

# CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS NUTRICIONALES DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

\* WILLIAMS OLIVERA ACUÑA

\*\* LUIS F. MUCHA HOSPINAL

\* Magister en Administración / \*\* Magister en Educación

## RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo de Determinar el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales de los estudiantes de educación superior de las carreras profesionales de odontología, Psicología y Obstetricia de la universidad peruana los andes, la evaluación se aplica a una muestra de tres carreras profesionales, el tipo de investigación es descriptiva y el diseño comparativa, la encuesta se administra a una muestra de 35 estudiantes de Odontología, 35 de Psicología y 35 de de Obstetricia el tipo de muestra es no probabilística y la técnica intencionada.

Los resultados de la evaluación muestran que el 51% de estudiantes de Odontología, el 46% de Psicología y 51% de Obstetricia no toman desayuno, el porcentaje alto de consumo de alimentos en los kioscos es de 85,7% Odontología, 88,6% Psicología y un 85,7% en Obstetricia, los estudiantes toman desayuno en horario de clases, el 65,7% Psicología, el 57,1% de Obstetricia, y un 23% de Odontología, el consumo de alimentos diario de la leche es del 40% en odontología, 13.3% en Psicología y 26,7% en Obstetricia y el consumo de yogur es eventual 70% en odontología, 70 % en psicología y 80% en obstetricia. Al respecto del conocimiento de la función de los lácteos y los efectos de su consumo sobre huesos, el 97,1% en odontología, 91,4% psicología y el 100% obstetricia manifiestan que la función de estos es formar huesos, sobre el conocimiento de la función de las carnes, los porcentajes son 80% en odontología, 83% en psicología y 66%, en obstetricia, el consumo de fiambres embutidos y hamburguesas fluctúan, 69% en odontología, 60% en psicología y 57% en obstetricia, acerca de de las frutas el 83% de odontología, el 66% psicología y 86 % de obstetricia dicen que las frutas ayudan a no enfermarse, sobre la función de los vegetales los porcentajes de desconocimiento fueron mínimos de 3% y 2% para psicología y obstetricia., sobre las funciones de las golosinas no se presentaron dudas en manifestar el efecto nocivo de las golosinas y snacks sobre la salud dental y el aumento de peso, el 57,1% en odontología, 65,7 psicología y 38,6% en obstetricia.

**Palabras clave:** conocimiento, actitudes y prácticas de nutrición

## ABSTRACT

This study aims to determine the level of knowledge, attitudes and nutritional practices of students in higher education careers in dentistry, Psychology and Obstetrics of the University Peruvian Andes, the assessment applies to a sample of three races professionals, the research is descriptive and comparative design, the survey was administered to a sample of 35 dental students, 35 of Psychology and Obstetrics 35 of the type of sample is not random and deliberate technique.

The evaluation results show that 51% of dental students, 46% of Psychology and Obstetrics 51% skip breakfast, the high percentage of food consumption in kiosks Dentistry is 85.7%, 88.6 % 85.7% Psychology and Obstetrics, students eat breakfast in school hours, 65.7% Psychology, 57.1% of obstetrics, and 23% of Dentistry, daily food consumption of milk is 40% in dentistry, 13.3% and 26.7% in Psychology in Obstetrics and eventual consumption of yogurt is 70% in dentistry, 70% psychology and 80% in obstetrics. In this respect the knowledge of the role of milk and the effects of consumption on bone, 97.1% in dentistry, 91.4% and 100% psychology Obstetrics state that the function of these is to form bone, on knowledge the role of meat, the percentages are 80% in dentistry, 83% psychology and 66% in obstetrics, the consumption of deli meats and burgers range, 69% in dentistry, 60% psychology and 57% in obstetrics, fruit about 83% of dental, 66% psychology and 86% of obstetrics say fruits help avoid getting sick on the role of plants unknown rates were minimal at 3% and 2% for psychology and obstetrics. On the functions of the goodies there were no doubts in stating the harmful effects of candy and snacks on dental health and weight gain, 57.1% in dentistry, 65.7 and 38.6% psychology in obstetrics.

**Key words:** knowledge, attitudes and nutritional practices

## I. INTRODUCCIÓN

El estado de nutrición y de salud de la población de educación superior constituye un factor fundamental en el grado de desarrollo de un país y el nivel de vida de la población. Considerando que no se tiene datos estadísticos del estado nutricional de la población en estudio queremos conocer su prevalencia, ya que la malnutrición sea por déficit o por exceso con lleva efectos adversos en el crecimiento, desarrollo y rendimiento del estudiante de educación superior. Por consiguiente nos planteamos el siguiente problema ¿Cuál es el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales de los estudiantes de educación superior de las carreras profesionales de odontología, psicología y obstetricia de la universidad peruana los andes durante el año 2010?

El presente trabajo tuvo como propósito detectar los conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales de los estudiantes de educación superior con el objetivo de corregirlos y tratarlos mediante acciones tutoriales en forma conjunta tanto para estudiantes docentes y padres de familia.

Dichas labores educativas constituyen acciones necesarias para mejorar el estado nutricional de los estudiantes y el tratamiento farmacológico de los estudiantes problema.

**Objetivo general:** Determinar el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales de los estudiantes de educación superior de las carreras profesionales de odontología, Psicología y Obstetricia de la universidad peruana los andes.

### Objetivos específicos:

- Diferenciar los niveles de conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales en las carreras profesionales encuestadas.
- Analizar la prevalencia de consumo de alimentos según carreras profesionales.
- Diferenciar las actitudes frente al consumo de alimentos según carreras profesionales
- Determinar las prácticas nutricionales según carreras profesionales

**Hipótesis:** El nivel de conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales de los estudiantes de educación superior de las carreras profesionales de Odontología, Psicología y Obstetricia es deficiente

## II. MATERIALES Y MÉTODOS

Se aplicó una investigación descriptiva, con un diseño descriptivo comparativo. El universo lo constituyen todos los estudiantes de las diferentes carreras profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los Andes. La población estuvo conformado por todos los estudiantes del I al X ciclo de las carreras profesionales de Odontología, Psicología y Obstetricia. La muestra representativa fue de 105 estudiantes, 35 del II ciclo de la carrera profesional de Odontología, 35 estudiantes del IV ciclo de la carrera profesional de Psicología y 35 estudiantes del V ciclo de la carrera profesional de Obstetricia.

**Criterios de inclusión:** todos los estudiantes de ambos sexos matriculados en el II, III y V ciclo de las carreras profesionales de Odontología Psicología y Obstetricia y que asisten a clases.

**Criterios de exclusión:** estudiantes de ambos sexos de otros ciclos de las carreras profesionales que constituyen la muestra y estudiantes irregulares en su asistencia a clases.

Las técnicas que se aplicaron para recopilar los datos fueron: Encuestas.

**Fuentes de obtención de la información:**

Fuentes primarias.

Fuentes secundarias

Para el estudio descriptivo: tablas de frecuencias, gráficos de barras y circulares, los datos se analizaron porcentualmente por tratarse de variables cualitativas medidas en escala nominal

### III. RESULTADOS

Las tablas que se presentan evidencian los resultados arribados al culminar el procesamiento estadístico referente a la variable: "Conocimientos, actitudes y prácticas de los estudiantes universitarios" que conforman la muestra, detallando paso a paso tal como se formuló las preguntas en la encuesta

**Tabla No 1**

**Número de comidas diarias realizadas por los estudiantes encuestados Según carrera**

#### Profesional

C.P ¿Cuántas veces por día comes?	II Odontología		III Psicología		V Obstetricia	
	ni	%	ni	%	ni	%
Una	1	2,9	0	0	0	0
Dos	5	14,3	5	14,3	4	11,4
Tres	25	71,4	20	57,1	25	71,4
Cuatro	3	8,6	9	25,7	3	8,6
Más de cuatro	1	2,9	1	2,9	3	8,6

En la tabla N° 1 se aprecia que de los 35 estudiantes en estudio sobre el número de comidas diarias realizadas un 71,4% de estudiantes de la carrera profesional de Odontología consumen tres veces al día en Psicología un 57,1% consumen tres veces al día, también se aprecia que un 71,4% en la carrera profesional de Obstetricia consumen tres veces al día, sin embargo existen otras diferencias porcentuales que no es el ideal en el hábito de alimentación diaria.

**Tabla No 2**

**Desayuno entre los estudiantes encuestados por carreras profesionales**

C.P Hábitos de desayuno	II Odontología		III Psicología		V Obstetricia	
	ni	%	ni	%	ni	%
Siempre	14	40	19	54	17	49
A veces	18	51	16	46	18	51
Nunca	3	9				
Total	35	100	35	100	35	100

En la tabla se observa que el 51% de estudiantes de Odontología a veces toman desayuno el 46% en Psicología de igual manera a veces toman desayuno, esta realidad también se observa en la carrera profesional de Obstetricia con un 51%. la diferencia porcentual entre los que toman desayuno de manera normal (siempre) es preocupante.

#### FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS

Alimento	Todos los días (%)			A veces (%)			Nunca (%)		
	Odont.	Psicología	Obstetricia	Odontología	Psicología	Obstetricia	Odontología	Psicología	Obstetricia
Leche	40,0	13,3	26,7	56,7	76,7	66,7	3,3	10,0	6,7
Yogur	20,0	23,3	16,7	70,0	70,0	80,0	10,0	6,7	3,3
Queso	16,7	3,3	3,3	80,0	93,3	96,7	3,3	3,3	
Carne de vaca, pollo, pescado	60,0	63,3	70,0	40,0	33,3	30,0	00	3,3	00
Huevo	16,7	10,0	20,0	80,0	86,7	73,3	3,3	3,3	6,7
Salchichas, hamburguesas compradas, fiambres, patitas de pollo	6,7	13,3	86,7	86,7	73,3	0	6,7	13,3	13,3
Polenta	33,3	10,0	26,7	26,7	46,7	10,0	40,0	43,3	63,3
Arroz	70,0	80,0	76,7	26,7	20,0	20,0	3,3	00	3,3
Fideos	36,7	36,7	30,0	56,7	60,0	66,7	6,7	3,3	3,3
Pizza	13,3	6,7	20,0	73,3	53,3	63,3	13,3	40,0	16,7
Pan	66,7	60,0	60,0	23,3	36,7	40,0	10,0	3,3	00
Verduras	63,3	76,7	73,3	36,7	23,3	26,7	00	00	00
Frutas	50,0	66,7	60,0	43,3	20,0	30,0	6,7	13,3	10,0
Manteca	20,0	23,3	26,7	56,7	33,3	43,3	23,3	43,3	30,0
Azúcar	63,3	60,0	73,3	36,7	30,0	23,3	00	10,0	3,3
Jugos comprados,	23,3	23,3	43,3	63,3	66,7	56,7	13,3	10,0	00
Golosinas alfajores, palitos, chizitos, papitas fritas	22	13,3	40,0	70	80,0	53,3	8,0	6,7	6,7
Dulce o mermelada	26,7	23,3	33,3	70,0	70,0	50,0	3,3	6,7	16,7
Agua	30,0	70,0	63,3	50,0	26,7	36,7	20,0	3,3	00
Mayonesa	20,0	13,3	23,3	66,7	80,0	63,3	13,3	6,7	13,3
Aceite	26,7	40,0	30,0	63,3	56,7	70,0	10,0	3,3	00
Tortas, galletas, bollitos	26,7	3,3	16,7	73,3	93,3	83,3	00	3,3	00

El 40% de estudiantes de la carrera profesional de odontología consumen leche todos los días, sin embargo se observan profundas diferencias con las carreras profesionales de Psicología y Obstetricia, en psicología demuestra un consumo diario de leche solamente 13.3% y en Obstetricia 26,7%. En el consumo de leche a veces se observa el 56,7% en odontología, el 76,7 % en psicología y un 66,7% en obstetricia. En Odontología el 3,3% de estudiantes nunca toman leche, el 10% en psicología y 6,7% en obstetricia.

El consumo diario de yogur es mínimo en las carreras encuestadas, sin embargo el consumo de este alimento lo realizan en forma eventual aquí se observa un porcentaje alto en las carreras profesionales: 70% en odontología, 70 % en psicología y 80% en obstetricia.

En relación al queso también se observa un consumo mínimo diario: 16,7% en odontología, 3,3% en psicología y 3,3% en obstetricia, cabe manifestar que los estudiantes demostraron dificultad para establecer la frecuencia de consumo de quesos, debido principalmente a que solo lo asociaban con el alimento por sí solo, omitiendo preparaciones de consumo muy habitual de las que forma parte el queso, como sucede por ejemplo con la pizza.

Los estudiantes reconocen consumir algún tipo de carne diariamente constituyen mas de la mitad de los encuestados. Odontología con 60%, un 63,3% en psicología y el que consume más es obstetricia con un 70%. En concordancia obstetricia presenta el menor consumo en la alternativa "a veces" con un 30% frente a 33% de psicología y un 40% de odontología, por otra parte no se registraron estudiantes que no consumen carne.

El huevo otro alimento que los estudiantes no identifican formando parte de las distintas preparaciones, demostró tener un consumo elevado en la alternativa "a veces" un 80% en odontología, un 86,7% en psicología y un 73,3% en obstetricia , la frecuencia de estudiantes que no consumen huevo fue de 3,3% en odontología, 3,3% en psicología y 6,7% en obstetricia.

El consumo de fiambres y embutidos está presente en 86,7% en odontología, un 86,7% y un 73,3% en obstetricia, las frecuencias de estudiantes que nunca consumen estos alimentos son significativamente bajos, 6,7% en Odontología, 13,3% en Psicología y 13,3% en Obstetricia.

El análisis del grupo de los cereales, representados por polenta, arroz y fideos, confirma que se trata de alimentos de amplio consumo en la muestra estudiada. De los tres cereales, la polenta es la menos consumida, tal como lo demuestra el mayor porcentaje de estudiantes que "nunca" la ingieren e, 40% en odontología, el 43,3% en psicología y un 63,3% en obstetricia, para arroz el porcentaje de consumo de "todos los días" es: 70% en odontología, 80% en psicología y 76,7 en obstetricia.

El consumo de fideos de "todos los días" es relativamente bajo así en odontología 36,7%, en psicología 36,7 y en obstetricia 30,0% Aunque el consumo general de arroz y fideos no muestra grandes diferencias, los primeros forman parte de las preparaciones diarias de consumo que el segundo.

El consumo ocasional de arroz es en general 67%, con fluctuaciones de 26,7 en odontología, 20% en psicología y 20,0% en obstetricia. El consumo de pizza es más pronunciado en la carrera profesional de obstetricia con un 20% de consumo diario, el valor mas bajo de consumo diario fue en psicología con un 6,7%, para la opción "a veces" se registraron diferencias entre odontología con 73,3%, 53,3% en psicología y 63,3% en obstetricia, sin embargo los porcentajes de estudiantes que "nunca" es 13,3% en odontología, 40,0% en psicología y 16,7% en obstetricia.

El consumo de pan es relativamente alto en la opción "todos los

días" las frecuencias de respuestas son 66,7% en odontología, 60,0 % en psicología y 60,0% en obstetricia. El consumo "a veces" de pan es 23,3% en odontología 36,7% en psicología y 40,0% en obstetricia, solo el 10% en odontología y 3,3% en psicología no consumen pan.

Tanto verduras/vegetales como frutas tienen un bajo consumo diario de 63,3% 76,7 y 73,3% respectivamente en las tres carreras profesionales, en el caso de vegetales en psicología se da el mayor consumo diario con 76,7%, seguido de Obstetricia con 73,3%, ambos muy superiores al 63,3% de odontología.

En el consumo de **frutas**, se destaca el consumo diario más elevado de estos alimentos en psicología con 66,7%, en Obstetricia presenta valor similar de 60% y solo un 50% en odontología. La alternativa "a veces" registró un 43,3% en odontología, 20,0% en psicología y 30,0% en obstetricia.

Al analizar los alimentos grasos evaluados, la manteca demuestra un consumo similar en comparación con la **mayonesa** en todas las carreras profesionales. La mayor frecuencia de consumo para ambos productos se da en la opción "a veces", con 66,7% en odontología, 80,0% en psicología y 63,3% en obstetricia. El 13,3% odontología 6,7% psicología y 13,3% dicen no consumir nunca **mayonesa**.

El consumo diario de azúcar representa el 63,3% en odontología 60,0% en psicología y 73,3% en obstetricia. El consumo ocasional de azúcar representa variaciones como 36,7% odontología, psicología 30,0% y 23,3% en obstetricia.

Respecto del consumo diario de jugos comerciales y gaseosas, odontología salta con 23,3%, psicología 23,3% y con un 43,3% obstetricia, a pesar de estas diferencias el consumo de estas bebidas resulta inconveniente en las tres carreras.

El consumo de golosinas, que incluye chocolates, alfajores, caramelos, chupetines y snacks como papitas fritas y chizitos, también resulta alto. Sólo 8.0% odontología, psicología 6,7% y obstetricia 6,7% no la consumen.

El consumo diario de **dulce y mermelada** alcanza en odontología 26,7%, en psicología 23,3% y en obstetricia 33,3%, sin embargo resalta las frecuencias significativas el consumo "a veces" en odontología 70,0% , en psicología 70% y en obstetricia 50,0%.

Aunque en términos generales el consumo de agua es del orden del 60%, en psicología este porcentaje se eleva significativamente en 70%, a expensas de una disminución en el número de estudiantes que refiere beberla "a veces".

Los resultados de las encuestas realizadas a los estudiantes relacionados a sus conocimientos sobre funciones de los alimentos y efectos de consumo se describen a continuación.

**Tabla No 4**  
Conocimientos de los estudiantes encuestados sobre la función de los lácteos

Carreras profesionales	No se (%)	Formar huesos (%)	Estar flaco (%)	No sirve (%)	Total %
Odontología	2,9	97,1			100
Psicología	5,7	91,4		2,9	100
Obstetricia		100,0			100

Respecto del conocimiento de la función de los lácteos y los efectos de su consumo sobre huesos, los resultados indican el 91,1% en odontología manifiestan que la función de los lácteos es formar huesos, solamente el 2,9% no saben la función que tienen estos alimentos, de igual manera en psicología el 91,4% afirman esta misma función y observándose una opinión más alta al 100% en obstetricia.

**Tabla No 5**  
**Conocimientos de los estudiantes encuestados**  
**sobre la función de las carnes**

Carreras profesionales	No se (%)	Fortalecer la sangre (%)	Acumular grasas (%)	No sirve (%)	Total %
Odontología	11	80	3	6	100
Psicología	9	83	5	3	100
Obstetricia	26	66	8	0	100

Los resultados por carreras profesionales muestran que la función de las carnes es fortalecer la sangre esto se observa: 80% en odontología, en psicología 83% y en obstetricia 66%, es preocupante observar que la opción "no sé" tenga una proporción de 11% en odontología, en psicología 9% y Obstetricia 26%, esto significaría que tienen menor conocimiento a diferencia de los otros estudiantes. La asociación de las carnes con acumular grasas presentó el valor máximo de 8% en obstetricia y el mínimo en Odontología con un 3%.

**Tabla No 6. Conocimientos de los estudiantes encuestados sobre el Consumo de fiambres embutidos y hamburguesas**

Carreras profesionales	No se (%)	Alimentan (%)	Acumular grasas (%)	No me sirve (%)	Total %
Odontología	14	3	69	14	100
Psicología	17	60	23	0	100
obstetricia	6	17	57	20	100

Los conocimientos de los estudiantes sobre las funciones del consumo de fiambres embutidos y hamburguesas se observa el reconocimiento de estos alimentos como función de acumular grasas los porcentajes fluctúan 69% en odontología, alimentan un 60% en psicología y acumular grasas un 57% en obstetricia, las diferencias porcentuales son significativas en todas las carreras profesionales, sin embargo se puede notar tanto en odontología un 14% y en obstetricia un 20% consideran que el consumo no ofrece ningún beneficio. En las tres carreras el conocimiento del efecto negativo de estos productos sobre las grasas es relativamente homogéneo.

**Tabla No 7. Conocimientos de los estudiantes encuestados sobre la función de las frutas**

Carreras profesionales	No se (%)	Ayudan a tener músculos (%)	Ayudan a no enfermarse (%)	No me sirve (%)	Total %
Odontología	0	11	83	6	100
Psicología	6	22	66	6	100
Obstetricia	6	8	86	0	100

Los resultados saltan a la vista los estudiantes asocian la función de las frutas con ayudar a no enfermarse un 83% en odontología, un 66% en psicología y 86% en obstetricia, la asociación de las frutas con el aumento a tener músculos se observa con más frecuencia en la carrera profesional de Psicología con 22%, el porcentaje de estudiantes que manifiestan desconocer la función de las frutas es de 6% en odontología y 6% en psicología.

**Tabla No 8**  
**Conocimientos de los estudiantes encuestados sobre la función de los vegetales**

Carreras profesionales	No se (%)	Ayudan a no tener enfermedad (%)	Dan diarrea	No me sirve (%)	Total %
Odontología	3	94	0	3	100
Psicología	9	89	0	2	100
obstetricia	9	89	0	2	100

El conocimiento sobre la función de los vegetales se identificó mejor la función protectora de las verduras, manifestándose en porcentajes altos para esta respuesta, los porcentajes de desconocimiento fueron mínimos de 3% y 2% para las carreras profesionales de psicología y obstetricia.

**Tabla No 9. CONOCIMIENTOS DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS SOBRE EFECTOS DEL CONSUMO DE GASEOSAS Y JUGOS COMERCIALES**

Carreras profesionales	No se (%)	Tener energía (%)	Quitán la sed	No me sirve (%)	Total %
Odontología	8,6	42,9	8,6	40,0	100
Psicología	8,6	25,7	22,9	42,9	100
Obstetricia	14,3	28,6	25,7	31,4	100

En la tabla se observa el porcentaje de estudiantes (42,9%; 25,7%; 28,6) que consideran a esta bebida como fuente para tener energía, no se observan diferencias significativas que estas bebidas quitan la sed, las cifras mas altas se observa que estas bebidas no constituyen fuentes de energía. (40%; 42,9%; 31,45%).

**Tabla No 10. CONOCIMIENTOS DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS SOBRE EL CONSUMO ELEVADO DE GOLOSINAS**

Carreras profesionales	No se (%)	Producen caries y engordan (%)	Dan energía para jugar %	No me sirve (%)	Total %
Odontología	11,4	57,1	11,4	20,0	100
Psicología	2,9	65,7	2,9	28,6	100
Obstetricia	8,6	68,6	5,7	17,1	100

En esta tabla se observa los conocimientos de los estudiantes encuestados, ellos no presentan dudas acerca del efecto nocivo de las golosinas y snacks sobre la salud dental y el aumento de peso, tal como lo demuestran los porcentajes de 57,1% en odontología, 65,7% psicología y 38,6% en obstetricia, la cantidad de encuestados que piensan que estos alimentos ofrecen energía para jugar es 11,4% en odontología, 2,9% en psicología y 5,7% en obstetricia., se observan las diferencias porcentuales que los estudiantes manifiestan que estos alimentos no son beneficiosos (20%; 28,6%; 17,1%) respectivamente en las tres carreras profesionales.

#### IV. DISCUSIÓN

Concluido el análisis de trabajo de campo y tomados los datos en las tres carreras profesionales de la Facultad de Ciencias de la Salud podemos mencionar que el 51% de estudiantes de Odontología a veces toman desayuno el 46% en Psicología en Obstetricia un 51%. Esta diferencia porcentual entre los que no toman desayuno es alarmante trayendo consigo un malestar alimentario y por consiguiente genera a posteriori enfermedades gastrointestinales. Esta realidad promueve el consumo de alimentos en los kioscos, se detecta un porcentaje alto de consumo de 85,7% en Odontología, 88,6% Psicología y un 85,7% en Obstetricia. En relación a estos acontecimientos a los estudiantes no les queda mas que tomar desayuno en horario se clases, el 65,7% de estudiantes de la carrera profesional de Psicología, el 57,1% de estudiantes de Obstetricia, y un 23% de estudiantes de Odontología. A nuestra modesta opinión la realidad observada acerca del inicio del horario de clases influye significativamente en estas actividades matutinas de los estudiantes.

El consumo de alimentos como la leche, el 40% de estudiantes de odontología 13.3% de Psicología y 26,7% de Obstetricia consumen diariamente, el consumo de yogur es en forma eventual se observa: 70% en odontología, 70% en psicología y 80% en obstetricia.

En relación al queso también se observa un consumo mínimo diario: 16,7% en odontología, 3,3% en psicología y 3,3% en obstetricia. Los estudiantes reconocen consumir algún tipo de carne diariamente constituyen mas de la mitad de los encuestados. Odontología con 60%, un 63,3% en psicología y el que consume más es obstetricia con un 70%. El huevo otro alimento que los estudiantes no identifican formando parte de las distintas preparaciones, demostró tener un consumo elevado en la alternativa "a veces" un 80% en odontología, un 86,7% en psicología y un 73,3% en obstetricia. El consumo de fiambres y embutidos está presente en 86,7% en odontología, un 86,7% y un 73,3% en obstetricia. El análisis del grupo de los cereales, representados por polenta, arroz y fideos, confirma que se trata de alimentos de amplio consumo en la muestra estudiada. De los tres cereales, la polenta es la menos consumida, tal como lo demuestra el mayor porcentaje de estudiantes que "nunca" la ingieren, 40% en odontología, el 43,3% en psicología y un 63,3% en obstetricia, para arroz el porcentaje de consumo de "todos los días" es: 70% en odontología, 80% en psicología y 76,7 en obstetricia.

El consumo ocasional de arroz es en general 67%, con fluctuaciones de 26,7

en odontología, 20% en psicología y 20,0% en obstetricia.

Tanto verduras/vegetales como frutas tienen un bajo consumo diario de 63,3%, 76,7 y 73,3%. En el consumo de **frutas**, "a veces" registró un 43,3% en odontología, 20,0% en psicología y 30,0% en obstetricia.

Al analizar los alimentos grasos evaluados, la manteca demuestra un consumo en forma eventual de 66,7% en odontología, 80,0% en psicología y 63,3% en obstetricia.

El consumo diario de azúcar representa el 63,3% en odontología 60,0% en psicología y 73,3% en obstetricia.

Respecto del consumo diario de jugos comerciales y gaseosas, odontología salta con 23,3%, psicología 23,3% y con un 43,3% obstetricia, a pesar de estas diferencias el consumo de estas bebidas resulta inconveniente en las tres carreras.

El consumo de golosinas, que incluye chocolates, alfajores, caramelos, chupetines y snacks como papitas fritas y chizitos, también resulta alto. Sólo 8,0% odontología, psicología 6,7% y obstetricia 6,7% no la consumen.

El consumo diario de **dulce y mermelada** es de 26,7%, en odontología, 23,3% en psicología y en obstetricia 33,3%. Aunque en términos generales el consumo de agua es del orden del 60%, en psicología este porcentaje se eleva significativamente en 70%.

Los porcentajes señalados para el consumo de alimentos en su mayoría no pasan del 50% de los estudiantes encuestados, lo que hace inferir el desconocimiento de las funciones y la importancia en el desarrollo y mantenimiento de las funciones vitales e intelectuales del estudiante universitario.

**Veamos acerca** de los conocimientos sobre funciones de los alimentos y efectos de consumo. Respecto del conocimiento de la función de los lácteos y los efectos de su consumo sobre huesos, los resultados indican el 91,1% en odontología manifiestan que la función de los lácteos es formar huesos, en psicología el 91,4% y en 100% obstetricia, al respecto podemos mencionar que si bien es cierto los estudiantes conocen esta función sin embargo existe un porcentaje diferencial que desconocen esta función.

Los resultados sobre la función de las carnes es la de fortalecer la sangre las frecuencias de 80% en odontología, psicología 83% y en obstetricia 66%, es preocupante esto significaría que tienen menor conocimiento acerca de este valor nutrido de este alimento.

Los conocimientos de los estudiantes sobre las funciones del consumo de fiambres embutidos y hamburguesas fluctúan, 69% en odontología, 60% en psicología y 57% en obstetricia, las diferencias porcentuales son significativas en todas las carreras profesionales, sin embargo se puede notar tanto en odontología un 14% y en obstetricia un 20% consideran que el consumo no ofrece ningún beneficio. En las tres carreras el conocimiento del efecto negativo de estos productos sobre las grasas es relativamente homogéneo.

Los resultados saltan a la vista los estudiantes asocian la función de las frutas con ayudar a no enfermarse un 83% en odontología, un 66% en psicología y 86% en obstetricia

El conocimiento sobre la función de los vegetales se manifestó en porcentajes altos, los porcentajes de desconocimiento fueron mínimos de 3% y 2% para las carreras profesionales de psicología y obstetricia.

Respecto al conocimiento de las funciones de las golosinas no se presentan dudas acerca del efecto nocivo de las golosinas y snacks sobre la salud dental y el aumento de peso, tal como lo demuestran los porcentajes de 57,1% en odontología, 65,7 psicología y 38,6% en obstetricia, estos porcentajes observados no son significativos puesto que la diferencia porcentual entre las opiniones de los estudiantes hace deducir el desconocimiento de las funciones y su carácter deficiente de estos alimentos.

## V. CONCLUSIONES

1. Los estudiantes encuestados el 51% de Odontología, el 46% en Psicología y 51% en Obstetricia no toman desayuno.
2. Se detecta un porcentaje alto de consumo de alimentos en los kioscos de 85,7% en Odontología, 88,6% Psicología y un 85,7% en Obstetricia.

3. Los estudiantes toman desayuno en horario de clases, el 65,7% Psicología, el 57,1% de estudiantes de Obstetricia, y un 23% de estudiantes de Odontología.
4. El consumo de alimentos como la leche de manera diaria es del 40% en odontología, 13,3% en Psicología y 26,7% en Obstetricia. El consumo de yogur es en forma eventual 70% en odontología, 70% en psicología y 80% en obstetricia.  
Los porcentajes mostrados evidencian que las actitudes y prácticas nutricionales de los estudiantes que conformaron la muestra de estudio son por debajo de una buena práctica de consumo de alimentos. Así mismo se observó una clara diferencia de consumo de tipos de alimentos en las tres carreras, notándose una ligera ventaja en sus actitudes y práctica nutricional en los estudiantes de Obstetricia.  
**Acerca** de los conocimientos sobre funciones de los alimentos y efectos de consumo:
5. Respecto del conocimiento de la función de los lácteos y los efectos de su consumo sobre huesos, el 97,1% en odontología, el 91,4% psicología y el 100% obstetricia manifiestan que la función de los lácteos es formar huesos.
6. Sobre la función de las carnes, la de fortalecer la sangre las diferencias porcentuales son 80% en odontología, 83% en psicología y 66%, en obstetricia
7. Sobre las funciones del consumo de fiambres embutidos y hamburguesas fluctúan, 69% en odontología, 60% en psicología y 57% en obstetricia esta diferencia porcentual considera que el consumo no ofrece ningún beneficio.
8. Los resultados saltan a la vista los estudiantes asocian la función de las frutas con ayudar a no enfermarse un 83% en odontología, un 66% en psicología y 86% en obstetricia.
9. El conocimiento sobre la función de los vegetales se manifestó en porcentajes altos, los porcentajes de desconocimiento fueron mínimos de 3% y 2% para las carreras profesionales de psicología y obstetricia.
10. Respecto de las funciones de las golosinas no se presentaron dudas en manifestar el efecto nocivo de las golosinas y snacks sobre la salud dental y el aumento de peso, tal como lo demuestran los porcentajes de 57,1% en odontología, 65,7 psicología y 38,6% en obstetricia.

*Al final del estudio podemos notar que el nivel de conocimientos de una buena práctica nutricional es deficiente esta aseveración lo hacemos en razón a los porcentajes mostrados los cuales evidencian estos niveles de conocimientos así mismo podemos indicar una diferencia significativa en el conocimiento nutricional de estos alimentos por parte de los estudiantes encuestados.*

## VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. CATEBIEL, Verónica. Enseñanza de la Química con un Enfoque CTS: su vinculación con el cambio actitudinal en los alumnos. Buenos Aires, 2002
2. BANET, E. y NUÑEZ, F. Actividades en el aula para la reestructuración de ideas: Un ejemplo relacionado con la nutrición humana. En: Revista Investigación en la Escuela, No. 28 (1996). p. 37-52.
3. POZUELOS, F.J. y TRAVÉ, G. Algunas ideas, hábitos y conductas de los alumnos y alumnas de educación primaria sobre alimentos y alimentación. En: Revista Investigación en la Escuela, No. 21 (1993). p. 107-120.
4. MEMBIELA, Pedro, y CID, María Carmen. Desarrollo de una unidad didáctica centrada en la alimentación humana social y culturalmente contextualizada. En: Revista Enseñanza de las Ciencias, Vol 16, No. 3 (1998); p. 499-511. ISSN: 0212-4521.

## Webgrafía

- 1.-www.fundacióncamino.org
- 2.-Tuotromédico.com
- 3.-www.invdes.com
- 4.-www.inta.cl
- 5.-SciELO.com
- 6.-fisterra.com
- 7.-www.saludalia.com
8. jbthebabymaster@hotmail.com