

CAPÍTULO VIII

Hábitos alimenticios, nocivos y Rendimiento académico en Estudiantes universitarios

Eating habits, harmful and Academic performance in University Students

DOI: <https://doi.org/10.58995/lb.redlic.2.38>

Sara Elizabeth Bravo Salinas

Universidad Católica de Cuenca

sara.bravo@ucacue.edu.ec

Cuenca, Ecuador.

 <https://orcid.org/0000-0003-4878-1662>

Milton Marcelo Montesdeoca Vázquez

Universidad Católica de Cuenca

[mmtontesdeocav95@est.ucacue.edu.ec](mailto:mmmontesdeocav95@est.ucacue.edu.ec)

Sigsig, Ecuador

 <https://orcid.org/0000-0003-1476-5584>

Diana Carolina Izquierdo Coronel

Universidad Católica de Cuenca

dizquierdoc@ucacue.edu.ec

Cuenca, Ecuador.

 <https://orcid.org/0000-0002-1577-491X>

Alex Alberto Castillo Zhizhpón

Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social

acz8@hotmail.com

Cuenca, Ecuador.

 <https://orcid.org/0000-0002-6487-7552>

1. INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimenticios nocivos tienen una influencia sobre el rendimiento académico de manera directa o indirecta, es por ello que con la presente investigación se busca determinar; cómo influyen los hábitos alimenticios nocivos, sobre el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de medicina, por otra parte, se busca evaluar la incidencia sobre el estado de salud de los individuos (Jiménez Jiménez & Morales Ochoa, 2020a; Ponce et al., 2019). La Organización Mundial de la Salud & Organización Panamericana de Salud, 2019 indican en su último reporte que el incremento de la incidencia de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles, es el resultado del mayor consumo de alimentos no saludables.

El consumo de los alimentos depende de algunos factores: propios del individuo, cultura, zona geográfica, grupo familiar, entre otros. Es por ello que existen varias guías nutricionales desarrolladas por cada país. El Ecuador en el año 2018, a través del Ministerio de Salud Pública (MSP) en conjunto con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), desarrollaron las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA), buscando fomentar hábitos alimenticios saludables en la población ecuatoriana (Cárdenas Vera & Tomalá Quimí, 2021; Jiménez Jiménez & Morales Ochoa, 2020a).

Los hábitos alimenticios se definen como el conjunto de rutinas diaria que sigue una persona que la conduce a preparar o consumir un determinado alimento como parte de su día a día, y dependiendo del estilo de vida de cada individuo puede resultar ser de riesgo o beneficiosa. El estilo de vida de ciertos grupos poblacionales, especialmente en los jóvenes, puede llevar a hábitos alimentarios nocivos. Una encuesta realizada en Chile muestra como casi menos del 50% de los jóvenes entre 15 y 24 años consumen productos lácteos, cereales, frutas, verduras y mariscos al día, por otro lado, el 45,5% y 20,7%

han adaptado el consumo de tabaco y alcohol en su vida cotidiana (Caribe, 2020; Sidor & Rzymiski, 2020).

Un estudio desarrollado en la ciudad de Guayaquil en el año 2021, demostró que la mayoría de estudiantes universitarios recibieron información sobre una nutrición saludable y un pequeño grupo no recibió información sobre el consumo de alimentos saludables. A pesar de tener conocimientos sobre buenos hábitos alimenticios, se obtuvo los siguientes resultados, alrededor del 90 % tienen malos hábitos alimenticios y un 10 % han desarrollado buenos hábitos alimenticios. El rendimiento académico en estos estudiantes se vio afectado en el 13% de los estudiantes que tenían hábitos alimenticios desfavorables (Jiménez Jiménez & Morales Ochoa, 2020b).

La transición que se da desde la secundaria a la universidad, resulta ser una etapa decisiva para que ocurran cambios en los estilos de vida, y con ello se ve afectado los hábitos alimenticios, ya que muchos de los estudiantes por primera vez asumen la responsabilidad de su alimentación debido a que una gran parte se separa de su familia y adquieren mayor independencia, y responsabilidad de su dinero que viabiliza un gasto propio, también su alimentación se va a ver influenciados por distintos hábitos sociales. En efecto, el inicio hacia la vida universitaria está relacionada con hábitos alimenticios nocivos caracterizada por una mayor ingesta de azúcares, alcohol y comidas rápidas como lo han demostrado varios autores (Aulestia-Guerrero & Capa-Mora, 2020; Collazos et al., 2021; Reyes Narváez et al., 2020; Rhode Navarro Cruz et al., 2017).

La vida universitaria es una etapa crítica para ciertos jóvenes, por los cambios que se presentan a nivel alimentario y educativo, los cuales van a influir en la obtención de buenos resultados académicos, generando problemas emocionales que conducen al desarrollo de estrés y sensación de aumento del apetito, influyendo en la elección inadecuada de alimentos, los cuales con el transcurso del tiempo se vuelven un hábito alimenticio (Díaz Muñoz et al., 2021; Romero-Martínez et al., 2019).

Sin embargo, ellos están conscientes de que los hábitos alimenticios nocivos resultan no ser beneficiosos para su salud tanto física como mental. Un estudio realizado en México en donde participaron 261 estudiantes del área de la salud concuerda con lo

mencionado anteriormente y recalcan que al alimentarse con comida poco saludable y adoptarla como un hábito se sienten con menos energía afectando su aprendizaje (Díaz Muñoz et al., 2021; Díaz-Carrión et al., 2020).

2. Materiales y Métodos

La investigación se desarrolla en base a un diseño no experimental, de tipo cuantitativo, corte transversal, probabilístico con un alcance de tipo descriptivo correlacional. La investigación se llevó a cabo en la Universidad Católica de Cuenca, sede Azogues, carrera Medicina, la misma está ubicada en la ciudad de Azogues, provincia del Cañar, la población de estudio fueron los estudiantes matriculados en el período académico octubre 2020 - marzo 2021, en donde se incluyeron a los alumnos de segundo a décimo ciclo, que cumplieron los criterios de inclusión y así mismo autorizaron su participación en este estudio, mediante el consentimiento informado.

Se realizó una encuesta constituida por varios bloques: sociodemográfico, nutricional, familiar, psicológico, métodos anticonceptivos y sexualidad y dispositivos electrónicos, mismos que formaron parte del Proyecto de investigación "*Factores asociados al Rendimiento académico en Estudiantes universitarios en tiempos de covid-19*", ganador en la X Convocatoria de la Universidad Católica de Cuenca, cumpliendo con todos los requisitos establecidos en dicha convocatoria.

La obtención de la base de datos estuvo a cargo de los docentes responsables del proyecto, mismos que realizaron el control de calidad de dicha base, el análisis estadístico se realizó con el paquete estadístico SPSS V20.

En esta investigación se mantuvo la confidencialidad de cada uno de los participantes, respetando sus derechos, de acuerdo a lo que establece la declaración de Helsinki.

3. Resultados

En esta investigación participaron de manera voluntaria un total de 623 estudiantes, legalmente matriculados en la Facultad de Salud y bienestar en la carrera de Medicina desde el segundo al décimo ciclo.

3.1. Datos Demográficos de los Participantes

Del total de participantes 403 (64,7%; IC95% 60.19 – 67.30) fueron mujeres, en la tabla 1, se evidencia los datos demográficos de los participantes, determinado por: sexo, edad, residencia y estado civil de los participantes. Para efectos de este estudio se realizó recategorización de la edad en dos grupos etarios: menores y mayores de 20 años, los 456 (73,2%; IC95% 69.50 – 76.40) fueron los menores de 20 años, 487 (78,2%; IC95% 74.63 – 81.21) son de la Región Andina y 597 (95,8%; IC95% 93.25 – 96.62) declararon ser solteros.

En la tabla 2, se muestra las características de los estudiantes con bajo rendimiento en relación a los datos demográficos, en donde se evidencia que los hombres tienen 66% (RP 1,66; IC95% 1.04 – 2.65; Valor P: 0.031) más probabilidad de tener bajo rendimiento académico que las mujeres; de igual manera los estudiantes iguales o mayores a 20 años presentaron 92% (RP 1,92; IC95% 1.20 – 3.12; Valor P: 0.006) más probabilidades de presentar bajo rendimiento en relación a los estudiantes menores a dicha edad.

Tabla 1

Datos demográficos de los participantes.

Variable	Categoría	n	%	IC95%
Sexo	Hombre	220	35,3	31.30 - 38.84
	Mujer	403	64,7	60.19 - 67.30
	Total	623	100	
Edad	Menor de 20 años	456	73,2	69.50 - 76.40
	Igual o mayor de 20 años	167	26,8	22.63 - 29.53
	Total	623	100.0	
Región de residencia	Región Andina	487	78,2	74.63 – 81.21
	Otras Regiones	136	21,8	17.81 – 24.23
	Total	623	100.0	
Estado civil	Solteros	597	95,8	93.25 – 96.62
	Otros	26	4,2	2.56 – 5.61
	Total	623	100.0	

Nota: (n): Tamaño de muestra; (%) Porcentaje; (IC 95%): Intervalo de confianza del 95%.

Los estudiantes que provienen de una región distinta a la Sierra, tienen 56% (RP: 1,56; IC_{95%} 1.07 – 2.56; RV: 2.658; Valor P: 0.091) más probabilidad de tener bajo rendimiento. En tanto que el estado civil, no demostró ser significativo (RP 1,14; IC_{95%} 0.38 – 3,44; Valor P: 0.851) para tener bajo rendimiento académico.

Tabla 2

Características de los estudiantes con bajo rendimiento académico en relación a los datos demográficos

Variable	Categoría	n	% ^a	RP	IC _{95%}	RV	Valor p
Sexo	Hombre	30	13,6	1,66	1.04 - 2.65	4.066	0.031
	Mujer	33	8.2				
Edad	Menor de 20 años	37	8.1	1.92	1.20 – 3.12	6.912	0.006
	Igual o mayor de 20 años	26	15,6				
Región	Sierra	44	9.0	1.56	1.07 – 2.56	2.658	0.091
	Otras Regiones	19	14.0				
Estado civil	Solteros	60	10.1	1.14	0.38 – 3.44	0.058	0.805
	Otros	3	11.5				

Nota: (%^a): El denominador para el porcentaje corresponde a la variable de la fila; (**n**): Tamaño de muestra; (**RP**): Razón de Prevalencia; (**IC_{95%}**): Intervalo de Confianza del 95%; (**RV**): Razón de Verosimilitud.

1.2. Rendimiento académico de los participantes

En la tabla 3, se puede ver el rendimiento académico de los estudiantes, para lo cual se tomó en cuenta el promedio de los participantes y se recategorizó en dos grupos, de los cuales 63 (10,1%; IC_{95%} 7,70 – 12,35) presentaron bajo rendimiento académico, de estos estudiantes 36 (57,1%; 44.44 – 69.84) reprobaron uno o más ciclos académicos.

Tabla 3

Rendimiento académico de los estudiantes.

Variable	Categoría	n	%	IC 95%
Rendimiento académico	Bajo rendimiento	63	10.1	7.70 - 12.35
	Adecuado rendimiento	560	89.9	86.51 - 91.3
	Total	623	100.0	
Pérdida de asignatura/as	Si	36	57.1	44.44 - 69.84
	No	27	42.9	30.15 - 53.96
	Total	63	100	

Nota: IC 95%: Intervalo de confianza del 95%; n: Muestra.

1.3. Estado Nutricional de los Participantes con Bajo Rendimiento Académico y Frecuencia de Consumo de los Alimentos

El estado nutricional de los estudiantes con bajo rendimiento académico se evidencia en la tabla 4, determinado por el índice de masa corporal, encontrando 32 (50,8%; IC_{95%} 38,09 – 61,90) participantes con malnutrición, y en relación a la percepción de sus hábitos alimenticios 39 (61,9%; IC_{95%} 49,20-73,01) estudiantes consideran que son adecuados.

Tabla 4

Estado Nutricional y percepción de hábitos alimenticios de los estudiantes con bajo rendimiento académico.

Variable	Categoría	n	%	IC 95%
IMC	Normopeso	31	49.2	36.50 – 61.90
	Malnutrición	32	50.8	38.09 – 61.90
	Total	63	100.0	
Percepción sobre hábitos alimenticios	Buenos	24	38.1	26.98-50.79
	Malos	39	61.9	49.20-73.01
	Total	63	100.0	

Nota: IC 95%: Intervalo de confianza del 95%; n: Muestra.

En cuanto a los alimentos existe una gran variabilidad de consumo en los estudiantes universitarios, aunque se puede evidenciar que existe un porcentaje considerable que llega hasta el 27% de estudiantes que no consumen algunos alimentos como lácteos, frutas, verduras y algunas proteínas; por el contrario, entre el 70 y 80% de estudiantes consumen lácteos por lo menos entre una a dos veces a la semana, con predominio del queso (tabla 5).

Más del 90% de estudiantes manifestaron consumir frutas, legumbres y verduras entre una, dos y hasta cinco veces por semana respectivamente; los carbohidratos son consumidos entre el 79,4% hasta el 96,8%, consumiendo por lo menos una vez a la semana cereales, pan, fideos, papas, sin embargo, el arroz es el carbohidrato que predomina entre los estudiantes con una frecuencia de consumo diario; otro alimento consumido a diario es la carne de res y los huevos dentro como alimento proteico, mientras que, los mariscos tienen una frecuencia de consumo menor (una vez a la semana), el agua también la consumen a diario.

Tabla 5

Frecuencia del consumo de alimentos estudiantes con bajo rendimiento académico.

VARIABLE		1 vez	2 veces	3 veces	4 veces	5 veces	Más de 5 veces	Total de consumo	NO consume
Leche	N	21	11	6	4	4	5	51	12
	%	33.3	17.5	9.5	6.3	6.3	7.9	81.0	19.0
Yogurt	N	19	16	4	4	2	4	49	14
	%	30.2	25.4	6.3	6.3	3.2	6.3	77.8	22.2
Queso	N	16	19	5	2	6	6	54	9
	%	25.4	30.2	7.9	3.2	9.5	9.5	85.7	14.3
Frutas	N	13	12	9	6	9	12	61	2
	%	20.6	19.0	14.3	9.5	14.3	19.0	96.8	3.2

Verduras	N	9	12	11	5	13	12	62	1
	%	14.3	19.0	17.5	7.9	20.6	19.0	98.4	1.6
Legumbres	N	13	15	2	10	8	13	61	2
	%	20.6	23.8	3.2	15.9	12.7	20.6	96.8	3.2
Cereales	N	18	16	6	6	3	6	55	8
	%	28.6	25.4	9.5	9.5	4.8	9.5	87.3	12.7
Pan	N	14	12	7	7	3	7	50	13
	%	22.2	19.0	11.1	11.1	4.8	11.1	79.4	20.6
Arroz	N	9	12	5	9	4	21	60	3
	%	14.3	19.0	7.9	14.3	6.3	33.3	95.2	4.8
Fideos	N	22	11	8	9	5	3	58	5
	%	34.9	17.5	12.7	14.3	7.9	4.8	92.1	7.9
Papas	N	11	23	5	8	9	5	61	2
	%	17.5	36.5	7.9	12.7	14.3	7.9	96.8	3.2
Carnes	N	6	12	12	6	11	16	63	0
	%	9.5	19.0	19.0	9.5	17.5	25.4	100	0
Mariscos	N	23	16	2	9	2	1	53	10
	%	36.5	25.4	3.2	14.3	3.2	1.6	84.1	15.9
Huevos	N	11	13	11	9	4	13	61	2
	%	17.5	20.6	17.5	14.3	6.3	20.6	96.8	3.2
Agua	N	3	8	8	5	3	35	62	1
	%	4.8	12.7	12.7	7.9	4.8	55.6	98.4	1.6
Frutos secos	N	22	19	3	0	0	2	46	17
	%	34.9	30.2	4.8	0	0	3.2	73.9	27.0

Nota: IC 95%: Intervalo de confianza del 95%; n: Muestra.

En cuanto al consumo de alimentos poco saludables en los estudiantes con bajo rendimiento académico (tabla 6), se evidenció que la mayoría de los participantes los consume, con excepción de las bebidas energizantes, ya que dicho consumo es escaso en la mayoría de los participantes, existiendo predominio en el consumo de embutidos en el 95,2% con una frecuencia de consumo de al menos dos veces por semana, al igual que el consumo de comida chatarra (papas fritas, hot dogs, hamburguesas) con un porcentaje

de 82,5%; porcentaje que comparte con el consumo de café, a pesar de que tenga una frecuencia de consumo más baja de solo una vez a la semana de acuerdo a lo manifestado por los participantes; los snack dulces y las gaseosas son alimentos consumidos también consumidos una vez a la semana, mientras que el té es el único alimento que han manifestado consumirlo 5 veces a la semana en el 84,1% de los participantes.

Tabla 6

Frecuencia del consumo de alimentos poco saludables por semana en los estudiantes con bajo rendimiento académico.

Variable		1 vez	2 veces	3 veces	4 veces	5 veces	Más de 5 veces	Total de consumo	NO consume
Snack dulce	n	29	9	10	3	0	0	52	12
	%	46.0	14.3	15.9	4.8	0	0	81.0	19.0
Gaseosas	N	22	14	5	1	0	0	42	21
	%	34.9	22.2	7.9	1.6	0	0	66.7	33.3
Comida rápida	N	23	25	3	1	0	0	52	11
	%	36.5	39.7	4.8	1.6	0	0	82.5	17.5
Bebidas energéticas	N	11	2	4	1	0	0	18	45
	%	17.5	3.2	6.3	1.6	0	0	28.6	71.4
Jugos artificiales	N	20	9	2	2	5	0	38	25
	%	31.7	14.3	3.2	3.2	7.9	0	60.3	39.7
Café	N	20	8	2	6	7	9	52	11
	%	31.7	12.7	3.2	9.5	11.1	14.3	82.5	17.5
Té	N	13	11	1	3	7	18	53	10
	%	20.6	17.5	1.6	4.8	11.1	28.6	84.1	15.9
Embutidos	N	17	18	9	4	3	9	60	3
	%	27.0	28.6	14.3	6.3	4.8	14.3	95.2	4.8
Snaks salados	N	22	18	8	1	0	0	49	14
	%	34.9	28.6	12.7	1.6	0	0	77.8	22.2

Nota: IC 95%: Intervalo de confianza del 95%; n: Muestra.

1.4. Relación del Estado Nutricional y Percepción de Hábitos Alimenticios con el Bajo Rendimiento Académico de Los Estudiantes

La interacción de variables demostró que el estado nutricional influye directamente en el rendimiento académico ya que se evidenció que los estudiantes con algún grado de malnutrición presentaron 63% (RP: 1,63; IC_{95%} 1.02 – 2,63; Valor P: 0.043) más probabilidad de tener bajo rendimiento académico, en comparación con los estudiantes que tenían normopeso, de igual manera se determinó que aquellos estudiantes con una mala percepción en cuanto a sus hábitos alimenticios tuvieron 78% (RP: 1,63; IC_{95%} 1.02 – 2,63; Valor P: 0.043) más probabilidades de tener bajo rendimiento, lo cual se evidencia en la tabla 7.

Así mismo se demostró que el encontrarse repitiendo una o más asignaturas influye en su rendimiento académico ya que estos estudiantes tienen 20 veces más probabilidad de tener o continuar con bajo rendimiento académico.

Tabla 7

Relación entre estado nutricional, percepción de hábitos alimenticios y bajo rendimiento académico.

Variable	Categoría	n	% ^a	RP	IC _{95%}	RV	Valor p
IMC				1.63	1.02 – 2.63	4.001	0.043
	Normopeso	31	8.2				
	Malnutrición	32	13.2				
Percepción de Hábitos alimenticios				1.78	1.09 – 2.94	5.588	0.018
	Buenos	24	7.4				
	Malos	39	13.1				
Pérdida de una o más asignaturas				20.6	11.23-37.87	95.42	<0.005
	Si	36	51.4				
	No	27	4.9				

Nota: (%^a): El denominador para el porcentaje corresponde a la variable de la fila; (n): Tamaño de muestra; (RP): Razón de Prevalencia; (IC_{95%}): Intervalo de Confianza del 95%; (RV): Razón de Verosimilitud.

2. Discusión

Los hábitos alimenticios nocivos van a ser un factor sumamente importante en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la carrera de medicina, por otra parte, al estar atravesando una pandemia como la del Covid 19, se desarrollaron cambios en los estilos de vida, llevando a modificar los hábitos alimenticios.

Las diferentes culturas que poseen los estudiantes universitarios, va a influir en el consumo de alimentos ya sean estos saludables o no saludables, por tal motivo en este estudio participaron estudiantes de las diferentes regiones del país, donde se puede observar que el sexo femenino tiene un rendimiento académico superior a los varones, esto puede deberse a que las mujeres son más ordenadas en sus dietas y en sus labores universitarias.

De los 623 estudiantes que participaron en el estudio, se evidencio que 63 estudiantes presentaron un bajo rendimiento académico, representando un 10.1% de toda la población investigada, que coincide con un estudio que se llevó a cabo en el departamento de Cartagena, en donde se investigaron a 59 individuos universitarios de la carrera de Nutrición, con la participación de 54 mujeres, un 76% presentan un rendimiento académico medio y el 24% un rendimiento bajo (Villalba & Saltarín, 2019).

En relación al cruce de variables en donde se comparó el estado nutricional tomando en cuenta el índice de masa corporal y los estudiantes con bajo rendimiento, se evidencio que los que tienen mal nutrición presentan un 63% de probabilidad de tener bajo rendimiento académico, ya sea por obesidad, sobrepeso o desnutrición.

Esto se debe a que los estudiantes con malnutrición presentan problemas en la concentración al momento de las clases, ya sea por falta de consumo de alimentos en el desayuno o el consumir alimentos no ricos en nutrientes por el hecho de ser de otra región y aun no adquiere las costumbres que son propios de la serranía ecuatoriana.

Por esta razón se ve reflejado en el estudio un alto consumo de embutidos, snacks dulces, snacks salados, carbohidratos y gaseosas. Existiendo similitud con un estudio realizado en España en la universidad de Jaume I, en la carrera de enfermería, en donde participaron 114 estudiantes, se pudo comprobar que un 39,47%, tiene hábitos alimenticios

cios pocos saludables y su relación con el rendimiento académico está íntimamente relacionado, obteniendo un 46,49% un rendimiento académico inadecuado (Tena & Clavero, 2021).

Al mismo tiempo otro estudio realizado en Cartagena revela que solo el 21% de los participantes tienen hábitos alimenticios saludables, mientras que un 79 % presenta hábitos alimenticios poco saludables y el rendimiento académico de los estudiantes con los malos hábitos alimenticios es bajo (Villalba & Saltarín, 2019).

De los estudiantes en estudio se encontró que el 89,9% presentó un buen rendimiento académico, que coincide con un estudio realizado en la carrera de Licenciatura en farmacia, en México, en donde participaron 102 estudiantes universitarios de alrededor de 21 años, con mayor participación de las mujeres de los ciclos intermedios, la mitad de los estudiantes revelaron tener buenos hábitos alimenticios adecuados y por ende se ve reflejado en el buen rendimiento académico (Hernández Hernández et al., 2020).

En el estudio realizado en la "Universidad Católica de Cuenca, sede Azogues", los resultados obtenidos son parecidos a los estudios que se han llevado a cabo Colombia, España y México, en donde se comprobó que existe un mejor rendimiento académico de los estudiantes que tienen un Normopeso y se ve afectado cuando el estado nutricional del universitario no se encuentra dentro de los parámetros normales, que coincide con este estudio.

3. Conclusiones

- Los estudiantes universitarios tienen un alto índice de consumo de alimentos no saludables, entre los cuales se destaca el consumo de por lo menos dos veces por semana de embutidos, snacks dulces y salados, mientras que, las bebidas energizantes son consumidas en menor cantidad.
- Los estudiantes que presentan bajo rendimiento académico, tienen hábitos alimenticios no saludables, viéndose reflejado en 63 estudiantes con rendimiento bajo, siendo los varones, mayores o igual a 20 años de edad, que no viven en las regiones de la Costa y Oriente ecuatoriano y con malnutrición, presentando ma-

mayor predisposición a tener bajo rendimiento académico. Es por ello que se comprobó que los hábitos alimenticios no saludables, van a influir de manera directa sobre el rendimiento académico.

- El estado nutricional influye en el éxito universitario, ya que en este estudio se comprobó que los estudiantes que tienen bajo rendimiento académico presentan un índice de masa corporal que refleja algún grado de malnutrición con predominio del sobrepeso.
- Finalmente, los estudiantes que han perdido una o más asignaturas, son más propensos a tener o continuar con bajo rendimiento durante su vida estudiantil, evidenciándose un aumento en el riesgo de hasta 20 veces.

4. Contribución de los Autores

SEBA: Como directora del proyecto organiza las actividades a realizarse en el mismo, además de la realización de la encuesta, recolección de datos, control de calidad de la base de datos, análisis de resultados, revisión de metodología.

AACZ: Control de calidad de la base de datos, descripción y análisis de resultados, elaboración de tablas y análisis de las mismas.

DCIZ: Revisión de marco teórico, escritura y estructura final del documento

MMMV: Descripción de marco teórico, variables utilizadas en el estudio, discusión, conclusiones y descripción de resultados.

5. Agradecimientos

A la Universidad Católica de Cuenca por su aporte en la formación de profesionales y apertura a concursos en el ámbito de la investigación.

6. Aprobación del Comité de Ética y Consentimiento para Participar en el Estudio

Este documento se ha realizado respetando todas las normativas emitidas en la X Convocatoria de proyectos de Investigación de la Universidad Católica de Cuenca, de la misma forma se ha mantenido la debida confidencialidad y codificación de los participan-

tes al obtener la base de datos, con la finalidad de respetar la Declaración de Helsinki de la 18a Asamblea Médica Mundial asegurando los derechos de los participantes.

7. Referencias

- Aulestia-Guerrero, E. M., & Capa-Mora, E. D. (2020). Una mirada hacia la inseguridad alimentaria sudamericana. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2507-2517. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.27622018>
- Cárdenas Vera, L. D., & Tomalá Quimí, A. M. (2021). Comportamiento alimentario y estilos de vida durante la pandemia por COVID-19 [BachelorThesis]. En *Repositorio de la Universidad Estatal de Milagro*. <http://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/handle/123456789/5469>
- Caribe, C. E. para A. L. y el. (2020). *Análisis y respuestas de América Latina y el Caribe ante los efectos de COVID-19 en los sistemas alimentarios N° 1*. CEPAL. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45521-analisis-respuestas-america-latina-caribe-efectos-covid-19-sistemas-alimentarios>
- Collazos, N. E., Obregón, T. A. M., Pepicano, M. A. C., & Mosquera, F. E. C. (2021). ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UN PROGRAMA ACADÉMICO DE SALUD. *Enfermería Investiga*, 6(4), Art. 4. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v6i4.1199.2021>
- Díaz Muñoz, G. A., Pérez Hoyos, A. K., Cala Liberato, D. P., Rentería, L. M. M., Quiñones Sánchez, M. C., Díaz Muñoz, G. A., Pérez Hoyos, A. K., Cala Liberato, D. P., Rentería, L. M. M., & Quiñones Sánchez, M. C. (2021). Diferencia de los niveles de actividad física, sedentarismo y hábitos alimentarios entre universitarios de diferentes programas de la salud de una universidad privada en Bogotá, Colombia. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 25(1), 8-17. <https://doi.org/10.14306/renhyd.25.1.1007>
- Díaz-Carrión, E. G., Failoc-Rojas, V. E., Díaz-Carrion, E. G., & Failoc-Rojas, V. E. (2020). Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(5). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-519X2020000600012&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Hernández Hernández, D., Prudencio Martínez, M. de L., Téllez Girón Amador, N. I., Ruvalcaba Ledezma, J. C., Beltrán Rodríguez, M. G., López Pontigo, L., Reynoso Vázquez, J., Hernández Hernández, D., Prudencio Martínez, M. de L., Téllez Girón Amador, N.

- I., Ruvalcaba Ledezma, J. C., Beltrán Rodríguez, M. G., López Pontigo, L., & Reynoso Vázquez, J. (2020). Hábitos alimenticios y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes de la Licenciatura en Farmacia. *Journal of Negative and No Positive Results*, 5(3), 295-306. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3256>
- Jiménez Jiménez, M. A., & Morales Ochoa, A. del C. (2020a). *Hábitos alimenticios en los internos de enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil*. Año 2020. <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/15289>
- Jiménez Jiménez, M. A., & Morales Ochoa, A. del C. (2020b). *Hábitos alimenticios en los internos de enfermería de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil*. Año 2020. <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/15289>
- Organización Mundial de la Salud, O., & Organización Panamericana de Salud, O. (2019). *Enfermedades no transmisibles—OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
- Ponce, C., Pezzotto, S. M., Compagnucci, A. B., Ponce, C., Pezzotto, S. M., & Compagnucci, A. B. (2019). La alimentación en estudiantes del primer ciclo de la carrera de medicina de la Universidad Nacional de Rosario, Argentina. *Revista chilena de nutrición*, 46(5), 554-560. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182019000500554>
- Reyes Narváez, S., Canto, M. O., Reyes Narvaez, S., & Canto, M. O. (2020). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista chilena de nutrición*, 47(1), 67-72. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182020000100067>
- Rhode Navarro Cruz, A. R., Vera López, O., Munguía Villeda, P., Ávila Sosa-Sánchez, R., Lazcano Hernández, M., Ochoa Velasco, C., & Hernández Carranza, P. (2017). Hábitos alimentarios en una población de jóvenes universitario (18-25 años) de la ciudad de Puebla. *Rev. esp. nutr. comunitaria*, 31-37. http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/6._H_bitos_alimentarios_en_una_poblacion.pdf
- Romero-Martínez, M., Shamah-Levy, T., Cuevas-Nasu, L., Gaona-Pineda, E. B., Gómez-Acosta, L. M., Mendoza-Alvarado, L. R., Gómez-Humarán, I. M., & Rivera-Dommarco, J. (2019). Metodología de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición para localidades con menos de 100 000 habitantes (Ensanut 100k). *Salud Pública de México*,

61(5), 678-684. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=89897>

Sidor, A., & Rzymiski, P. (2020). Dietary Choices and Habits during COVID-19 Lockdown: Experience from Poland. *Nutrients*, 12(6), Art. 6. <https://doi.org/10.3390/nu12061657>

Tena, A. G., & Clavero, A. E. (2021). Relación entre los hábitos saludables y el rendimiento académico en los estudiantes de la Universitat Jaume I. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 41(2), Art. 2. <https://doi.org/10.12873/412gimeno>

Villalba, H. C. G., & Saltarín, L. V. M. (2019). *Relación entre los Hábitos alimentarios y el rendimiento académico de estudiantes de la Escuela de Nutrición y dietética de la Universidad del Sinú Cartagena*, 2019 -I. 004, 30.