

Factores socio-alimentarios y estado nutricional en una comunidad universitaria: un estudio descriptivo en Ambato

Socio-nutritional factors and nutritional status in a university community: a descriptive study in Ambato

GUANGA, VERÓNICA^{1,2}; NIETO; MICHELLE¹; OCHOA, CAMILA¹; ROMERO, JENNIFER¹; TIPÁN, JONATHAN¹; TRUJILLO, DAVID²

¹Universidad Técnica de Ambato. Ambato, Ecuador.

²Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba, Ecuador.

Autor de correspondencia
jtipan1637@uta.edu.ec

Fecha de recepción
30/07/2024

Fecha de aceptación
04/09/2024

Fecha de publicación
25/05/2024

Autores

Guanga, Verónica
Universidad Técnica de Ambato, Facultad Ciencias de la Salud, Ambato-Ecuador.
Grupo de Investigación en Alimentación y Nutrición Humana (GIANH) - ESPOCH.
Riobamba – Ecuador.
Correo-e: ve.guanga@uta.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0889-3723>

Michelle Nieto
Universidad Técnica de Ambato, Facultad Ciencias de la Salud, Ambato-Ecuador.
Correo-e: mnieto4675@uta.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2517-4173>

Ochoa, Camila
Universidad Técnica de Ambato, Facultad Ciencias de la Salud, Ambato-Ecuador.
Correo-e: cochoa7008@uta.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5859-9448>

Romero, Jennifer
Universidad Técnica de Ambato, Facultad Ciencias de la Salud, Ambato-Ecuador.
Correo-e: jromero3201@uta.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0348-5598>

Tipán, Jonathan
Universidad Técnica de Ambato, Facultad Ciencias de la Salud, Ambato-Ecuador.
Correo-e: jtipan1637@uta.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2446-8110>

Trujillo, David
Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba – Ecuador.
Correo-e: dgtrujillo.fpe@unach.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-7925-2187>

Citación:

Guanga, V., Nieto, M., Ochoa, C., Romero, J., Tipán, J. y Trujillo, D. (2024). Factores socio-alimentarios y estado nutricional en una comunidad universitaria: un estudio descriptivo en Ambato. *GICOS*, 9(3), 120-130
DOI: <https://doi.org/10.53766/GICOS/2024.09.03.09>



RESUMEN

Introducción: la comunidad universitaria presenta patrones alimentarios poco saludables, consumo de tabaco y alcohol, son sedentarios, lo cual contribuye a la adopción de estilos de vida inadecuados, por tanto, el objetivo de este estudio fue relacionar factores socio-alimentarios con el estado nutricional. **Métodos:** estudio descriptivo, transversal con una muestra no probabilística de 52 adultos que acudieron a la atención nutricional en una universidad de Ambato, se realizó un historial completo, nivel de actividad física, signos físicos, consumo alimentario; se midió peso, talla, circunferencias, pliegues para obtener índice de masa corporal, riesgos metabólicos; obteniendo un diagnóstico nutricional, se asoció variables en Jamovi 2,3 mediante Chi-cuadrado. **Resultados:** la mayoría son estudiantes 86,5%, mujeres 78,8%, no realizan actividad física 68,3%, consumen tabaco 7,7% y alcohol 11,5%. El 28,8% tiene antecedentes personales patológicos, 23,1% quirúrgicos, 15,4% presenta alergias o intolerancias; la mayoría tiene obesidad y sobrepeso 55,8%, riesgo cardio metabólico 59,6%, signos de malnutrición 55,8%, consumo insuficiente de proteínas 78,8% carbohidratos 51,9% y grasas 59,6%; existe una asociación significativa entre estado nutricional y grupo etario 0,033, antecedentes familiares 0,008 y riesgo cardio metabólico <0,001; entre sexo y riesgo cardio metabólico <0,001. **Conclusión:** se concluye que los pacientes que acuden a un servicio de nutrición universitario en su mayoría son mujeres, no realizan actividad física, tienen sobrepeso y obesidad, riesgo cardiometabólico, reflejan signos de malnutrición y presentan consumo insuficiente de macronutrientes. Los factores que se relacionan con el estado nutricional son grupo etario, antecedentes familiares y riesgo cardio metabólico y sexo.

Palabras clave: universitarios, estilos de vida, jóvenes, hábitos alimentarios.

ABSTRACT

Introduction: the university community exhibits unhealthy eating patterns, tobacco and alcohol consumption, and sedentary behavior, contributing to the adoption of inadequate lifestyle habits. Therefore, the objective of this study was to relate dietary factors to nutritional status. **Methods:** this was a descriptive, cross-sectional study with a non-probabilistic sample of 52 adults who attended nutritional counseling at a university in Ambato. A complete history was taken, including physical activity level, physical signs, and food consumption; weight, height, circumferences, and skinfolds were measured to obtain body mass index (BMI) and assess metabolic risks, leading to a nutritional diagnosis. Variables were associated using Jamovi 2.3 via Chi-square tests. **Results:** the majority were students (86.5%), with 78.8% being women. 68.3% did not engage in physical activity, 7.7% consumed tobacco, and 11.5% consumed alcohol. 28.8% had personal medical history, 23.1% had surgical history, and 15.4% had allergies or intolerances. Most individuals had obesity and overweight (55.8%), cardio-metabolic risk (59.6%), and signs of malnutrition (55.8%). Protein intake was insufficient in 78.8%, carbohydrates in 51.9%, and fats in 59.6%. Significant associations were found between nutritional status and age group ($p=0.033$), family history ($p=0.008$), and cardio-metabolic risk ($p<0.001$); between sex and cardio-metabolic risk ($p<0.001$). **Conclusion:** it was concluded that patients attending university nutrition services are predominantly women who do not engage in physical activity, have overweight and obesity, cardio-metabolic risk, exhibit signs of malnutrition, and have insufficient intake of macronutrients. Factors related to nutritional status include age group, family history, cardio-metabolic risk, and sex.

Keywords: university students, lifestyle, youth, eating habits.

INTRODUCCIÓN

La comunidad universitaria tanto estudiantes, docentes, administrativos enfrenta desafíos en su rutina diaria, como horarios irregulares, largas horas frente a pantallas, prácticas y patrones alimentarios inadecuados: ausencia de desayuno, consumo excesivo de alimentos rápidos, horarios de alimentación irregulares, adicciones: consumo de tabaco y alcohol, exposición a la violencia social, sedentarismo, lo que puede aumentar el riesgo para la salud contribuyendo a la formación de inadecuados patrones alimentarios que perduran a lo largo de la vida junto con la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles (Hernández-Gallardo et al., 2021).

Los hábitos alimentarios, son una parte intrínseca de la cultura de las comunidades, se desarrollan en el entorno familiar y están moldeados por prácticas tradicionales que regulan la conducta alimentaria, abarcando la selección de alimentos, las técnicas culinarias y los horarios de ingesta; estos patrones pueden experimentar transformaciones a lo largo del ciclo de vida, influenciados por las fuerzas del mercado, la influencia cultural, la disponibilidad de alimentos y aspectos económicos, comunidades de diversos lugares, entre otros factores (Hernández-Gallardo et al., 2021).

En el caso de los adultos jóvenes tienen falta de adherencia a pautas dietéticas destinadas a mantener un estado nutricional y de salud óptimos, mayores responsabilidades, la gestión eficiente del tiempo, la transición hacia la independencia y la interacción con diversos grupos de individuos. Estas influencias los predisponen a adoptar estilos de vida menos saludables como omitir el desayuno, recurrir a alimentos procesados de baja calidad o con alto contenido de grasas trans y azúcares refinados, el sedentarismo, el consumo de alcohol y tabaco contribuyen a la creación de un entorno “obesogénico”, estos factores actúan como desencadenantes de una doble carga de malnutrición, tanto a nivel individual como a nivel de la población (Hernández-Gallardo et al., 2021; Vásquez Espinoza, 2022).

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, s.f.), la adopción de hábitos tóxicos, la falta de actividad física y el consumo de dietas poco saludables aumentan el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles, las cuales son responsables de 41 millones de muertes anuales, especialmente enfermedades cardiovasculares (17,9 millones por año), y cáncer (9,0 millones), seguidas de enfermedades respiratorias (3,9 millones) y diabetes (1,6 millones).

La obesidad también está en aumento, afectando a más del 56% de los adultos, con un 18,7% de obesidad y un 37,8% de sobrepeso (Pinillos et al., 2022; OPS, s.f.). Por tanto, el objetivo de este estudio fue relacionar factores socio-alimentarios con el estado nutricional de los pacientes que acuden a la atención nutricional, para así generar acciones de promoción de la salud, intervenciones sociales y ambientales que aborden las causas subyacentes de los problemas de salud.

Las acciones integrales de los pacientes deben abordar integralmente sus ambientes saludables en lugar de centrarse únicamente en el tratamiento individualizado del paciente según la recomendación de la OMS (Pinillos et al., 2022; OPS, s.f.).

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal con la participación de 52 adultos jóvenes de 18 a 45 años, que asistieron a la atención nutricional en un consultorio de Ambato, durante el periodo octubre a diciembre de 2024. La muestra fue de tipo no probabilística por conveniencia. Los criterios de inclusión fueron: adultos de ambos sexos que acudan al servicio de nutrición, los criterios de exclusión fueron: el no deseo de participar y firmar el consentimiento informado. Los participantes recibieron información del estudio y se garantiza la conservación del derecho de intimidad y confidencialidad, resaltando la participación voluntaria.

El estado nutricional se evaluó en la consulta nutricional presencial mediante la toma de peso, talla, pliegues cutáneos y circunferencias con equipos especializados; se realizó una evaluación física exhaustiva para identificar posibles indicadores de malnutrición; se llevó a cabo una entrevista personalizada que incluyó un recordatorio de 24 horas para recopilar información detallada acerca de los patrones y hábitos alimentarios de los sujetos en estudio. Se realizó un diagnóstico nutricional individual que incluyó análisis: antropométrico con el IMC según las recomendaciones de la OMS para adultos (bajo peso: $<18,5 \text{ kg/m}^2$, peso normal: de $18,5$ a $24,9 \text{ kg/m}^2$, sobrepeso: de 25 a $29,9 \text{ kg/m}^2$, y obesidad: de 30 a $39,9 \text{ kg/m}^2$; riesgo cardiovascular se tomó como referencia el perímetro de la cintura en hombres: $>90 \text{ cm}$ y mujeres: $>80 \text{ cm}$, puntos de corte descritos. Para los signos clínicos se evaluaron uno a uno y se registró si presenta o no signos/síntomas de malnutrición. Para evaluar los factores alimentarios se incluyó variables antecedentes personales, familiares, actividad física, alergias/ intolerancias, tabaco, alcohol, consumo de macronutrientes: proteína, carbohidratos y grasa, categorizados en insuficiente, normal y exceso para ello se analizó el consumo de alimentos del recordatorio de 24 horas y se comparó con el requerimiento del paciente.

Para el análisis de datos se usó el software Jamovi 2,3 se realizó un análisis descriptivo, mientras que inferencialmente se utilizaron las pruebas de Chi-cuadrado, correlación de Pearson, t de Student de muestras independientes, con un nivel de significancia $p<0,05$.

RESULTADOS

Las características sociodemográficas de los pacientes que acuden al servicio de nutrición de de Ambato, 2023 se describen en la tabla 1, donde se observa que la mayoría son estudiantes (86,5%); la mayoría son mujeres (78,8%); el 32,7% realiza actividad física; el 28,8% tiene antecedentes personales y el 23,1% posee antecedentes quirúrgicos respectivamente; el 15,4% presenta alergias o intolerancias, la mayoría de los pacientes 92,3% no consume tabaco y 88,5% no consume alcohol.

En la tabla 2 se observa que un alto porcentaje de pacientes con obesidad y sobrepeso (55,8%), con riesgo cardio metabólico (59,6%); prevalencia de signos de malnutrición (55,8%); el elevado porcentaje de pacientes con un consumo insuficiente de proteínas (78,8%) carbohidratos (51,9%) y grasas (59,6%) refleja una combinación de factores y estilos de vida poco saludables.

Tabla 1

Características generales y estilo de vida de los pacientes que acuden al servicio de nutrición de Ambato, 2023.

Variable		Nº	Porcentaje (%)
Ocupación	Docente	2	3,80
	Estudiante	45	86,5
	Administrativo	5	9,60
Sexo	Femenino	41	78,8
	Masculino	11	21,2
Antecedentes personales patológicos	No	37	71,2
	Si	15	28,8
Antecedentes quirúrgicos	No	40	76,9
	Si	12	23,1
Antecedentes Familiares	No	15	28,8
	Si	37	71,2
Actividad física	No	35	67,3
	Si	17	32,7
Alergias / intolerancias alimentarias	No	44	84,6
	Si	8	15,4
Tabaco	No	48	92,3
	Si	4	7,70
Alcohol	No	46	88,5
	Si	6	11,5

Tabla 2

Estado nutricional de los pacientes que acuden al servicio de nutrición de Ambato, 2023.

Variable		Nº	Porcentaje (%)
IMC	Bajo peso	3	5,80
	Normal	20	38,5
	Obesidad	12	23,1
	Sobrepeso	17	32,7
Riesgo cardío metabólico	Incrementado	18	34,6
	Normal	21	40,4
	Sustancialmente Incrementado	13	25,0
Signos/Síntomas de Malnutrición	No	23	44,2
	Si	29	55,8
Consumo de proteína	Exceso	2	3,80
	Insuficiente	41	78,8
	Normal	9	17,3
Consumo de carbohidratos	Exceso	16	30,8
	Insuficiente	27	51,9
	Normal	9	17,3
Consumo de grasas	Exceso	10	19,2
	Insuficiente	31	59,6
	Normal	11	21,2

En la tabla 3 se observa la relación entre factores socio-alimentarios y estado nutricional, observando una relación significativa entre estado nutricional según IMC con el grupo etario (0,033), antecedentes familiares (0,008), el riesgo cardio metabólico es ($<0,001$). Por otro lado, variables como ocupación, antecedentes personales, antecedentes quirúrgicos, actividad física, alergias/intolerancias, tabaco, alcohol, signos/síntomas de malnutrición, y diagnósticos específicos de consumo de proteína, carbohidratos y grasa, no muestran una asociación estadísticamente significativa con el estado nutricional de los pacientes en este análisis.

Tabla 3

Asociación entre factores socio-alimentarios y el estado nutricional en pacientes que acuden al servicio de nutrición de Ambato, 2023.

Factores socio-alimentarios	Estado nutricional (Valor p)
Ocupación	0,051
Grupo etario	0,033(*)
Antecedentes personales	0,713
Antecedentes quirúrgicos	0,633
Antecedentes familiares	0,008(*)
Actividad física	0,567
Alergias/ intolerancias	0,188
Tabaco	0,231
Alcohol	0,862
Riesgo cardio metabólico	$<0,001$ (*)
Signos/ síntomas malnutrición	0,602
Dx consumo de proteína	0,106
Dx consumo de carbohidratos	0,828
Dx consumo de grasa	0,124

Nota: (*) existen diferencias estadísticas por medio de la prueba de Chi Cuadrado.

En la tabla 4 se evidencia un valor p de 0,007, lo que indica que existe una asociación significativa entre sexo y riesgo cardio metabólico de los pacientes; lo cual indica que el sexo podría desempeñar un papel relevante en la predisposición o la manifestación de riesgos cardio metabólicos en la población.

Tabla 4

Asociación entre sexo y el riesgo cardio metabólico de los pacientes que acuden al servicio de nutrición de Ambato, 2023.

Riesgo cardio metabólico	Sexo		Total	p-valor
	Femenino N° (%)	Masculino N° (%)	N° (%)	
Incrementado	17 (32,7)	1 (1,9)	18 (34,6)	0,007 (*)
Normal	12 (23,1)	9 (17,3)	21 (40,4)	
Sustancialmente incrementado	12 (23,1)	1 (1,9)	13 (25,0)	
Total	41 (78,9)	11 (21,2)	52 (100,0)	

Nota: (*) existen diferencias estadísticas por medio de la prueba de Chi Cuadrado.

La tabla 5 muestra una correlación estadísticamente significativa entre el estado nutricional y la composición

corporal de los pacientes atendidos con valores $p < 0,001$. Los coeficientes de correlación (R de Pearson) fuertes y positivos entre el IMC y la circunferencia de la cintura (0,872) y el porcentaje de tejido graso (0,724), mientras que es negativa con la masa celular magra (-0,724).

Tabla 5

Relación entre el estado nutricional y composición corporal de los pacientes que acuden al servicio de nutrición de Ambato, 2023.

Variables	R de Pearson	gl	p-valor
IMC - Cintura (cm) * estado nutricional	0,872	50	<,001 (*)
IMC - % Tejido Graso * estado nutricional	0,724	50	<,001 (*)
IMC - % Masa celular magra * estado nutricional	-0,724	50	<,001 (*)

Nota: (*) existen diferencias estadísticas por medio del coeficiente de correlación de Pearson.

La prueba t de Student para muestras independientes con un valor de 8,12 y 50 grados de libertad, indica que hay una diferencia significativa entre las muestras analizadas ($p < 0,001$), como se observa en la tabla 6, las medias del porcentaje de tejido graso entre los grupos masculino (M) y femenino (F) no son iguales ($\mu F \neq \mu M$) observando una disparidad significativa en el tejido graso entre los géneros.

Tabla 6

Comparación del porcentaje tejido graso por sexo de los pacientes que acuden al servicio de nutrición de Ambato, 2023.

IMC - % graso	Masculino	Femenino	Estadístico	Gl	p-valor
Media	21	35.2	8,12	50	<0,001(*)
Desviación estándar	7.26	4.45			
Error estándar de la media	2.19	0.695			

Nota: (*) existen diferencias estadísticas por medio de la prueba t de Student de muestras independientes.

DISCUSIÓN

El estilo de vida de los adultos jóvenes comprende una serie de hábitos que reflejan su modo de vida, considerando aspectos psicológicos, económicos, culturales y sociales, considerando que la comunidad universitaria pasa el mayor tiempo en la universidad, por ende, es fundamental identificar las conductas y factores de riesgo que afectan su salud. Actualmente la importancia de una dieta saludable es crucial para el bienestar de la población, diversos estudios han señalado la presencia de patrones dietéticos inapropiados y un bajo nivel de conocimiento acerca de la nutrición.

Estos hallazgos concuerdan con los resultados obtenidos en este estudio, donde se evidencia un desequilibrio en el consumo de los tres macronutrientes esenciales en la dieta diaria: proteínas (78,8%), carbohidratos (51,9%) y grasas (59,6%); hallazgos similares fueron observados por Reyes y Canto (2020), quienes identificaron un conocimiento deficiente en hábitos alimenticios saludables entre universitarios. Asimismo, en su estudio se apreció un mayor interés por la salud en el sexo femenino, asemejándose a este estudio lo cual se refleja con la mayor asistencia de mujeres al servicio de nutrición (78,8%). Esto puede ser por el estrés académico, limitaciones de tiempo, sedentarismo, limitaciones económicas, preferencia por comidas rápidas

y procesadas, y falta de educación nutricional, tendencias dietéticas, restricciones alimentarias, atribuirse a mitos nutricionales, falta de educación y cambios en las preferencias alimenticias.

En el estudio de Rosales-Ricardo et al. (2023) se detectan altos índices de sobrepeso y obesidad, posiblemente atribuibles a patrones de vida desfavorables como la falta de ejercicio y una dieta inadecuada, junto con la presión académica. Además, la escasez de actividad física entre los universitarios podría ser el resultado de una carga académica elevada, así como el uso de tiempo libre en actividades poco deportivas o con escaso gasto energético. Estos resultados coinciden con lo evidenciado a través de este estudio, donde se registró una mayor incidencia de sobrepeso (32,7%) y obesidad (23,1%), en conjunto representando el 55,8%, contrastando con un índice normal de nutrición (38,5%). Además, se evidencia una proporción más alta de inactividad física (67,3%).

En este estudio, se identificó una mayor prevalencia de riesgo cardio metabólico en mujeres en comparación con hombres, a diferencia de lo reportado por Alcívar et al. (2020) quienes señalan un alto riesgo cardiovascular en ambos sexos. Además, se constató una discrepancia en el porcentaje de tejido graso entre las mujeres y hombres evaluados.

Según Sanchis-Soler et al. (2022), la implementación de programas de ejercicio dentro del entorno universitario contribuye significativamente al incremento de los niveles de actividad física entre los estudiantes, generando beneficios notables para su salud mental. Asumiendo que los estudiantes universitarios a menudo se ven limitados en la práctica de actividad física debido a la inflexibilidad de sus horarios. Este problema se confirma mediante los resultados de la investigación, donde únicamente el 32,7% de los estudiantes participantes manifestaron llevar a cabo actividad física.

Moreta-Herrera et al. (2023) detectaron que el 80% de la muestra consumía alcohol, y únicamente un 28% exhibía un patrón de consumo que se considera arriesgado, en relación al tabaquismo el 31.4% de los participantes eran fumadores, con aproximadamente el 70% de ellos abstinentes en el momento del estudio. Ahora bien, el presente estudio muestra una tasa de consumo de alcohol significativamente menor, apenas del 11,5%. Además, los datos sobre tabaquismo difieren, ya que solo el 7,7% de los individuos admitió practicarlo. Estas discrepancias pueden atribuirse a diferencias en la metodología del estudio, la población estudiada o en las actitudes sociales hacia el consumo de alcohol y tabaco en el entorno específico del estudio.

La literatura indica que los miembros de una familia comparten sus genes, así como el medio ambiente, el estilo de vida y sus costumbres y de la misma manera los riesgos de desarrollar enfermedades (Alianza Genética, 2009), corroborando los hallazgos del estudio, donde se muestra que antecedentes familiares patológicos se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes con un valor de $p = 0,008$. Un estudio realizado en estudiantes de entre 19 a 24 años indicó que precisamente en estas edades es donde ocurre el mayor desequilibrio de la condición nutricional de los individuos por los comportamientos que tienen con la alimentación y menciona que el 34.9% evidenciaron problemas de sobrepeso y obesidad (Aguilar et al., 2023). En nuestro estudio la mayor parte de la población evaluada presentó un estado nutricional desfavorable para

sus edades con un porcentaje del 23,10% presentan obesidad y el 32,7% sobrepeso. La universidad pública peruana mencionó que las alteraciones del estado nutricional afectan a los jóvenes universitarios por el estilo de vida que llevan dictando en su estudio que el 26,67% de estudiantes lleva un estilo de vida pésimo, y solo el 3,33 % lleva un estilo aceptable (Castro et al., 2023).

Entre las edades de los 18 a los 25 años es en el lapso donde más cambios experimentamos y más en nuestra alimentación, ya que adquirimos conductas nuevas y según la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, la conducta sedentaria, la media de minutos que pasan sentados los estudiantes de medicina fue de 505 minutos (8,4 horas) encontrándose en la clasificación de conducta sedentaria media Orellana & Urrutia (2013). En este estudio tratamos de correlacionar que la vida sedentaria de los estudiantes universitarios está relacionada con su estado nutricional.

Además, investigaciones señalan la correlación entre el estado nutricional y la composición corporal, indicando que una composición corporal adecuada sugiere una distribución equilibrada de masa grasa y muscular, y un mejor estado nutricional (Sánchez et al., 2018; Holmes y Racette, 2021; Irisawa y Mizushima, 2020). Esto corrobora la asociación entre el estado nutricional (IMC) y composición corporal (% Tejido graso, % Masa celular magra) hallada en nuestra investigación con valores $p < 0,001$ y coeficiente de correlación R de Pearson 0,724 para % de tejido graso y -0,724 para masa celular magra.

Por consiguiente, es necesario continuar trabajando sobre hábitos alimentarios y estilos de vida, con repercusiones significativas para la salud individual y poblacional, para de esta manera disminuir la adopción de hábitos poco saludables generados por la interacción entre prácticas tradicionales arraigadas en el entorno familiar, las presiones contemporáneas del mercado, la cultura, la disponibilidad de alimentos y aspectos socioeconómicos.

CONCLUSIONES

Se concluye que los pacientes que acuden a un servicio de nutrición de la Universidad Técnica de Ambato en el año 2023, en su mayoría son mujeres, no realizan actividad física, tienen sobrepeso y obesidad, riesgo cardiometabólico, reflejan signos de malnutrición y presentan consumo insuficiente de macronutrientes, vinculados con hábitos poco saludables y la falta de actividad física.

Los factores socio-alimentarios que se asocian significativamente con el estado nutricional según IMC son grupo etario, antecedentes familiares y riesgo cardio metabólico, al igual que el riesgo cardiometabólico se asocia significativamente con el sexo.

Las correlaciones revelan fuertes vínculos entre el IMC, la grasa corporal y la masa magra, con diferencias significativas entre géneros en la grasa corporal; con coeficientes de correlación fuerte y positiva entre el IMC y circunferencia de la cintura, indica que a medida que el IMC tiende a aumentar o disminuir, la circunferencia de cintura también tiende a hacer lo mismo; entre el IMC y el porcentaje de tejido graso a medida que aumenta el IMC, tiende a incrementarse el porcentaje de tejido y una correlación inversa entre el IMC y el porcentaje

de masa celular magra.

RECOMENDACIONES

Se recomienda continuar con los seguimientos nutricionales a los pacientes y trabajar con intervenciones nutricionales integrales tanto para docentes, administrativos y estudiantes mediante estrategias educativas respaldadas por evidencia científica, considerando factores psicológicos, económicos y sociales, promoción de una cultura de salud que influya en la formación de hábitos saludables a largo plazo para cultivar una generación de adultos jóvenes que abracen estilos de vida activos y saludables en su transición hacia la adultez.

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no existe conflicto de interés.

REFERENCIAS

- Alcivar, J. E., Vera, N. A., Marcillo, W. P., García, M. P., y Vásquez, H. E. (2020). Riesgo cardiovascular antropométrico de estudiantes universitarios. *Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular*, 26(1), 3. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407010>
- Alianza Genética. (2009, 8 de julio). *Anexo B: Los antecedentes familiares son importantes para su salud*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK132202/>
- Aguilar, S., Cano, L. E., López, S. J., Castillo, Y., Mireles, M., y Ponce, D. (2023). Estado nutricional y comportamiento alimentario en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 3303-3314. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7175>
- Castro, C., García, R., Ricra, C., Fretel, N., Inga, G., y Álvarez, L. (2023). Estilo de vida y estado nutricional en estudiantes de una universidad pública peruana. *Revista Vive*, 6(17), 482–490. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v6i17.239>
- Cerezo, M., y Frutos, F. (2020). Impacto del estilo de vida de los estudiantes universitarios en la promoción de políticas públicas en salud: El caso de los nudges. *Revista Española de Salud Pública*, 94, 73. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7721446>
- Durán, S., Fernández, E., Fuentes, J., Hidalgo, A., Quintana, C., Yunge, W., Fehrmann, P., y Delgado, C. (2015). Patrones alimentarios asociados a un peso corporal saludable en estudiantes chilenos de la carrera de nutrición y dietética. *Nutrición Hospitalaria*, 32(4), 1780-1785. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.32.4.9515>
- Galarza, C., Huamaní, R., Echevarría, C., Quiroz, N., Huayllani, G., y Gamarra, L. (2023). Estilo de vida y estado nutricional en estudiantes de una universidad pública peruana. *Vive Revista de Salud*, 6(17), 482-490. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2664-32432023000200482&script=sci_arttext
- Hernández-Gallardo, D., Arencibia-Moreno, R., Linares-Girela, D., Murillo-Plúa, D., Bosques-Cotelo, J., y Linares-Manrique, M. (2021). Condición nutricional y hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de Manabí, Ecuador. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 27(1), 13. https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2021_1-art_3.pdf
- Holmes, C., y Racette, S. (2021). La utilidad de la evaluación de la composición corporal en la nutrición y la práctica clínica: una descripción general de la metodología actual. *Nutrients*, 13(2493). <http://dx.doi.org/10.3390/nu13082493>
- Irisawa, H., & Mizushima, T. (2020). Correlation of body composition and nutritional status with functional recovery in stroke rehabilitation patients. *Nutrients*, 12(7), 1923. <https://www.mdpi.com/2072->

6643/12/7/1923

- Moreta-Herrera, R., Bassante, C., Bonilla, D., Salinas, A., Paredes, A., y Dominguez-Lara, S. (2023). Influencia de las actitudes al consumo de alcohol en el consumo de alcohol y tabaco en universitarios del Ecuador: Un modelo explicativo con SEM. *Health & Addiction/Salud y drogas*, 23(1), 249-262. <https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/5373>
- Orellana, K., y Urrutia, L. (2013). *Evaluación del estado nutricional, nivel de actividad física y conducta sedentaria en los estudiantes universitarios de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas* [Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/301568/orellana_ak-pub-delfos.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Organización Panamericana de la Salud (OPS, s.f.). *Enfermedades no transmisibles*. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
- Pinillos, Y., Oviedo, E., Rebolledo, R., Herazo, Y., Valencia, P., Guerrero, M., y Cortés, G. (2022). Estilo de vida en adultos jóvenes universitarios de Barranquilla, Colombia. Diferencias según sexo y estatus socioeconómico. *Retos*, 43, 979–987. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8072019>
- Reyes, S., y Canto, M. (2020). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista chilena de nutrición*, 47(1), 67-72. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182020000100067&script=sci_arttext
- Rodríguez-Espinosa, H., Restrepo-Betancur, L. F., y Urango, L. A. (2015). Preferencias y frecuencia de consumo de derivados cárnicos por parte de estudiantes universitarios de Medellín, Colombia. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 19(4), 204–211. <https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.19.4.174>
- Rosales-Ricardo, Y., Cordovéz-Macias, S., Fernández-Vélez, Y., y Álvarez-Carrión, S. (2023). Estado nutricional y actividad física en estudiantes universitarios. Una revisión sistemática. *Revista chilena de nutrición*, 50(4), 445-456. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182023000400445&lng=es
- Sanchis-Soler, G., García-Jaén, M., Sebastia-Amat, S., Diana-Sotos, C., y Tortosa-Martinez, J. (2022). Acciones para una universidad saludable: Impacto sobre la salud mental y física de los jóvenes. *Retos*, 44, 1045–1052. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91940>
- Universidad Técnica de Ambato. (2022). *Dirección de Bienestar Universitario*. <https://uta.edu.ec/v4.0/index.php/noticia-23>
- Vázquez, V., Rangel, A., Peña, S., Díaz, Y., y Ramenzoni, V. (2018). Estado nutricional y composición corporal de campesinos y pescadores ocasionales del municipio Yaguajay, Sancti Spiritus, Cuba. *Nutr. clín. diet. hosp*, 38(2), 139-144. <https://revista.nutricion.org/PDF/VANEVAZ.pdf>
- Vásquez, G. (2022). *Comportamiento alimentario y su relación con el estado nutricional de los adultos jóvenes que realizan turnos rotativos de la Carrera de Enfermería de la UNEMI* [Tesis de maestría, Universidad Estatal de Milagro]. <https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/6925>