillo, estrés, insomnio, y cultura (40).

2.2.7. Diagnóstico

Para el diagnóstico del sobrepeso u obesidad se puede utilizar la antropometría como herramienta práctica de bajo costo y buena confiabilidad (41). La Organización Mundial de la Salud estima que, aquellos con IMC es igual o superior a 25 tienen sobrepeso, y superior o igual a 30 obesidad (42). Para calcularlo se utiliza la fórmula: (31).

Índice de masa corporal = peso (Kg)/ talla (cm)²

2.2.8. Tratamiento

Para un óptimo tratamiento del sobrepeso y obesidad es importante alcanzar o mantener un peso saludable. Además, es importante trabajar con un equipo de profesionales incluido un dietista. También, es ideal establecer objetivos, los cuales consistirán en:

- Perder peso entre 5% a 10% del peso total
- Realizar un régimen de cambio de hábitos alimentarios
- Comenzar a realizar actividad física

El cambio en la dieta deberá considerar: reducir las calorías, esto usando un régimen en reducción de hábitos de comida y bebidas. Esto ayudará a sentir saciedad al comer menos, los alimentos ricos en grasas y procesados tienen muchas calorías en pequeñas porciones. Por otro lado, las frutas y verduras poseen menos calorías en grandes porciones. Al elegir alimentos saludables como frutas, verduras, granos, o vegetales ayuda a mantener el corazón saludable. Restringir los alimentos ayuda a mantener bajo el contenido de hidratos de carbono o grasa (43).

2.2.9. Requerimiento nutricional

Calorías: es la energía obtenida al final del metabolismo de los alimentos. Se estima que, la caloría en reposo nace cuando el ser humano está durmiendo y aquí, se utiliza 1 kg por peso ideal por hora. También se debe tomar en cuenta que, el proceso de digestión necesita al menos el 10% de calorías en reposo, 30% se quema en las actividades ligeras, 50% en actividades fuertes, y 100% en los deportistas de alto rendimiento (32).

Carbohidratos: es una fuente de energía y sustento para transporte de minerales y vitaminas. Estos constituyen del 50 al 60% del total de la energía dentro de la fibra dietética. En los adultos lo mínimo recomendado es 20% en mujeres, y 15% hombres (44).

Proteínas: es uno de los nutrientes principales que el adulto necesita, debido a que proporciona un mantenimiento en la estructura corporal. En una dieta balanceada se estima que este corresponde a un 11 o 15% de la energía total aportando un valor biológico dl 65 al 70% de la ingesta. En situaciones de pérdida de peso por presencia de proteína, cirugías ingreso hospitalario es necesaria la incorporación de este nutriente (44).

Grasas: son ácidos esenciales que el organismo por sí solo no se puede fabricar. Cumple funciones necesarias como síntesis de proteínas, almacenamiento de energía, transporte de vitaminas liposolubles, y suministrar ácidos grasos esenciales como el omega 3 y 6. En los adultos es recomendable un 30 al 35%. En las edades de 40 a 65 años es necesario un 25 y 35%. En las grasas saturadas se recomienda menos al 10% y un total del 3% (44).

Tabla 1

Requerimientos nutricionales

Edad	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
19 a 30 años	10 – 15 %	15 – 30 %	55 – 75 %
31 a 50 años	10-15 %	15 – 30 %	55 – 75 %

Fuente: Revelo Pijal P. (44).

2.2.10. *Estado nutricional*

Es el equilibrio entre la ingesta de nutrientes y calorías con el consumo de estas. Esto depende de las condiciones físicas y salud de la persona. Además, se encuentra influenciado por medios culturales, sociales y económicos conocidos también como hábitos alimentarios. Esto determina los alimentos consumidos, donde, y cuando hacerlo (45).

2.2.11. *Hábitos alimentarios*

Estos son importantes para el desarrollo y progresión de las enfermedades cardiovascular, cerebrovascular, y síndrome metabólico. Una alimentación saludable está compuesta por 5 comidas 3 principales (desayuno, almuerzo, merienda), y 2 colaciones. Además, debe seguir las pautas de la pirámide alimenticia, y ejercicio físico, este último se debe realizar al menos 3 veces semanalmente mejorando así la salud metabólica (46).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que una dieta saludable ayuda a la protección contra la malnutrición, y otras enfermedades no transmisibles. Los hábitos de vida incluyen conductas de salud, patrones de conducta, creencias, y conocimientos. Los resultados varían dependiendo de las dimensiones, van desde personales, ambientales y sociales. El no consumir alimento en las horas que deben consumir, posponer el ayuno a las 10 de la mañana y almorzar a las 2 de la tarde son signos de malos hábitos, que pueden generar trastornos metabólicos o inicio de gastritis aguda. Entre los principales problemas existentes para los buenos hábitos alimenticios se destaca los alimentos industrializados, el consumo excesivo de sopas instantáneas, harinas refinadas, pizzas, pastas, galletas, y pasteles (47).

Gráfico 1

Pirámide alimenticia



Fuente: Paúles, Isabel; Sánchez, María; Gimeno, Manuel; Montoro, Miguel (46).

Las investigaciones que analizan este fenómeno social muestran que los cambios en los hábitos alimentarios están relacionados con tendencias crecientes de sobrepeso y obesidad, impulsadas por cambios en los hábitos

alimentarios familiares, factores estéticos y la influencia del entorno social. Varios investigadores han enfatizado la necesidad de intervenciones educativas y programas de intervención nutricional para aumentar el conocimiento sobre las características y beneficios de los patrones dietéticos que pueden mejorar las expectativas de salud en la edad adulta (48).

2.2.12. *Estilo de vida*

Es un indicador para la calidad de vida, su fuente es multidimensional, ya que influyen factores biológicos, psicológicos, sociales, culturales y filosóficos de la persona como un ser social (49).

En el mundo actual, consciente del cuerpo, los especialistas en marketing promueven activamente estrategias de pérdida de peso entre el público, especialmente los adolescentes y adultos jóvenes. Con muchos jóvenes con sobrepeso u obesidad y campañas centradas en los efectos negativos del exceso de grasa corporal, los trastornos alimentarios se han normalizado y, en algunos lugares, incluso se han fomentado. Fomentamos la pérdida de peso eficaz, aunque estos métodos puedan ser patológicos y estar relacionados con actitudes o comportamientos asociados a los trastornos alimentarios (50).

2.2.13. *Conocimiento nutricional*

Este respalda el conocimiento sobre la nutrición, para ello es importante saber el uso de las etiquetas alimentarias. Permite al consumidor prestar atención a la información de la etiqueta alimentaria, e ignora el marketing comercial. También facilita la comprensión y memoria de la información nutricional de los alimentos, y respalda la información comprendida y recordada la elección de los alimentos. La información contenida brinda una descripción de los productos regulados por la Administración de alimentos y Medicamentos (FDA). Dicha lista puede contener información no nutricional, como aditivos (51).

Varios estudios epidemiológicos muestran que, aunque en ocasiones las personas están informadas y conocen los conceptos básicos de una alimentación saludable, este conocimiento no se traduce en un consumo real

de alimentos incluidos en una dieta equilibrada. Los conceptos obtenidos no son aplicables en la práctica. La adquisición de conocimientos se considera positiva en la medida que influye y refuerza las buenas prácticas nutricionales, formando buenas actitudes hacia una alimentación saludable. Sin embargo, no basta con una información correcta, también es necesario cambiar o abandonar estos hábitos alimentarios poco saludables y erróneos para tener una dieta sana y equilibrada (52).

2.2.14. *Educación Nutricional de profesionales de la salud*

Los profesionales de la salud reflejan un comportamiento alimentario riesgoso por su estilo de vida poco saludable debido al estrés laboral, falta de tiempo, y consumo de comidas rápidas y poco nutritivas. La ingesta no depende de los conocimientos adquiridos en la formación universitaria, sino en la creencia e los alimentos (32). El profesional de enfermería es un nexo entre la población y el sistema sanitario, debido a que este, se encarga de cuidar a las personas en el ingreso hasta el egreso del hospital. Durante este tiempo es importante cuidar de la alimentación por las propiedades beneficiarias que, ayudarán en la recuperación de la enfermedad (53).

Una buena alimentación en la etapa adulta es importante para tener un buen desempeño en el diario vivir, previniendo enfermedades en el futuro. El profesional de enfermería debe brindar atención de calidad para prevenir una enfermedad (54).

El consumo de azúcar está fuertemente vinculado a enfermedades no transmisibles como la obesidad, la diabetes, las caries y las enfermedades cardiovasculares, por lo que todas las recomendaciones apuntan a reducir el consumo de azúcar. El número de enfermedades no transmisibles (ENT) ha aumentado significativamente en todo el mundo en las últimas décadas y ahora se considera una epidemia tanto en adultos como en niños. Aunque se han propuesto varias razones para el creciente número de estas enfermedades, se caracterizan por una dieta poco saludable. Por ejemplo, se ha informado que el consumo excesivo de energía y nutrientes considerados esenciales, como el azúcar, el sodio, las grasas saturadas o las grasas trans, es una de las principales causas del problema (55)

2.2.15. *Preferencias alimentarias*

La calidad de los alimentos, entendida como el conjunto de propiedades nutricionales del consumo habitual, puede tener un efecto positivo o negativo en la salud de un individuo. Para evaluarlo, además de la regularidad de las comidas, se debe sopesar la frecuencia de consumo de alimentos saludables y no saludables. Uno de los componentes más importantes que determinan la calidad de los alimentos es la preferencia alimentaria, la cual se entiende como la tendencia a elegir y consumir determinados productos alimentarios en función a las propiedades sensoriales e influenciada por factores sociales, culturales y económicos (56).

Las opciones de alimentos incluyen dos o más opciones. Estudios previos muestran una preferencia alimentaria rica en comida chatarra, como comida rápida, sándwiches y dulces. También consumen menos frutas y vegetales. Un ambiente saludable puede proporcionar elementos esenciales para una buena salud física y bienestar general. Estos incluyen agua potable y suministros de alimentos que contribuyen a la salud general y la calidad de vida. El monitoreo continuo del medio ambiente es necesario porque puede comprender las características del entorno, que estimulan y refuerzan las conductas y hábitos. La salud en este caso proviene de la elección de comida y los alimentos disponibles pueden afectar el estado nutricional y desempeño de los internos de enfermería (57).

2.3. Marco Legal

Constitución de la República del Ecuador

Sección Primera: Agua y alimentación

Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales. El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria (58).

Sección séptima: Salud

Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir (58).

El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional (58).

Art. 350.- El sistema de educación superior tiene como finalidad la formación académica y profesional con visión científica y humanista; la investigación científica y tecnológica; la innovación, promoción, desarrollo y difusión de los saberes y las culturas; la construcción de soluciones para los problemas del país, en relación con los objetivos del régimen de desarrollo(58).

Art. 386.- El sistema comprenderá programas, políticas, recursos, acciones, e incorporará a instituciones del Estado, universidades y escuelas politécnicas, institutos de investigación públicos y particulares, empresas públicas y privadas, organismos no gubernamentales y personas naturales o

jurídicas, en tanto realizan actividades de investigación, desarrollo tecnológico, innovación (58).

Art. 387.- Será responsabilidad del Estado:

1. Facilitar e impulsar la incorporación a la sociedad del conocimiento para alcanzar los objetivos del 27 régimen de desarrollo (58).
2. Promover la generación y producción de conocimiento, fomentar la investigación científica y tecnológica, y potenciar los saberes ancestrales, para así contribuir a la realización del buen vivir, al Sumak Kawsay (58).
3. Asegurar la difusión y el acceso a los conocimientos científicos y tecnológicos, el usufructo de sus descubrimientos y hallazgos en el marco de lo establecido en la Constitución y la Ley (58).
4. Garantizar la libertad de creación e investigación en el marco del respeto a la ética, la naturaleza, el ambiente, y el rescate de los conocimientos ancestrales (58).
5. Reconocer la condición de investigador de acuerdo con la Ley(58).

Art. 388.- El Estado destinará los recursos necesarios para la investigación científica, el desarrollo tecnológico, la innovación, la formación científica, la recuperación y desarrollo de saberes ancestrales y la difusión del conocimiento (58).

Ley Orgánica de Salud

Capítulo III

De las profesiones de salud, afines y su ejercicio

Art. 201.- Es responsabilidad de los profesionales de salud, brindar atención de calidad, con calidez y eficacia, en el ámbito de sus competencias, buscando el mayor beneficio para la salud de sus pacientes y de la población, respetando los derechos humanos y los principios bioéticos (59).

Capítulo I

De la investigación científica en salud

Art. 207.- La investigación científica en salud, así como el uso y desarrollo de la biotecnología, se realizará orientada a las prioridades y necesidades nacionales, con sujeción a principios bioéticos, con enfoques pluricultural, de derechos y de género, incorporando las medicinas tradicionales y alternativas (59).

Art. 208.- La investigación científica tecnológica en salud será regulado y controlado por la autoridad sanitaria nacional, en coordinación con los organismos competentes, con sujeción a principios bioéticos y de derechos, previo consentimiento informado y por escrito, respetando la confidencialidad (59).

CAPÍTULO III

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de estudio

La presente investigación presentó un tipo de estudio de nivel descriptivo, debido a que busca caracterizar la enfermedad y su entorno sin intervenir. Se recopilan datos con el fin de presentar información detallada. Según el método utilizado fue de carácter cualitativo, debido a que, la recolección de datos es sobre las cualidades del conocimiento de alimentación y nutrición, respondiendo las preguntas de investigación, se utiliza técnicas estadísticas para generar los resultados.

3.2. Diseño del estudio

El diseño del estudio presentó un estudio con características prospectivas, se da cuando el estudio ya se ha realizado en otras instituciones, y la información se recolecta conforme va sucediendo. Según el período y la secuencia del estudio es transversal, identifica la relación entre la enfermedad y la variable en un solo tiempo determinada.

3.3. Población

Todos los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024.

3.3.1. Criterios de inclusión

- Internos de enfermería
- Estén en el hospital IEES ceibos en el periodo de mayo a abril del 2024

3.3.2. Criterios de exclusión

- Internos de otras instituciones
- Internos que ya no se encuentren en rotación en ningún área del hospital

3.4. Procedimientos para la recolección de la información

Técnica: Encuesta.

Instrumento

Cuestionario de conductas alimentarias, para consideraron 16 preguntas que permitan identificar el tipo de educación nutricional que tienen los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024 Hábitos alimentarios considero la frecuencia con que se consume verduras, hortalizas, frutas, leche y derivados, carnes, pescado, y mariscos, cereales, tubérculos, menestras, dulces, grasas y frituras. Para ello se utilizó la escala de Likert como puntos de corte siempre, frecuentemente, a veces, nunca.

En lo que respecta al cuestionario de preferencias alimentarias se consideró la respuesta frente a los alimentos, alimentación sin control, consumo de alimentos altamente calóricos, y alimentación emocional. A su vez se utilizó puntos de corte como nunca, muy raro, algunas veces, regularmente, siempre.

3.5. Operacionalización de variables

Variable General: Conocimiento de nutrición y alimentación en internos de enfermería

Dimensiones	Indicadores	Escala
Características sociodemográficas	Edad	20 a 25 años 26 a 30 años 31 a 35 años 36 a 40 años 41 a 45 años 46 a 50 años 51 a 55 años 56 en adelante
	Género	Masculino Femenino
	Estado civil	Soltero Casado Viudos Divorciados
	Presencia de hijos	Si No
	Área asignada	Cirugía general Consulta externa Emergencias

		Ginecología y obstetricia Pediatria Quimioterapia Traumatología Unidad de cuidados intensivos neonatal Vacunación
Educación nutricional	Selección adecuada de un alimento para consumo	Saludable No saludable
	Capacidad para leer etiquetas nutricionales	
	Capacidad para evitar ciertos alimentos	
	Preparación típica de alimentos	
	Responsable de la preparación de alimentos	
	Respuesta al sentirse satisfecho	
	Manejo de la grasa visible en carne	
	Masticación de bocado más de 25 veces	
	Consumo de bebidas predominantes durante el día	
	Hábitos entre comidas	
	Consumo de alimentos fuera de casa	
	Excesos alimenticios	
	Cuidado personal relacionado con la alimentación	
	Necesidades para mejorar la alimentación	
	Evaluación personal de la dieta	
Capacidad para aplicar consejos de nutrición		
Hábitos alimentarios	Consumo verduras y hortalizas	Siempre Frecuentemente A veces Nunca
	Consumos de frutas	
	Consumo de leche y/o derivados	
	Consumo de carnes	
	Consumo de pescados y mariscos	
	Consumos cereales, tubérculos y menestras	
	Consumos dulces	
	Consumos grasas y frituras	

	Consumo de gaseosas, bebidas industrializadas	
Preferencias alimentarias	Respuesta frente a los alimentos Alimentación sin control Consumo de alimentos altamente calóricos Alimentación emocional	Nunca Muy raro Algunas veces Regularmente Siempre

3.6. Técnicas de Procedimiento y Análisis de datos

El programa de Microsoft Excel 2016 como base de datos para el análisis y presentación de resultados, elaboración de tablas acorde a la información obtenida. Para lo cual se utilizó estadística descriptiva, la cual se utilizó para medir los datos como género, rango de edad, estado civil, área asignada, presencia de hijos, educación nutricional, hábitos alimentarios, y preferencias alimentarias.

3.7. Procedimientos para garantizar aspectos éticos

El presente trabajo primero presento y aprobó el tema del proyecto de investigación, luego se aprueba la recolección de datos, y se realiza una carta de compromiso del manejo de información (consentimiento informado).

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados de los conocimientos de nutrición y alimentos en los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024. Para eso se realizará un estudio univariado de las variables sociodemográficas, conocimientos, hábitos alimentarios, educación nutricional, y preferencias alimentarias de la muestra (N=78).

Tabla 2

Características sociodemográficas de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024

Datos sociodemográficos	Frecuencia	Porcentaje	
Edad	20 a 25 años	24	30,8%
	26 a 30 años	21	26,9%
	31 a 35 años	9	11,5%
	36 a 40 años	5	6,4%
	41 a 45 años	0	0,0%
	46 a 50 años	9	11,5%
	51 a 55 años	4	5,1%
	56 en adelante	6	7,7%
Género	Femenino	45	57,7%
	Masculino	33	42,3%
Estado civil	Casado/a	19	24,4%
	Divorciado/a	6	7,7%
	Soltero/a	53	67,9%
¿Tiene hijos?	Si	32	41,0%
	No	46	59,0%
Área encargada	Cirugía general	2	2,6%
	Consulta externa	9	11,5%
	Emergencias	23	29,5%
	Ginecología y obstetricia	7	9,0%
	Medicina general	20	25,6%
	Pediatría	5	6,4%
	Psicología	2	2,6%
	Quimioterapia	1	1,3%
	Traumatología	2	2,6%
	Unidad de Cuidados intensivos neonatal	4	5,1%
	Vacunación	3	3,8%

Fuente: Hospital IEES ceibos

Elaborado por: Herrera Martínez, Carolina Lisette; Rodríguez Pisco, Joan Xavier

En la tabla 2 sobre las características sociodemográficas de los internos de enfermería se identifica que, la edad predominante era de 20 a 25 años en un 30,8%; de género femenino 57,7%; soltero en un 67,9%; no tienen hijos en un 59,0%; el área encargada era emergencias en un 29,5%. Al analizar esta

información se puede observar las características de la muestra del hospital IESS ceibos.

Tabla 3

Educación nutricional de los internos de enfermería del hospital IESS ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024

Educación nutricional	Saludable		No saludable	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
¿Qué factor consideras más importante al elegir un alimento para su consumo?	31	39,70%	47	60,30%
Me es difícil leer las etiquetas nutrimentales	24	30,80%	54	69,20%
Si evitas algún alimento ¿Por qué motivo lo haces?	41	52,60%	37	47,40%
¿Cuál es la preparación más habitual de tus alimentos?	40	51,30%	38	48,70%
¿Quién prepara tus alimentos con mayor frecuencia durante la semana?	52	66,70%	26	33,30%
¿Qué haces normalmente cuando te sientes satisfecho?	26	33,30%	52	66,70%
¿Qué haces con la grasa visible de la carne?	24	30,80%	54	69,20%
Habitualmente mastico cada bocado más de 25 veces	42	53,80%	36	46,20%
¿Qué sueles beber en mayor cantidad durante el día?	40	51,30%	38	48,70%
¿Qué sueles ingerir habitualmente entre comidas?	45	57,70%	33	42,30%
¿con que frecuencia comes alimentos fuera de casa?	70	89,70%	8	10,30%
¿Con que frecuencia comes alimentos en exceso?	54	69,20%	24	30,80%
¿Qué haces o estarías dispuesto a hacer para cuidar tu cuerpo?	40	51,30%	38	48,70%
¿Qué consideras que te hace falta para mejorar tu alimentación?	71	91,00%	7	9,00%
Consideras que tu dieta es...	56	71,80%	22	28,20%
¿Crees que eres capaz de utiliza un consejo de nutrición para mejorar tu estado de salud?	30	38,50%	48	61,50%

Fuente: Hospital IEES ceibos

Elaborado por: Herrera Martínez, Carolina Lissette; Rodríguez Pisco, Joan Xavier

En la tabla 3 con respecto a la educación nutricional de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en su mayoría se identifica un inadecuado conocimiento sobre los temas de alimentación y nutrición. Debido a que, se

puede observar una inadecuada capacidad para evitar ciertos alimentos ricos en grasa, la preparación típica de alimentos es frita, no son responsables de preparar los alimentos, mastican menos de 25 veces, prefiere consumir bebidas altas en azúcares, los hábitos entre comidas tienen alto contenido calórico, comen alimentos fuera de casa, no tiene cuidado en la alimentación, y no sienten la necesidad de cambiar su ingesta.

Tabla 4

Hábitos alimentarios de los internos de enfermería del hospital IESS ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024

Hábitos alimentarios	Frecuencia	Porcentaje	
Consume ensalada de verduras, y hortalizas dos veces al día	Siempre	37	47,4%
	Frecuentemente	20	25,6%
	Algunas veces	20	25,6%
	Nunca	1	1,3%
Consumes de 3 a 5 frutas al día	Siempre	20	25,6%
	Frecuentemente	29	37,3%
	Algunas veces	26	33,3%
	Nunca	3	3,8%
Consumes por lo menos una vez al día leche y/o derivados	Siempre	32	41,0%
	Frecuentemente	25	32,0%
	Algunas veces	19	24,4%
	Nunca	2	2,6%
Consumes una porción de carnes	Siempre	40	51,3%
	Frecuentemente	21	26,9%
	Algunas veces	16	20,5%
	Nunca	1	1,3%
Consumes pescados y mariscos	Siempre	47	60,3%
	Frecuentemente	15	19,2%
	Algunas veces	14	17,9%
	Nunca	2	2,6%
Consumes cereales, tubérculos y menestras	Siempre	27	34,6%
	Frecuentemente	33	42,3%
	Algunas veces	17	21,8%
	Nunca	1	1,3%
Consumes dulces: helados, pasteles, galletas, chocolates	Siempre	18	23,1%
	Frecuentemente	28	35,9%
	Algunas veces	19	24,4%
	Nunca	13	16,7%
Prepara tus alimentos con aceites vegetales (aceite de oliva, aceite de soya, aceite de girasol)	Siempre	34	43,6%
	Frecuentemente	2	32,1%
	Algunas veces	10	12,8%
	Nunca	9	11,5%
Consumes grasas y frituras (mayonesa, papas fritas, pizzas, hamburguesas, chorizo, entre otros)	Siempre	18	23,1%
	Frecuentemente	35	44,9%
	Algunas veces	17	21,8%
	Nunca	8	10,3%
	Siempre	50	64,1%

Consumes de 8 a más vasos de agua	Frecuentemente	22	28,2%
	Algunas veces	5	6,4%
	Nunca	1	1,3%
Consumes gaseosas, bebidas industrializadas	Siempre	15	19,2%
	Frecuentemente	32	41,0%
	Algunas veces	18	23,1%
Consumes tres comidas principales al día (desayuno, almuerzo y merienda)	Nunca	13	16,7%
	Siempre	54	69,2%
	Frecuentemente	17	21,8%
	Algunas veces	7	9,0%
	Nunca	0	0%

Fuente: Hospital IEES ceibos

Elaborado por: Herrera Martínez, Carolina Lisette; Rodríguez Pisco, Joan Xavier

En la tabla 4 sobre los hábitos alimentarios se puede identificar que, frecuentemente consumen frutas, cereales, tubérculos, menestras, dulces, grasas, frituras, y gaseosas o bebidas industrializadas. Por otro lado, el consumo de verduras, hortalizas, leche y derivados, carnes, pescados y mariscos es siempre. Demostrando así una dieta rica en proteínas, y rica en alimentos no saludables.

Tabla 5

Preferencias alimentarias de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el periodo de febrero a abril del 2024

Respuesta frente a los alimentos	Deseo comer cuando paso por un negocio de dulces o comida rápida	Nunca	18	23,1%
		Muy regularmente	18	23,1%
		A veces	39	50,0%
		Regular	3	3,8%
		Siempre	0	0,0%
	Estoy pendiente de la comida mientras la preparan	Nunca	15	19,2%
		Muy regularmente	28	35,9%
		A veces	26	33,3%
		Regular	5	6,4%
		Siempre	4	5,1%
	Me pongo ansioso cuando debo esperar la comida	Nunca	29	37,2%
		Muy regularmente	16	20,5%
		A veces	20	25,6%
		Regular	8	10,3%
		Siempre	5	6,4%
	Como más cuando estoy feliz	Nunca	31	39,9%
		Muy regularmente	10	12,8%
		A veces	27	34,6%
		Regular	5	6,4%
Siempre		5	6,4%	
Me siento aliviado luego de comer	Nunca	12	15,4%	
	Muy regularmente	19	24,4%	
	A veces	26	33,3%	
	Regular	8	10,3%	
	Siempre	13	16,7%	
Me dan ganas de comer	Nunca	21	26,9%	
	Muy regularmente	14	17,9%	

Alimentación sin control	cuando siento olor a comida	A veces	29	37,2%
		Regular	8	10,3%
		Siempre	6	7,7%
	Siempre estoy pensando en comer algo rico	Nunca	23	29,3%
		Muy regularmente	15	19,3%
		A veces	30	38,6%
		Regular	6	7,7%
	Deseo comer cuando veo comer a otros	Siempre	4	5,1%
		Nunca	19	24,4%
		Muy regularmente	22	28,2%
		A veces	27	34,6%
	Cuando me siento a comer tengo mucha hambre	Regular	5	6,4%
		Siempre	5	6,4%
		Nunca	12	15,4%
		Muy regularmente	21	26,9%
	Me dan ganas de comer cuando veo comida	A veces	30	38,5%
		Regular	12	15,4%
		Siempre	4	5,1%
		Nunca	14	17,9%
	Como cuando estoy ansioso o con estrés	Muy regularmente	17	21,8%
A veces		35	44,9%	
Regular		8	10,3%	
Siempre		4	5,1%	
Como con desesperación	Nunca	21	26,9%	
	Muy regularmente	23	29,5%	
	A veces	26	33,3%	
	Regular	5	6,4%	
Como con la sensación de no poder parar	Siempre	3	3,8%	
	Nunca	52	66,8%	
	Muy regularmente	7	8,9%	
	A veces	9	11,5%	
Tengo más hambre durante la noche	Regular	10	12,8%	
	Siempre	0	0,0%	
	Nunca	55	70,5%	
	Muy regularmente	7	9,0%	
Como a pesar de no tener hambre	A veces	7	9,0%	
	Regular	9	11,5%	
	Siempre	0	0,0%	
	Nunca	35	44,9%	
Como hasta sentirme mal	Muy regularmente	18	23,1%	
	A veces	16	20,5%	
	Regular	8	10,3%	
	Siempre	1	1,3%	
Como cuando estoy aburrido o no tengo nada más que hacer	Nunca	36	46,2%	
	Muy regularmente	17	21,8%	
	A veces	15	19,2%	
	Regular	9	11,5%	
	Siempre	1	1,3%	
	Nunca	56	71,8%	
	Muy regularmente	4	5,1%	
	A veces	6	7,7%	
	Regular	9	11,5%	
	Siempre	3	3,8%	
	Nunca	49	62,8%	
	Muy regularmente	5	6,4%	
	A veces	12	15,4%	
	Regular	11	14,1%	
	Siempre	1	1,3%	
	Nunca			

Consumo de alimentos altamente calóricos	Incluso si estoy satisfecho, puedo comer mi comida favorita	Nunca	44	56,4%
		Muy regularmente	10	12,8%
		A veces	11	14,1%
		Regular	12	15,4%
		Siempre	1	1,3%
	Cuando estoy con otra gente, soy la primera en terminar de comer	Nunca	40	51,3%
		Muy regularmente	15	19,2%
		A veces	13	16,7%
		Regular	9	11,5%
		Siempre	1	1,3%
	Continúo comiendo, aunque me sienta satisfecho	Nunca	49	62,8%
		Muy regularmente	10	12,8%
		A veces	8	10,3%
		Regular	10	12,8%
		Siempre	1	1,3%
	Como grandes cantidades de comida	Nunca	46	59,0%
		Muy regularmente	10	12,8%
		A veces	9	11,5%
		Regular	12	15,4%
		Siempre	1	1,3%
Cuando como, lleno la cuchara o como grandes trozos de comida	Nunca	49	62,8%	
	Muy regularmente	10	12,8%	
	A veces	9	11,5%	
	Regular	8	10,3%	
	Siempre	2	2,6%	
Como comida chatarra cada vez que es posible	Nunca	23	29,5%	
	Muy regularmente	20	25,6%	
	A veces	24	30,8%	
	Regular	11	14,1%	
	Siempre	0	0,0%	
Evito comer frituras o grasas	Nunca	21	26,9%	
	Muy regularmente	20	25,6%	
	A veces	15	19,2%	
	Regular	12	17,9%	
	Siempre	8	10,3%	
Cuando como en medio de las comidas principales prefiero:	Nunca	14	17,9%	
	Muy regularmente	20	25,6%	
	A veces	24	30,8%	
	Regular	13	16,7%	
	alimentos bajos en calorías (fruta, lácteos descremados)	Siempre	7	9,0%
Tomo bebidas azucaradas (gaseosas, jugos, etc.) cuando tengo sed	Nunca	21	26,9%	
	Muy regularmente	21	26,9%	
	A veces	23	29,5%	
	Regular	11	14,1%	
	Siempre	2	2,6%	
Si no hay bebida en mi casa voy a comprar	Nunca	30	38,5%	
	Muy regularmente	10	12,8%	
	A veces	22	28,2%	
	Regular	11	14,1%	
	Siempre	5	6,4%	
Consumo comida chatarra durante el	Nunca	38	48,7%	
	Muy regularmente	11	14,1%	
	A veces	19	24,4%	

Alimentación emocional	desayuno, almuerzo, o cena	Regular	8	10,3%
		Siempre	2	2,6%
	Tomo bebidas azucaradas (gaseosa, jugo, etc.) cada vez que es posible	Nunca	25	32,1%
		Muy regularmente	16	20,5%
		A veces	27	34,6%
		Regular	8	10,3%
		Siempre	2	2,6%
	Sigo comiendo hasta que termino el plato	Nunca	31	39,7%
		Muy regularmente	21	26,9%
		A veces	13	16,7%
		Regular	7	9,0%
		Siempre	6	7,7%
	Como cuando estoy triste	Nunca	40	51,3%
		Muy regularmente	15	19,2%
		A veces	14	17,9%
		Regular	7	10,3%
		Siempre	1	1,3%
	Me cuesta conciliar el sueño de noche y debo levantarme a comer para poder dormir	Nunca	51	65,4%
		Muy regularmente	8	10,3%
		A veces	13	16,7%
		Regular	6	7,7%
		Siempre	0	0,0%
	Me levanto dos o más veces a comer durante la noche	Nunca	50	64,1%
		Muy regularmente	7	9,0%
		A veces	14	17,9%
		Regular	7	9,0%
		Siempre	0	0,0%
	Evito comer para no subir de peso	Nunca	40	51,3%
Muy regularmente		14	17,9%	
A veces		14	17,9%	
Regular		6	7,7%	
	Siempre	4	5,1%	
Prefiero comer a solas para que no vean la cantidad y velocidad	Nunca	50	64,1%	
	Muy regularmente	8	10,3%	
	A veces	9	11,5%	
	Regular	9	11,5%	
	Siempre	2	2,6%	
Consumo pequeñas cantidades de alimentos en varias ocasiones en las noche	Nunca	39	50,0%	
	Muy regularmente	12	15,4%	
	A veces	16	20,5%	
	Regular	11	14,1%	
	Siempre	0	0,0%	
Como cuando estoy molesto	Nunca	54	69,2%	
	Muy regularmente	6	7,7%	
	A veces	9	11,5%	
	Regular	8	10,3%	
	Siempre	1	1,3%	

Fuente: Hospital IEES ceibos

Elaborado por: Herrera Martínez, Carolina Lissette; Rodríguez Pisco, Joan Xavier

En la tabla 5 sobre las preferencias alimentarias, se encuentran agrupado en 4 grupos, los cuales demuestran que, algunas veces presentan respuesta frente a los alimentos, y consumen alimentos altamente calóricos. Por otro

lado, en lo referente a la alimentación sin control, y emocional es siempre. Esto debido a la presencia de estrés laboral, sobrecarga de trabajo presente en el ámbito laboral.

DISCUSIÓN

En cuanto a las características sociodemográficas del presente estudio indican que, la edad con mayor incidencia de la muestra fue entre la edad de 20 a 25 años en un 30,8%; de género femenino 57,7%; estado civil soltero 67,9%; no tienen hijos 59%; y están encargados del área de emergencias 41%. En cuanto a la educación nutricional se pudo identificar que, es adecuado para la mayoría de los internos de enfermería del IESS ceibos. Estrada Edwin y Mamani Maribel en su estudio demuestra que, los 175 internos el 40% tenía un nivel bajo de conocimientos de nutrición, 37,7% era de nivel moderado, y 22,3% alto sobre nutrición (60). Estos muestran una diferencia significativa puede atribuirse a las diferencias de la población, geografía, actividad socioeconómica, y salud.

Además, en lo referente a los hábitos alimentarios se pudo observar que frecuentemente consumen frutas, cereales, tubérculos, menestras, dulces, grasas, frituras, y gaseosas o bebidas industrializadas. Mallqui Juan; León Liz, y Reyes Silvia menciona en sus resultados que, el 80% de la muestra presenta hábitos alimentarios inadecuados, 52,9% sobrepeso, 42,9% presenta secuelas (61). Cupe William y otros menciona en sus resultados que, el 35% de la muestra presenta un nivel bajo de educación nutricional, 18% alto, 39% posee un hábito alimentario moderado, 32% bajo y 29% alto (62). El autor Daniel Mego en su tesina del 2021 menciona que los hábitos alimenticios de los profesionales de enfermería es 56% medianamente no saludable, 55% saludables (63). Esto contrarrestan los encontrados en el presente estudio puede ser debido a la influencia de los medios de comunicación, costumbre o tiempo destinado para la alimentación.

Dentro de las preferencias alimentarias de los internos de enfermería, para su estudio se pudo observar 4 etapas, respuesta frente a los alimentos, alimentación sin control, consumo de alimentos altamente calóricos, alimentación emocional. Se puede identificar que, algunas veces presentan respuesta frente a los alimentos, y consumen alimentos altamente calóricos. Los autores Chota Cristian, y Simón Samuel en su estudio afirman que, el 39,6% ven influencia de amigos en la conducta alimentaria, 60,4% almuerzan

en casa, 41,5% menciona que, siempre en el barrio es accesible a los alimentos chatarra, y el 61,6% consumen alimentos que observan en los medios de comunicación. También, el 57,2% consume alimentos 3 veces al día, y el 46,5% planifican las comidas, 25,2% consume frutas, 32,1% pollo, carne, pescado, 28,3% leche y derivados, y 55.3% golosinas. En cuanto a las preferencias se puede considerar que el desayuno es importante en un 83,6%; para una alimentación saludables es recomendable ingerir alimentos balanceados 49,7%; a veces revisan el valor nutritivo en un 56.6%; a veces comen en horas habituales en un 56%; a veces llega al trabajo sin ingerir alimentos 61,6% (64). Huaman Rosa demostró en sus resultados que, el consumo de carne es diaria en un 33%; 38% consume leche y derivados; 39% frutas; 43% verduras; 32% líquidos de 1 a 3 vasos al día; 46% consume comidas rápidas (65). El autor Diego Ramírez en el 2023 en su tesina afirma que, el 90,83% tiene una preferencia alimentaria adecuada, y el 9,17% están inadecuadas (66). Estos resultados en su mayoría son diferentes a los encontrados en el estudio realizado, se debe tener en cuenta que, esto puede ser debido a las distintas culturas, áreas donde se encuentra laborando, y cualidades demográficas de los internos de enfermería.

CONCLUSIONES

- En cuanto a los datos socio demográfico de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos se pudo identificar que, en su mayoría eran mujeres, entre los 20 a 25 años, solteros, sin hijos, y encargados del área de emergencia.
- Al identificar la educación de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos se pudo observar una incidencia mayor en adecuado. Por otro lado, en cuanto a los hábitos alimenticios se observa un consumo de alimentos llenos de grasas saturadas, comidas fuera de casa, bebidas industrializadas, gaseosas.
- Al reconocer las preferencias alimentarias de los internos de enfermería del hospital IEES ceibos se pudo observar 4 dimensiones (respuesta frente a los alimentos, alimentación sin control, alimentación emocional, consumo de alimentos altamente calóricos). En su mayoría de respuestas indican que no existe control sobre la alimentación, consumen los alimentos disponibles debido al tiempo, y no saludables (lleno de grasas saturadas).

RECOMENDACIONES

- A pesar de haber determinado un conocimiento de nutrición y alimentación de los internos de enfermería es de categoría medio se recomienda realizar capacitaciones, talleres, ferias abiertas con el fin de mejorar los conocimientos, esto ayudará a evitar futuras enfermedades a los profesionales de salud, y tener un estado de salud óptimo.
- Es recomendable realizar un estudio aplicable solo a la población adulta, y a un área específica del hospital para poder conocer si este problema es localizable en un ciclo de vida o también afecta a los adultos mayores.
- Para mejorar la educación de los internos de enfermería sería recomendable que, la universidad a la que asistieron tengan una materia la cual les ayude a conocer y concientizar sobre la importancia de la alimentación en la actualidad. Así mismo de como alimentarse cuando este en fuera de casa. Por otro lado, a nivel hospitalario se recomienda que el servicio de alimentación tenga en cuenta si el interno presenta trastornos de alimentación o sobre alimentación para cuidar su alimentación al momento.
- En cuanto a las preferencias alimentarias se sugiere mejorar la alimentación en el lugar de trabajo, y fuera de casa. Para realizarlo es necesario una capacitación sobre la alimentación y nutrición. Además, es necesario que, aprendan, a leer la etiqueta nutricional de los alimentos, realizar lista de compras, y consumir snacks saludables.

REFERENCIAS

1. Mamani V, Domínguez C, Sosa M, Torres L. Estudio exploratorio sobre conocimientos y frecuencia de consumo de productos procesados y ultra procesados en estudiantes universitarios de Perú.
2. Reyes S, Oyola Canto M. Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista chilena de nutrición*. febrero de 2020;47(1):67-72.
3. Blunt S, Kafatos A. Clinical Nutrition Education of Doctors and Medical Students: Solving the Catch 22. *Adv Nutr*. 1 de marzo de 2019;10(2):345-50.
4. Reyes S, Oyola M. Programa educativo nutricional en estudiantes universitarios. *RICS Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*. 2020;9(17):55-75.
5. Reyes S, Oyola M, Valderrama O. Nutritional educational program for university instructors related to cardiometabolic risk factors. *Revista Chilena de Nutricion*. 2021;48(6):832-7.
6. Díaz G, Pérez A, Cala D, Mosquera Rentería LM, Quiñones Sánchez MC. Difference in levels of physical activity, sedentary lifestyle, and eating habits among university students from different health programs at a private university in Bogotá, Colombia. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*. 2021;25(1):8-17.
7. Fuentes M, González D, González D, Rubí M, López V. Percepción De Dieta Y Hábitos Alimentarios En Universitarios Del Noroeste De México. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*. 2021; 4:1-11.
8. Lozano M. Conductas de riesgo en universitarios: una revisión sistemática. *Revista Científica de Psicología Eureka [Internet]*. 28 de diciembre de 2022 [citado 9 de febrero de 2024];19(M). Disponible en: <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/291>

9. Crespo D. Inter juego entre la actividad física, el consumo de alimentos y la masa corporal. Polo del Conocimiento. 7 de diciembre de 2023;8(12):696-709.
10. Troncoso C. Comidas tradicionales: un espacio para la alimentación saludable. Perspectivas en Nutrición Humana. junio de 2019;21(1):105-14.
11. Cabezas M, Nazar G. Asociación entre autorregulación alimentaria, dieta, estado nutricional y bienestar subjetivo en adultos en Chile. Terapia psicológica. abril de 2022;40(1):1-21.
12. Maza F, Caneda M, Vivas A. Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Psicogente. 2022;25(47):1-31.
13. Avilés Y, Hernández L, Rojas C, Rodríguez E, Ríos I. Nivel de conocimiento sobre nutrición y su asociación con las prácticas alimentarias y la obesidad entre estudiantes universitarios. Revista chilena de nutrición. abril de 2023;50(2):147-58.
14. Pilligua Á, Gómez Z, Jaime M, Andrade J, Herrera M. Experiencia de internos de enfermería en su rotación por hospitalización durante la COVID-19. UNESUM - Ciencias Revista Científica Multidisciplinaria. 30 de septiembre de 2022;6(4):4-11.
15. Pérez A, Estrada C, Cruz T, Acevedo G, Torres Á. Asociación del índice de alimentación saludable con los estilos de aprendizaje en adultos de 20 a 40 años. Revista Universidad y Sociedad. abril de 2022;14(2):503-8.
16. Diaz E, Failoc V. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. Rev habanera cienc méd. 2020;19(5):1-10.
17. Díaz A, Bustamante R, Mora M, Martínez M. El Rol Del Profesional De Enfermería En El sistema De Atención Primaria De Salud En Ecuador. Universidad, Ciencia y Tecnología. 2019; 2:140-4.
18. Peraza C, Benítez F, Galeano Y. Modelo de promoción de salud en la Universidad Metropolitana de Ecuador TT - Health promotion model at the Metropolitan University of Ecuador. MediSur. 2019;17(6):903-6.

19. Yaguachi R, Troncoso L, Correa K, Poveda C. Lifestyle, nutritional status and cardiovascular risk in health workers. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*. 2021;41(3):19-27.
20. Echeverría K, Romero H, Sellan G, Méndez E. Estilos de vida del Profesional Enfermero y su relación en la calidad de atención TT - Lifestyle of the Nursing Professional and their relationship in the quality of care. *Salud bienestar colect*. 2020;4(1):44-58.
21. Cupe W, Remuzgo L, Costilla P, Dueñas R. La educación nutricional y su relación con los hábitos alimentarios en estudiantes de Ciencias de la Salud de una universidad privada del Perú. *Revista ECI Perú*. 2020;58-66.
22. Cabrera M, Alegría C, Villaquiran A, Jácome S. Salud Mental, hábitos de sueño y nivel de actividad física en estudiantes de medicina en la educación virtual. *Revista CES Medicina*. 2022;
23. Ramírez R, Soto J, Campos L. Educational motivation and study habits in health science ingressants. *Universidad y Sociedad*. 2020;12(1):273-9.
24. Benalcázar K. Cambios en la alimentación que provoca el internado rotativo en estudiantes de enfermería de la Universidad Técnica del Norte 2018 [Internet] [bachelorThesis]. [Ibarra-Ecuador]: Universidad Técnica del Norte; 2019 [citado 20 de febrero de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/9491>
25. Salinas B, Sánchez T. Hábitos alimenticios de los estudiantes del programa de enfermería de la Universidad Antonio Nariño, sede Buganviles (Neiva, Huila) [Internet]. [Buganviles]: Universidad Antonio Nariño; 2023 [citado 20 de febrero de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/7407>
26. Abanto B. Estilos de vida de los estudiantes de enfermería escuela profesional de enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos junio – 2017 [Internet]. [Perú]: Universidad Privada San Juan Bautista; 2018 [citado 20 de febrero de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/1918>

27. Fernández B. Hábitos alimenticios desde la diversidad cultural en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2019 [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2019. Disponible en: <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/3524/Fernandez-Castillo-Betsy-Roxana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. Achahui M, Gonzales R. Estado Nutricional y Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Carrera Profesional de Enfermería, 2021 [Internet]. [Puerto Maldonado]: Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios; 2022 [citado 18 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.unamad.edu.pe/handle/20.500.14070/797>
29. Muñoz J, Córdova J, Guzmán C. Conocimientos básicos sobre alimentación saludable en egresados de medicina. *Nutrición Hospitalaria*. diciembre de 2020;37(6):1226-31.
30. Anrango L. Hábitos alimentarios, conocimientos en nutrición y alimentación de los estudiantes de la carrera de nutrición y dietética de la UTN, Ibarra 202 [Internet]. [Ibarra]: Universidad Técnica del Norte; 2021. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11614/2/06-NUT-399-trabajo-grado.pdf>
31. Calle A. Modelo de Dorothea Orem en relación al autocuidado en el estado nutricional de los estudiantes de enfermería de la Universidad Católica de Cuenca, periodo Mayo - Octubre 2018 [Internet]. [Cuenca- Ecuador]: Universidad Católica de Cuenca; 2018. Disponible en: <https://dspace.ucacue.edu.ec/server/api/core/bitstreams/d0db8e8d-9bdb-46d9-a72b-551542e951d4/content>
32. Rubio D. Nivel de conocimiento de médicos y enfermeras sobre nutrición y dietética y grado de comprensión de indicadores dietética por los pacientes con un IMC mayor de 29,9 que acuden a consulta externa del servicio de medicina interna del HPDA en diciembre 2014 - febrero 2015 [Internet]. [Ambato]: Universidad Técnica de Ambato; 2015 [citado 18 de

marzo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/12209/1/Rubio-Lalama-Diego-Andres.pdf>

33. Rodríguez Y, Dietz R, Spagnolo L, Arévalo M, Mancuello R. Relación entre el número y horario de comidas, ingesta energética y de nutrientes y composición corporal en adultos jóvenes. 29 de julio de 2022 [citado 21 de marzo de 2024]; Disponible en: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/202867>
34. Guadarrama R, Bautista M, Veytia M. Preferencias y factores que influyen en la ingesta alimentaria en universitarios mexiquenses según el sexo. *Rev Esp Nutr Comunitaria* [Internet]. 2023;29(1). Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-22-0029._Manuscrito_final.pdf
35. Ramos D, Martínez D. Comportamiento alimentario en internos rotativos de enfermería. *Enfermería Investiga*. 3 de enero de 2024;9(1):54-65.
36. Bobadilla P, Bugeño S, Guerrero V, Muñoz M, Zúñiga J, Nazar G. Estado afectivo, regulación emocional y estilos de alimentación en adultos en Chile. *Revista chilena de nutrición*. abril de 2022;49(2):193-200.
37. Torres A, Cisneros J, Guzmán G. Comportamiento alimentario: Revisión conceptual. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*. 5 de enero de 2022;9(17):38-44.
38. González Z, Font A, Ochoa M, Rodríguez E, Estrada AMB. La malnutrición; problema de salud pública de escala mundial. *MULTIMED* [Internet]. 7 de febrero de 2020 [citado 21 de marzo de 2024];24(1). Disponible en: <https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/1629>
39. Mazumder T, Rutherford S, Rahman S, Radwanur M. Nutritional status of a young adult population in saline-prone coastal Bangladesh. *Front Public Health*. 1 de junio de 2023;(111):1095223.
40. Fuentes C, Morales G, Valenzuela R. Consumo de lácteos y prevención de sobrepeso u obesidad: Una revisión de la evidencia actual. *Revista chilena de nutrición*. diciembre de 2021;48(6):942-54.

41. Quiroga E, Delgado V, Ramos P. Valor diagnóstico de indicadores antropométricos para sobrepeso y obesidad. Archivos Latinoamericanos de Nutrición. marzo de 2022;72(1):23-30.
42. Organización Mundial de la Salud (OMS). Obesidad y sobrepeso [Internet]. 2023 [citado 22 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
43. Clínica Mayo. Obesidad - Diagnóstico y tratamiento [Internet]. 2023 [citado 22 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/obesity/diagnosis-treatment/drc-20375749>
44. Revelo P. Factores determinantes en el patrón de consumo de alimentos durante la pandemia Covid-19 en los adultos jóvenes del Barrio Tahuando de la ciudad de Ibarra, 2020 [Internet] [bachelorThesis]. 2022 [citado 21 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/13137>
45. Toapanta D, Córdova T. Conocimientos nutricionales de los estudiantes de enfermería y los hábitos alimenticios. Horizontes de Enfermería. 18 de diciembre de 2023;(13):22-36.
46. Paúles I, Sánchez M, Lahoz M, Montoro M. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en embarazadas de una zona básica de salud de Huesca. Medicina Clínica Práctica. 1 de enero de 2021;4(1):100152.
47. Jiménez M, Morales A. Hábitos alimenticios en los internos de enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, año 2020 [Internet]. [Guayaquil - Ecuador]: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2020. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/15289/1/T-UCSG-PRE-MED-ENF-629.pdf>
48. Sánchez V, Aguilar A, González F, Esquius L, Vaqué C. Evolución en los conocimientos sobre alimentación: una intervención educativa en estudiantes universitarios. Revista chilena de nutrición. marzo de 2017;44(1):19-27.

49. Ramos Y, Ramos D. Estilos de vida de los internos de enfermería en el hospital regional Manuel Nuñez Butrón Puno, 2020. Revista Científica en Ciencias de la Salud. 31 de diciembre de 2022;1(2):133-40.
50. Rastogi R, Rome E. Restrictive eating disorders in previously overweight adolescents and young adults. CCJM. 1 de marzo de 2020;87(3):165-71.
51. Soederberg Miller L, Cassady D. The Effects of Nutrition Knowledge on Food Label Use: A Review of the Literature. Appetite. 1 de septiembre de 2015; 92:207-16.
52. Montero A, Úbeda N, García A. Evaluación de los hábitos alimentarios de una población de estudiantes universitarios en relación con sus conocimientos nutricionales. Nutrición Hospitalaria. agosto de 2018;21(4):466-73.
53. Moreno C. Intervenciones enfermeras aplicadas a la nutrición. Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria. 2018;(4):189-93.
54. Rivadeneira K. Valoración nutricional según enfoque NANDA en niños de 5 a 7 años, Unidad Educativa Santa Luisa de Marillac Atuntaqui, 2021 [Internet]. [Ibarra-Ecuador]: Universidad Técnica del Norte; 2021. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11467/2/06-ENF-1202-trabajo-de-grado.pdf>
55. González C, Reyes M. Gusto dulce: Percepción, fuentes alimentarias y preferencias. Revista chilena de nutrición. febrero de 2023;50(1):98-105.
56. Hun N, Urzúa A, Mora A, Martínez-Rodríguez T, López-Espinoza A. Calidad global de la alimentación y preferencias alimentarias en escolares chilenos y migrantes residentes en el norte de Chile. Revista chilena de nutrición. octubre de 2022;49(5):554-63.
57. Nava E, Pineda W, Gutiérrez M, Chavero M, González E, Negrete N, et al. Preferencias alimentarias en alumnos universitarios del área de nutrición: estudio transversal. RESPYN. 19 de abril de 2023;22(2):42-6.

58. Constitución de la Republica del Ecuador [Internet]. Quito- Ecuador; 2011 p. 136. Disponible en: www.wipo.int/edocs/lexdocs/laws/es/ec/ec030es.pdf
59. Congreso Nacional. Ley Orgánica de Salud [Internet]. 2006. Disponible en: www.cicad.oas.org/fortalecimiento_institucional/.../PDF/.../ley_organica_de_salud.pdf
60. Estrada E, Mamani M. Evaluación del nivel de conocimiento sobre nutrición en estudiantes universitarios de enfermería. Salud, Ciencia y Tecnología. 1 de noviembre de 2023; 3:622-622.
61. Mallqui J, León L, Reyes S. Evaluación nutricional en estudiantes de una universidad pública. RESPYN. 2 de noviembre de 2020;19(4):10-5.
62. Cupe W, Remuzgo L, Costilla P, Dueñas R. La educación nutricional y su relación con los hábitos alimentarios en estudiantes de Ciencias de la Salud de una universidad privada del Perú. Rev ECI Perú. 5 de octubre de 2020;17(2):58-66.
63. Mego D. Hábitos alimentarios y su relación con el índice de masa corporal del profesional de enfermería en los establecimientos de salud, Jaén-2021 [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional de Cajamarca; 2022. Disponible en: <https://190.116.36.86/bitstream/handle/20.500.14074/5147/Daniel%20Mego%20Olano.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
64. Chota C, Simón S. Factores que determinan los hábitos alimentarios de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Ucayali, 2019 [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional de Ucayali; 2020 [citado 20 de abril de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/4266>
65. Huaman R. Estilos de vida en estudiantes del III al VIII semestre de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Andina del Cusco – 2019 [Internet]. [Cusco]: Universidad Andina del Cusco; 2019 [citado 20 de

abril de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/20.500.12557/3069>

66. Ramírez D. Hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes que asisten al Centro de Salud Delicias de Villa de Chorrillos-2022 [Internet]. [Perú]: Universidad Privada San Juan Bautista; 2023. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/5116/T-TPLE-Ramirez-Soto-Diego-Antony-KEVIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL



Facultad de Ciencias
de la Salud

CARRERAS:
Medicina
Enfermería
Odontología
Nutrición y Dietética
Fisioterapia

DECANATO



PBX: 3804600
Ext. 1801-1802
www.ucsg.edu.ec
Apartado 09-01-4671

Guayaquil-Ecuador

DFCS-129-2024
Guayaquil, 04 de marzo del 2024

Señores
Joan Xavier Rodríguez Pisco
Carolina Lissette Herrera Martínez
Estudiantes de la Carrera de Enfermería
Facultad de Ciencias de la Salud
Ciudad

De mis consideraciones:

Reciban un cordial saludo. Por medio de la presente se les comunica que el Sr. Rector de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, ha autorizado el permiso correspondiente para que puedan llevar a cabo la encuesta virtual a los señores internos de la Carrera de Enfermería que servirá para la realización de su trabajo de titulación denominado "Conocimiento de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del hospital del IESS Ceibos en el periodo de febrero a abril 2024"

Sin otro particular, quedo de ustedes.

Atentamente,

Dr. José Luis Jouvin Martillo, Mgs.
DECANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Señch/.



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL



Facultad de Ciencias
de la Salud

CARRERAS:
Medicina
Odontología
Enfermería
Nutrición, Dietética y Estética
Terapia Física

Tel.: 3804600
Ext. 1801-1802
www.ucsg.edu.ec
Apartado 09-01-4671
Guayaquil-Ecuador

Guayaquil, 21 de febrero del 2024

Srta. Herrera Martínez Carolina Lissette
Sr. Rodríguez Pisco Joan Xavier
Estudiantes de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

De mis consideraciones:

Reciban un cordial saludo de parte de la Dirección de la Carrera de Enfermería, a la vez le comunico, que su tema de trabajo de titulación: **“Conocimiento de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del hospital del IESS Ceibos en el periodo de febrero a abril 2024”**, ha sido aprobado por la Comisión Académica de la Carrera, su tutora asignada es la Lic. Rosa Muñoz Aucapiña.

Me despido, deseándoles éxito en la realización de su trabajo de titulación.

Atentamente,

Lcda. Angela Mendoza Vincés
Directora de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

FICHA DE RECOLECCION DE DATOS
“Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de febrero a abril del 2024”

Datos generales

Edad: ___ **Sexo:** Femenino ___ Masculino ___

Estado civil: Soltero ___ Casado ___ Divorciado ___

Tiene hijos: Si ___ No ___

Área encargada: _____

Conocimiento sobre alimentación y nutrición

a. Hábitos alimentarios

1. ¿Cuántas veces recomiendan los expertos que se ha de comer al día?
Tres Cinco De tres a cinco veces Siempre que sienta hambre

2. ¿Cuánta agua se recomienda beber durante el día?
Menos de un litro Entre uno o dos litros, sea invierno o verano
Más de dos litros Entre uno y dos litros, pero solo en verano

3. *Un desayuno equilibrado ha de contener:*
Pan, lácteos, y alimentos ricos en proteínas Lácteos, frutas y cereales
Pan, embutido, y lácteos Lácteos, frutas y alimentos ricos en proteínas

4. ¿Cuántas raciones de frutas y vegetales, recomiendan los expertos que se han de ingerir al día?
Una de fruta y una de verduras Una de fruta y tres de verduras
Tres de frutas y dos de verduras Tres de verduras y tres o más de frutas

b. Estado nutricional

5. *El índice de masa corporal (IMC)*
En las personas con obesidad varía de 25 a 30 Permite estimar el grado de obesidad Permite calcular la composición corporal
Si es inferior a 18,5 la persona está en normo peso

6. *Una persona tiene sobrepeso si:*
No tiene el peso ideal para la altura Si su IMC es superior a 30
Si su IMC está entre 25 a 30 Si su IMC está entre 18 a 20

7. *Las necesidades energéticas de una persona dependen:*
Solo del peso y altura Edad Solo de la actividad física que realiza diariamente Del peso, edad, y actividad física.

8. ¿Cuál opción sería más recomendada para perder peso?
Dieta hipoglucémica y ejercicio físico Dieta hiperproteica indicada por un profesional de la salud y ejercicio físico Dieta hiperproteica y ejercicio físico
Dieta hipocalórica equilibrada y ejercicio físico

c. Alimentos y nutrientes

9. *Respecto a las vitaminas es cierto que:*
Hay que ingerir la mayor cantidad posible
Ingeridas en grandes cantidades pueden provocar efectos perjudiciales
Cuando su ingesta es baja, las producimos de manera endógena
Las hidrosolubles, las podemos adquirir a través del consumo de agua embotellada

20. La Diabetes Mellitus:

Es causada por alteraciones en el metabolismo de lípidos y glúcidos complejos

Puede deberse a alteraciones en la calidad y cantidad de la insulina

Sólo la padecen adultos mayores de 40 años

Aparece por consumir alimentos dulces diariamente

21. Una intoxicación alimentaria es una enfermedad causada por:

Consumo excesivo de alimentos que contienen vitaminas y minerales

Consumo de alimentos contaminados

Consumo excesivo de alimentos muy condimentados

Consumo de alimentos transgénicos

Educación nutricional

1. ¿Qué factor consideras más importante al elegir un alimento para su consumo?

- a.- Su sabor
- b.- Su precio
- c.- Que se agradable a la vista
- d.- su caducidad
- e.- Su contenido nutrimental.

2. Me es difícil leer las etiquetas nutrimentales

- a.- Por falta de tiempo
- b.- Porque no me interesa
- c.- Porque no las entiendo por pereza
- d.- Si las leo y las entiendo.

3. Si evitas algún alimento ¿Por qué motivo lo haces?

- a.- Porque no me gusta
- b.- Por cuidarme
- c.- Porque me hace sentir mal
- d.- No suelo evitar ningún alimento

4. ¿Cuál es la preparación más habitual de tus alimentos?

- a.- Fritos
- b.- Vapor o hervidos
- c.- Asados
- d.- Horneados
- e.- Guisados o salteados

5. ¿Quién prepara tus alimentos con mayor frecuencia durante la semana?

- a.- Yo
- b.- Mi mamá
- c.- Los compro preparados
- d.- Otro

6. ¿Qué haces normalmente cuando te sientes satisfecho?

- a.- Dejo de comer sin problemas
- b.- En desacuerdo
- c.- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- d.- De acuerdo
- e.- Totalmente de acuerdo

7. ¿Qué haces con la grasa visible de la carne?

- a.- la quito toda
- b.- quito la mayoría
- c.- quito un poco

d.-no quito nada

8. Habitualmente mastico cada bocado más de 25 veces

a.- totalmente en desacuerdo

b.- en desacuerdo

c.-ni de acuerdo

d.-de acuerdo

e.-totalmente de acuerdo

9. Marca con opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos

Alimentos	Me agrada mucho	Me agrada	Ni me desagrada ni me agrada	Me desagrada	Me desagrada mucho
11. Frutas					
12. Verduras					
13. Carnes y pollo					
14. Pescado y mariscos					
15. Lácteos					
16. Pan, tortillas papas, pastas, cereales					
17. Frijoles, garbanzos, lentejas.					
18. Alimentos dulces					
19.Huevo					
20. Frutos secos					
21. Bebidas alcohólicas					
22.Alimentos empaquetados					

23. ¿Qué sueles beber en mayor cantidad durante el día?

a.- agua fresca

b.-agua natural

c.- refresco, jugo, té

d.- leche

e.- otro

24. ¿Qué sueles ingerir habitualmente entre comidas?

a.- dulces

b.- frutas o verduras

c.- galletas o pan dulce

d.- yogurt

e.- papitas, frituras, etc.

f.- cacahuets u otras semillas

g.- nada

25. ¿Qué incluyes habitualmente en tu tiempo de comida principal durante el día

Alimento	Si	No
Botanas		
Sopa o caldo u otra entrada		
Plato fuerte		
Carne, pescado, pollo u marisco		
Arroz, pasta o frijoles		
Verdura o ensalada		
Tortillas, pan salado, bolillo o tostadas		

Postre		
Fruta		
Bebidas endulzadas		
Bebidas sin endulzar		

26. ¿con que frecuencia comes alimentos fuera de casa?

- a.- Todos los días b.- 5 a 6 veces a la semana c.- 3- 4 veces por semana
d.- 1-2 veces por semana e.- una vez cada 15 días
f.- una vez al mes g.- menos de una vez al mes

27. ¿con que frecuencia comes alimentos en exceso?

- a.- Todos los días b.- 5 a 6 veces a la semana c.- 3- 4 veces por semana
d.- 1-2 veces por semana e.- una vez cada 15 días
f.- una vez al mes g.- menos de una vez al mes

28. ¿Qué haces o estarías dispuesto a hacer para cuidar tu cuerpo?

- a.- cuidar mi alimentación b.- seguir un régimen dietético temporal
c.- hacer ejercicio d.- cuidar mi alimentación y hacer ejercicio
e.- tomar suplementos dietéticos o productos herbolarios
f.- Nada

29. ¿Qué consideras que te hace falta para mejorar tu alimentación?

- a.- Más información b.- apoyo social c.- dinero d.- tiempo
e.- compromiso o motivación persona
f.- nada, creo que mi alimentación es saludable
g.- no me interesa mejorar mi alimentación

30. consideras que tu dieta es....

- a.- diferente cada día b.- diferente algunas veces por semana
c.- diferente solo durante los fines de semana
d.- muy monótona

31. ¿crees que eres capaz de utiliza un consejo de nutrición para mejorar tu estado de salud?

- a.- Totalmente en desacuerdo b.- En desacuerdo c.- ni de acuerdo ni en desacuerdo
d.- De acuerdo e.- Totalmente de acuerdo

Hábitos alimentarios	S	F	AV	N
Consume ensalada de verduras, y hortalizas dos veces al día				
Consumes de 3 a 5 frutas al día				
Consumes por lo menos una vez al día leche y/o derivados				
Consumes una porción de carnes				
Consumes pescados y mariscos				
Consumes cereales, tubérculos y menestras				
Consumes dulces: helados, pasteles, galletas, chocolates				
Prepara tus alimentos con aceites vegetales (aceite de oliva, aceite de soya, aceite de girasol)				
Consumes grasas y frituras (mayonesa, papas fritas, pizzas, hamburguesas, chorizo, entre otros)				
Consumes de 8 a más vasos de agua				
Consumes gaseosas, bebidas industrializadas				
Consumes tres comidas principales al día (desayuna, almuerzo y merienda)				

Puntaje: Siempre: 4 puntos; Frecuentemente: 2 puntos; Algunas veces: 2 puntos; Nunca; 1 punto

Preferencias alimentarias

Respuesta frente a los alimentos	N	MR	AV	R	S
Deseo comer cuando paso por un negocio de dulces o comida rápida					
Estoy pendiente de la comida mientras la preparan					
Me pongo ansioso cuando debo esperar la comida					
Como más cuando estoy feliz					
Me siento aliviado luego de comer					
Me dan ganas de comer cuando siento olor a comida					
Siempre estoy pensando en comer algo rico					
Deseo comer cuando veo comer a otros					
Cuando me siento me siento a comer tengo mucha hambre					
Me dan ganas de comer cuando veo comida					
Como cuando estoy ansioso o con estrés					

Alimentación sin control	N	MR	AV	R	S
Como con desesperación					
Como con la sensación de no poder parar					
Tengo más hambre durante la noche					
Como a pesar de no tener hambre					
Como hasta sentirme mal					
Como cuando estoy aburrido o no tengo nada más que hacer					
Incluso si estoy satisfecho, puedo comer mi comida favorita					
Cuando estoy con otra gente, soy la primera en terminar de comer					
Continúo comiendo, aunque me sienta satisfecho					
Como grandes cantidades de comida					
Cuando como, lleno la cuchara o como grandes trozos de comida					

Consumo de alimentos altamente calóricos	N	MR	AV	R	S
Como comida chatarra cada vez que es posible					
Evito comer frituras o grasas					
Cuando como en medio de las comidas principales prefiero: alimentos bajos en calorías (fruta, lácteos descremados)					
Cuando como en medio de las comidas principales prefiero: alimentos bajos en calorías (fruta, lácteos descremados)					
Tomo bebidas azucaradas (gaseosas, jugos, etc.) cuando tengo sed					
Si no hay bebida en mi casa voy a comprar					
Consumo comida chatarra durante el desayuno, almuerzo, o cena					

Tomo bebidas azucaradas (gaseosa, jugo, etc.) cada vez que es posible					
--	--	--	--	--	--

Alimentación emocional	N	MR	AV	R	S
Sigo comiendo hasta que termino el plato					
Como cuando estoy triste					
Me cuesta conciliar el sueño de noche y debo levantarme a comer para poder dormir					
Me levanto dos o más veces a comer durante la noche					
Evito comer para no subir de peso					
Prefiero comer a solas para que no vean la cantidad y velocidad con la que como					
Consumo pequeñas cantidades de alimentos en varias ocasiones en la noche					
Como cuando estoy molesto					

Nunca; Muy Regularmente; A Veces; Regular; Siempre

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Herrera Martínez Carolina Lisette**, con C.C: # **0954279303** autora del trabajo de titulación: **Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024**, previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, **02 de mayo del 2024**

Carolina Herrera

Herrera Martínez Carolina Lisette
C.C: **0954279303**



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Rodríguez Pisco Joan Xavier**, con C.C: # **1314469071** autor del trabajo de titulación: **Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024**, previo a la obtención del título de **Licenciado en enfermería** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, **02 de mayo del 2024**

Rodríguez Pisco Joan Xavier
C.C: **1314469071**

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA		
FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN		
TEMA Y SUBTEMA:	Conocimientos de la nutrición y alimentación en los internos de enfermería del Hospital IEES Ceibos en el período de febrero a abril del 2024.	
AUTOR(ES)	Herrera Martínez Carolina Lissette Rodríguez Pisco Joan Xavier	
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Lcda. Rosa Elvira Muñoz Acuña	
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil	
FACULTAD:	Facultad de Ciencias de la Salud	
CARRERA:	Carrera de Enfermería	
TÍTULO OBTENIDO:	Licenciatura de enfermería	
FECHA DE PUBLICACIÓN:	02 de mayo del 2024	No. DE PÁGINAS: 58
ÁREAS TEMÁTICAS:	Salud Pública	
PALABRAS CLAVES/KEYWORDS:	Alimentación, Nutrición, Enfermería, Educación Nutricional, Saludable, Hábitos Alimentarios.	
RESUMEN:	<p>Los conocimientos sobre la nutrición y alimentación son temas de gran relevancia para los internos de enfermería. Debido a que, una buena alimentación previene enfermedades, y ayuda a mantenerse activos durante la jornada laboral, brindando un servicio integral al paciente enfermo. Es por ello que, el presente trabajo de investigación establece como objetivo general determinar el conocimiento de nutrición y alimentación en internos de enfermería del hospital IEES ceibos en el período de mayo a abril del 2024. Para ello, se utilizó una metodología de características descriptivas, cuantitativas, no experimental, transversal. Aplicada a 78 internos de enfermería del hospital. Entre los resultados identificados se pudo observar que, eran de género femenino en un 57,7%; entre los 20 a 25 años 30,8%; solteros 67,9%; no tiene hijos en un 59; del área de emergencias 41%. En cuanto al nivel de conocimiento sobre la nutrición y alimentación es medio en un 42,6%; y su educación nutricional es saludable en un 67,9%. Se llega a la conclusión de que, a pesar de tener unos óptimos conocimientos sus preferencias alimentarias, y hábitos alimentarios no son los ideales para la cuidar la salud.</p>	
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593 987380164 +593 981249040	E-mail: joanxaxier9710@gmail.com carolina_herrera1720@hotmail.com
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN(COORDINADOR DEL PROCESO UTE):	Nombre: Lcda. Holguin Jimenez Martha Lorena, Mgs.	
	Teléfono: +593-93142597	
	E-mail: martha.holguin01@cu.ucsg.edu.ec	
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA		
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):		
Nº. DE CLASIFICACIÓN:		
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):		