

ISTE

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO ESPAÑA
Desde 1984

CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERÍA

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA

Tema: INCIDENCIA DEL CONSUMO DE COMIDA RÁPIDA Y SU RELACIÓN
CON LA APARICIÓN DE PROBLEMAS GASTROINTESTINALES EN
ESTUDIANTES DE LA MODALIDAD INTENSIVA DE LA CARRERA DE
ENFERMERÍA DEL ISTE

Modalidad Presencial

Línea y Sublínea de Investigación:

ESTUDIOS SOBRE INTERVENCIÓN DE ENFERMERÍA EN LA PROTECCIÓN
Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA POBLACIÓN.

Autoras: Shirley Lizbeth Aguagallo Landa – Nayely Daily Chariguamán Pilamunga

Director: Doctora Giselle Verónica Rueda Sandoval Magíster en Gerencia en Salud

Ambato - Ecuador

2025

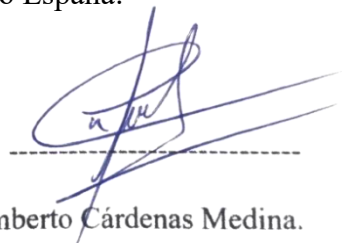
 095 888 5323

ESTUDIA DIFERENTE

www.iste.edu.ec

A la Unidad Académica de Titulación de la Carrera de Tecnicatura Superior en Enfermería

El Tribunal receptor del Trabajo de integración curricular, presidido por el Doctor Jorge Humberto Cárdenas Medina, e integrado por los señores Andrea Jazmín Ceballos Marcillo Nutricionista Dietista Máster en Nutrición Personalizada y Comunitaria y Erika Evelyn López Ríos Licenciada en Enfermería Magíster en Enfermería con mención en Enfermería Quirúrgica designados por el Colectivo Académico de Carrera del Instituto Superior Tecnológico España, para receptor el Trabajo de Integración Curricular con el tema: “Incidencia del Consumo de Comida Rápida y su Relación con la Aparición de Problemas Gastrointestinales en Estudiantes de la Modalidad Intensiva de la Carrera de Enfermería del ISTE”, elaborado y presentado por la señorita Shirley Lizbeth Aguagallo Landa y Nayely Daily Chariguamán Pilamunga, para optar por el Grado Académico Técnico Superior en Enfermería; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Integración Curricular, el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas del Instituto Superior Tecnológico España.



Doc. Jorge Humberto Cárdenas Medina.

Presidente del Tribunal



ND. Andrea Jazmín Ceballos Marcillo, Mg.

Miembro del Tribunal



Lic. Erika Evelyn López Ríos, Mg.

Miembro del Tribunal

APROBACIÓN DEL DIRECTOR

Dra. Giselle Verónica Rueda Sandoval, Mg.

CERTIFICA:

En mi calidad de Director del trabajo de integración curricular: “Incidencia del Consumo de Comida Rápida y su Relación con la Aparición de Problemas Gastrointestinales en Estudiantes de la Modalidad Intensiva de la Carrera de Enfermería del ISTE”, presentado por la señorita Shirley Lizbeth Aguagallo Landa y Nayely Daily Chariguamán Pilamunga, para optar por el Título de Técnico Superior en Enfermería CERTIFICO, que dicho proyecto ha sido prolijamente revisado y considero que responde a las normas establecidas en el reglamento de títulos y grados de la Carrera, suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

Ambato, 12 de septiembre de 2025.



Dra. Giselle Verónica Rueda Sandoval, Mg.

c.c. 1003219019

DIRECTOR

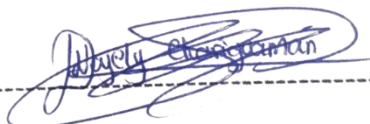
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Integración Curricular presentado con el tema: "Incidencia del Consumo de Comida Rápida y su Relación con la Aparición de Problemas Gastrointestinales en Estudiantes de la Modalidad Intensiva de la Carrera de Enfermería del ISTE", le corresponde exclusivamente a: "Shirley Lizbeth Aguagallo Landa y Nayely Daily Chariguamán Pilamunga", Autoras bajo la Dirección de Doctora Giselle Verónica Rueda Sandoval Magíster en Gerencia en Salud Director del Trabajo de integración curricular; y el patrimonio intelectual al Instituto Superior Tecnológico España.



Shirley Lizbeth Aguagallo Landa

AUTORA



Nayely Daily Chariguamán Pilamunga

AUTORA



Dra. Giselle Verónica Rueda Sandoval, Mg.

DIRECTOR

DERECHOS DE AUTOR

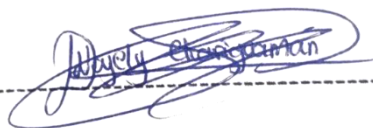
Autorizo al Instituto Superior Tecnológico España, para que el Trabajo de integración curricular, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi Trabajo de integración curricular, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones del Instituto.



Shirley Lizbeth Aguagallo Landa

c.c. 1805291653



Nayely Daily Chariguamán Pilamunga

c.c. 1723877419

ÍNDICE GENERAL

APROBACIÓN DEL DIRECTOR	iii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	iv
DERECHOS DE AUTOR.....	v
AGRADECIMIENTO.....	x
DEDICATORIA	xiv
RESUMEN EJECUTIVO	xvii
INTRODUCCIÓN	19
CAPÍTULO I.....	21
ANTECEDENTES Y BASES TEÓRICAS	21
1.1 Antecedentes.....	21
1.2 Planteamiento del Problema	23
1.3 Justificación.....	25
1.4 Objetivos	27
1.5 Marco Teórico.....	28
1.5.1. Fundamentos conceptuales	28
1.5.2. Sistema gastrointestinal y problemas asociados	29
1.5.3. Relación entre variables.....	34
1.5.4. Enfoque teórico y modelo referencial.....	38
1.5.5. Patrones de consumo de comida rápida en estudiantes	39
1.5.6. Evidencia científica de la relación entre alimentación y salud digestiva ..	42
CAPÍTULO II	43
METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN	43
2.1 Diseño metodológico.....	43
2.2 Cuestionario o Instrumentos Utilizados	44
2.3 Población	44

2.4 Muestreo	45
2.5 Recursos	46
CAPÍTULO III	47
ANÁLISIS DE RESULTADOS	47
3.1 Tabulación e Interpretación de Encuestas	47
CAPÍTULO IV	69
DISCUSIÓN	69
4.1 Discusión de Resultados.....	69
CAPÍTULO V	72
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	72
5.1 Conclusiones	72
5.2 Recomendaciones	73
6. Referencias	75
7. Anexos	81

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	46
Tabla 2	47
Tabla 3	48
Tabla 4	48
Tabla 5	49
Tabla 6	49
Tabla 7	50
Tabla 8	50
Tabla 9	51
Tabla 10	51
Tabla 11	52
Tabla 12	53
Tabla 13	54
Tabla 14	55
Tabla 15	55
Tabla 16	56
Tabla 17	56
Tabla 18	57
Tabla 19	57
Tabla 20	58
Tabla 21	58
Tabla 22	59
Tabla 23	60
Tabla 24	61

Tabla 25	62
Tabla 26	63
Tabla 27	64
Tabla 28	65
Tabla 29	66
Tabla 30	67

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, deseo expresar mi más profundo agradecimiento a Dios, cuya guía y fortaleza han sido fundamentales a lo largo de este proceso académico. Su luz y sabiduría me acompañaron en los momentos de mayor dificultad, recordándome siempre que nunca estuve sola, aun en las circunstancias más complejas.

De igual manera, extendo mi sincero reconocimiento a mis padres, quienes han sido los principales impulsores de mis sueños. A ellos debo la oportunidad de alcanzar este objetivo, el cual refleja no solo mi dedicación, sino también la suya. A mi madre, Ana Landa, por acompañarme en cada etapa de este proceso, por su constante preocupación en aquellas largas noches de estudio y por expresar con orgullo el camino que he elegido. Su sacrificio, dedicación y enseñanzas han sido una fuente permanente de inspiración, motivándome a perseguir mis sueños con firmeza y determinación. A mi padre, Héctor Aguagallo, por su incansable lucha y por enseñarme, incluso en el silencio de sus palabras, el verdadero valor de la vida. Agradezco profundamente cada consejo y cada expresión de sabiduría que, a lo largo de los años, han guiado mis decisiones y fortalecido mi carácter.

A mi compañero de vida, Justin Montero, por su apoyo incondicional desde el inicio de mis estudios. Agradezco profundamente su compañía en los momentos de dificultad, cuando supo brindarme su mano para levantarme y darme fortaleza para continuar. Gracias por confiar en mí, por animarme a seguir adelante cuando las fuerzas flaqueaban y por recordarme, con sus palabras de aliento, que mis esfuerzos tenían un propósito. Su respaldo constante, sus consejos y su fe en mis capacidades fueron fundamentales para superar los desafíos de este proceso académico.

A mi familia, por ser el motor que me impulsó a seguir adelante en este camino académico. A mi abuela, Beatriz Calderón, por su interés constante en mis estudios y por sus palabras de aliento que me motivaron a no rendirme. A mis hermanos, Paúl y Fernando, quienes, a pesar de las diferencias propias de la vida cotidiana, siempre mostraron preocupación y cariño hacia mí. De manera especial, en memoria de mi tío Olger Aguagallo, cuya motivación y consejos fueron determinantes para elegir esta carrera. Aunque ya no esté físicamente presente, su recuerdo me acompaña, y confío

en que desde el cielo se sienta orgulloso de que su primera sobrina haya alcanzado el sueño de convertirse en profesional de la salud.

A mi fiel compañero, mi gato Pepe, quien, con su presencia en las largas noches de estudio y desvelo, con su serenidad y su ronroneo constante, fue un soporte emocional invaluable. Más que una mascota, ha sido un amigo y parte importante de este proceso académico.

A mis siete estrellas, en especial, a Kim Namjoon, por enseñarme que nunca es demasiado tarde para alcanzar los sueños y que nadie tiene el poder de limitar nuestras metas. Sus palabras me ayudaron a amarme a mí misma, por lo que soy, por lo que fui y por lo que espero llegar a ser.

Al Instituto Superior Tecnológico España, por brindarme la oportunidad de formarme en la carrera de Tecnicatura en Enfermería, espacio en el que aprendí el valor del compañerismo, la humildad y el respeto. Mi gratitud a mis docentes y a nuestra tutora Dra. Giselle Rueda por su dedicación y compromiso con la enseñanza. A mi compañera de tesis, Nayely Chariguamán, por el esfuerzo compartido, las noches de desvelo y el apoyo mutuo para alcanzar este sueño. Y a mis amigos, aquel grupo de seis personas que con su alegría y compañerismo hicieron que las clases fueran más amenas y significativas.

Finalmente, me reconozco a mí misma por haber tenido la fortaleza de continuar, aun cuando debía compaginar mis estudios con el trabajo y con otra carrera de manera simultánea. A pesar de las críticas y de las voces que dudaban de mis capacidades, no me rendí y seguí adelante con determinación, con el anhelo de que mis padres pronuncien mi nombre con orgullo. Este logro también representa un legado familiar, al convertirme en la primera hija, nieta, prima, sobrina y hermana en culminar una carrera en el área de la salud.

Lizbeth Aguagallo

AGRADECIMIENTO

Principalmente agradecida con la vida, a Dios mi creador y redentor, tu mi glorioso padre que siempre estás conmigo y me escuchas, mi mayor confidente de todas mis alegrías y tristezas, muchas gracias, padre por todas tus bendiciones que me otorgas día a día. Agradecida con mis padres porque son mi complemento de mi vida, que cada día creyeron en mí y me impulsaron para alcanzar mi carrera.

Agradecida con mi madre Adriana Pilamunga por todo su magnífico amor incondicional, el apoyo y los sacrificios realizados que han sido mi fuente de luz constante en este camino, por permanecer siempre a mi lado en los buenos y malos momentos, por todos tus consejos, valores, por ser una madre maravillosa, valiente; por tus desvelos mientras me hacías compañía en todo mi proceso académico, por cuidarme, por enseñarme a ser mejor cada día. Eres mi refugio, mi inspiración para alcanzar mis metas en la vida, por ser la mujer que me dio la vida y me enseñó a vivirla. Soy tan afortunada por tenerte en mi vida, orgullosa y dichosa de que seas tú mi madre. Te amo mamita, mi reina bella.

A mi padre Rimaél Chariguamán, por sus consejos, sus palabras de motivación, por ser directo en ocasiones; por su apoyo para alcanzar mis objetivos. Su fortaleza y dedicación me han enseñado que la vida está llena de desafíos, siempre hay que avanzar con soluciones, hay días buenos y malos y de los errores se aprende, por enseñarme que la vida es una sola y hay que darle al máximo, que siempre las personas tenemos retos de la vida y se los debe enfrentar, por todas las risas interminables. Su amor incondicional y su sacrificio me han mostrado que, a pesar de la distancia, los lazos familiares son indestructibles. Encantada de ser tu hija. Te amo, papito de mi corazón.

A la memoria de mi papi Víctor Chariguamán, quien siempre lo llevo presente, tu mi mayor motivación para la elección de mi carrera, y que te sientas orgullosa de tu primera nieta, por los valores, sabiduría y ese amor incondicional compartido y por todo lo bueno que me enseñaste, de los cuales aplico diariamente y son parte de mi proceso tanto personal como profesional. A mi mami Rosa Artiaga por sus sabios

consejos, por brindarme su amor incondicional, por sus palabras de motivación, por cuidarme y verme crecer.

A mis ñaños: Lenin y Omar, a mis tíos: Bladimir, Hugo, Raúl, Alonzo, Víctor, a mis tías: Mayra. M, Yolanda, Anita, Sonia, Carmen, Mayra. C, Daniela, a mi abuelito materno: Sergio, por llegar y brindarme ayuda. Sé que soy de pocas palabras; tampoco lo demuestro mucho, pero estoy llena de emociones y siempre estoy agradecida con ustedes, que llegaron sin pedirlo y me brindaron sus consejos, su apoyo incondicional.

A mi madrina Silvia por todas sus palabras de motivación, por enseñarme que todo se puede en la vida, que todo está en proponerse y hacer que se cumpla lo deseado.

A mi novio Mario Sierra, por sus consejos, porque constantemente me manifiestas que estás orgulloso de mí, que soy inteligente, que aproveche todo mi potencial y que no me rinda. Gracias por tu compañía en días grises y de colores, por tu paciencia en días que ni yo mismo me entiendo, por hacer de mis días más bonitos.

Agradecida con el Instituto Superior Tecnológico España por brindarme la oportunidad de estudiar la carrera de Tecnicatura en Enfermería, a todos los licenciados de la carrera de salud, y a los licenciados de investigación y a nuestra tutora Dra. Giselle Rueda, a mi compañera de tesis Lizbeth Aguagallo por todas las desveladas que pasamos, a las amistades y conocidos con los que compartí todo este proceso académico.

Por último, estoy agradecida conmigo misma por el empeño, dedicación y esfuerzo constante en toda la trayectoria de mi carrera; mi mayor felicidad es por el motivo de que logré una de mis metas de vida.

Nayely Chariguamán

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en primer lugar, a Dios, por ser mi guía y protector. Asimismo, lo dedico a todas las personas que me apoyaron y acompañaron a lo largo de este proceso, brindándome ánimo y respaldo durante el desarrollo de este reto.

A mis padres, por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; por sus consejos para hacer de mí una mejor persona, sus bendiciones a lo largo de mi vida me protegen y me llevan al camino del bien. Por eso les doy mi trabajo en ofrenda por su paciencia y amor; no podré expresar cariño hacia ustedes, pero sí puedo dedicarles mi tesis con mucho amor.

A mis hermanos, cuya constante preocupación y comprensión, aun en medio de desacuerdos, han sido un apoyo invaluable. Sus acciones, silenciosas pero significativas, reflejan el afecto y cuidado que siempre me han brindado.

A mi novio, por su valioso apoyo a lo largo de este proceso, por brindarme sus consejos, su tiempo y su paciencia; no podré darle mi corazón, pero sí dedicarle mi tesis.

A mi tío Olger Aguagallo, aunque no esté físicamente con nosotros, sé que desde el cielo me cuida y me guía para que todo salga bien.

A mis abuelos, mis tías, mis tíos, mis primas, por esos consejos y motivaciones de poder seguir adelante para ser un buen profesional.

Sin el amor, la paciencia y el apoyo de todos ustedes, todo esto no habría sido posible. Gracias por acompañarme en este viaje, por creer en mí y por ser parte de mi historia. A todos ustedes, con mucho amor, cariño y orgullo; les dedico este logro, los llevo conmigo siempre.

Lizbeth Aguagallo

DEDICATORIA

Dedico este logro a Dios, por ser mi fortaleza en todo momento, mi acompañante fiel de la vida, por la sabiduría y la protección diaria.

A mis padres, por todos sus esfuerzos y apoyos incondicionales para brindarme la educación para que pueda conseguir mi meta académica. Por alimentarme, educarme con valores, por cuidarme y amarme. Por sus consejos constantes de cómo es la vida.

A mi abuelito, por la incentivación a estudiar una carrera de la salud, por tus valores que me inculcaste, por todo tu amor y que te llevo siempre presente.

A mi abuelita, a mis tíos, tías, madrinas y padrinos por mensajes constantes de motivación para ser una buena profesional.

A mi novio, por su paciencia, amor, consejos para no desmayar en mi lucha diaria de mi carrera, respeto, apoyo incondicional.

Nayely Chariguamán

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO ESPAÑA
CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERIA

TEMA:

INCIDENCIA DEL CONSUMO DE COMIDA RÁPIDA Y SU RELACIÓN CON LA APARICIÓN DE PROBLEMAS GASTROINTESTINALES EN ESTUDIANTES DE LA MODALIDAD INTENSIVA DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DEL ISTE

AUTORAS: Shirley Lizbeth Aguagallo Landa y Nayely Daily Chariguamán Pilamunga

DIRECTOR: Dra. Giselle Verónica Rueda Sandoval, Mg

FECHA: Ambato, 12 de septiembre de 2025.

RESUMEN EJECUTIVO

La problemática que se genera entre los hábitos alimentarios y los efectos en la salud gastrointestinal dentro de poblaciones estudiantiles universitarias con una modalidad intensiva. Como objetivo, determinar la relación entre el consumo de comida rápida y la aparición de problemas gastrointestinales en los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE. La población estuvo conformada por 178 estudiantes matriculados en los niveles de 1ro hasta 4to de la modalidad intensiva de la carrera de enfermería del ISTE. Se seleccionó una muestra no probabilística por conveniencia de 163 estudiantes, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión establecidos, además de que aceptaron formar parte del estudio. La investigación presenta un enfoque cuantitativo, observacional, no experimental, de corte transversal y de tipo correlacional. La técnica utilizada es de 2 encuestas validadas con preguntas de selección múltiple para determinar la incidencia del consumo de comida rápida y su relación con la aparición de problemas gastrointestinales en estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE. El análisis de los datos encontrados después de la aplicación de la encuesta sugiere una posible asociación entre el consumo frecuente de snacks procesados y dulces que está asociado con la aparición de problemas gastrointestinales en los estudiantes de enfermería. En conclusión, el consumo de comida rápida está fuertemente relacionado con la aparición de distintos trastornos gastrointestinales en estudiantes universitarios, de los más relevantes como el dolor estomacal, gastritis, pérdida del apetito por afecciones digestivas y malestar general. Estos problemas se manifiestan por el alto nivel de grasas trans, azúcares refinados, sodio y aditivos, que contiene la comida rápida, los cuales generan un desequilibrio en la motilidad intestinal.

Palabras clave: Comida rápida, Enfermedades Gastrointestinales, Gastritis, Estrés Académico, Hábitos Alimentarios.

EXECUTIVE SUMMARY

The problem generated by eating habits and the effects on gastrointestinal health within university student populations with an intensive modality. The objective was to determine the relationship between fast food consumption and the appearance of gastrointestinal problems in students of the intensive modality of the Nursing program at ISTE. The population consisted of 178 students enrolled in the first through fourth years of the intensive modality of the Nursing program at ISTE. A non-probabilistic convenience sample of 163 students was selected, who met the established inclusion criteria and agreed to participate in the study. The research is quantitative, observational, non-experimental, cross-sectional, and correlational. The technique used is two validated surveys with multiple-choice questions to determine the incidence of fast food consumption and its relationship with the appearance of gastrointestinal problems in students of the intensive modality of the Nursing program at ISTE. Analysis of the survey data suggests a possible association between the frequent consumption of processed snacks and sweets and the onset of gastrointestinal problems in nursing students. In conclusion, fast food consumption is strongly linked to the onset of various gastrointestinal disorders in university students, the most significant of which include stomach pain, gastritis, loss of appetite due to digestive issues, and general malaise. These problems are manifested by the high levels of trans fats, refined sugars, sodium, and additives contained in fast food, which generate an imbalance in intestinal motility.

Keywords: Fast Food, Gastrointestinal Diseases, Gastritis, Academic Stress, Eating Habits.

INTRODUCCIÓN

Actualmente, el consumo de comida rápida se ha incrementado notablemente entre estudiantes universitarios, siendo así un hábito alimentario común debido a factores como la presión académica, la escasez de tiempo para preparar comidas saludables desde el hogar, limitaciones económicas, el bajo costo y la percepción deseable hacia este tipo de alimentos, siendo así una situación ventajosa para su creciente consumo, lo que ha desencadenado que en muchos casos la dieta estudiantil dependa principalmente de productos procesados, afectando su estilo de vida (Tixi et al., 2023).

La dieta asociada al consumo frecuente de comida ultraprocesada, caracterizada por un alto contenido de grasas saturadas, azúcares, harinas procesadas y sodio, se conecta con diversas afecciones gastrointestinales que van desde molestias leves hasta cuadros clínicos persistentes como gastritis crónica, reflujo gastroesofágico, dispepsia funcional y síndrome del intestino irritable (Quispe & Eyzaguirre, 2023).

En el contexto de la modalidad intensiva del ISTE, la elevada carga académica y las extensas jornadas horarias disminuyen considerablemente el tiempo disponible para planificar y preparar alimentos saludables. A esta situación se suman de elementos como el estrés académico, la insuficiente educación nutricional práctica y la amplia disponibilidad de comida rápida, lo que convierte a estos alimentos en una opción prioritaria (Morales & Ortiz, 2020). Como consecuencia, al no detener a tiempo estos malos hábitos, puede comprometer al sistema digestivo, además de afectar la capacidad de desempeñar una buena formación académica y sus hábitos personales de los futuros profesionales de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería.

Este proyecto se manifiesta por un nivel alto en frecuencia de malos hábitos alimenticios, como es en la comida rápida y de los alimentos procesados, que son el factor principal con la aparición de trastornos alimenticios, como evidencian las investigaciones realizadas con los estudiantes universitarios, dando así como resultado que más del 60% de los estudiantes llevan una dieta muy desequilibrada, provocando síntomas digestivos más frecuentes como la acidez, el dolor abdominal y la diarrea

(Quispe & Eyzaguirre, 2023). Esta problemática se extiende a nivel mundial, lo que justifica un análisis en contextos específicos, como la modalidad intensiva de Enfermería del ISTE, donde la intensidad educativa de la carga académica y la administración del tiempo conllevan directamente las decisiones alimentarias y, por consiguiente, la salud y el rendimiento académico.

En este contexto, la presente investigación se propone determinar la relación entre el consumo de comida rápida y la incidencia de problemas gastrointestinales en los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería de ISTE. Se aplicó una metodología cuantitativa, con un diseño descriptivo y correlacional, utilizando dos encuestas validadas para recopilar información relevante y cumplir con los objetivos planteados. Se recolectaron datos generales sobre los tipos de comida rápida consumida, hábitos alimenticios, las razones detrás de estas elecciones, la presencia de síntomas gastrointestinales, la frecuencia del consumo de alimentos procesados. Además, se exploró la percepción del estudiante sobre su propia alimentación, su interés en recibir orientación nutricional y la influencia de su dieta en el rendimiento académico. Esta estructura permitió relacionar directamente las respuestas con los objetivos específicos del estudio y obtener una comprensión completa del problema investigado.

En este contexto, resulta esencial examinar la conexión entre los hábitos alimentarios y sus efectos en la salud gastrointestinal dentro de grupos específicos de estudiantes, como los alumnos del ISTE en modalidad intensiva. Mediante esta alternativa y sus resultados, no solo obtendremos los factores de riesgo, sino que también nos ayudará a proponer estrategias adecuadas para una buena alimentación a los estudiantes.

Se espera que los resultados nos ayuden a generar estrategias adaptadas a una buena alimentación estudiantil, permitiendo establecer hábitos alimenticios balanceados para la mejora del sistema digestivo, como un buen rendimiento académico y profesional de los futuros Técnicos de Enfermería del ISTE.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES Y BASES TEÓRICAS

1.1 Antecedentes

La adquisición de comida chatarra por parte de los alumnos universitarios ha sido objeto de estudio en numerosas investigaciones, de manera nacional e internacional. Estos estudios coinciden en que este patrón alimenticio puede generar diversos problemas de salud, especialmente relacionados con el sistema digestivo.

Una revisión sistemática publicada en BMC Psychiatry analiza estudios internacionales que demuestran el consumo habitual de comidas poco nutritivas, así como de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas que se asocian con trastornos como el estrés y la depresión. Basándose en 17 estudios con más de 159 000 participantes, esta investigación reporta un aumento del 15 % y 16 % en el riesgo de desarrollar problemas mentales, evidenciando la repercusión dañina del consumo de comida procesada en la salud integral, incluyendo aspectos físicos y emocionales, afectando especialmente a estudiantes universitarios (Ejtahed et al., 2024).

En India, una investigación con 110 estudiantes universitarios examinó la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados, el bienestar corporal y la salud menstrual, aplicando herramientas específicas para evaluar el estreñimiento y encontrando que un alto consumo de alimentos procesados aumenta el porcentaje de grasa corporal, afectando los parámetros metabólicos, aunque no se observaron efectos significativos en síntomas menstruales o problemas gastrointestinales en las jóvenes universitarias entre 18 y 25 años (Ghosh & Muley, 2025).

Además, una revisión publicada en The British Medical Journal agrupó 45 metaanálisis de 14 estudios de revisión sistemática, examinó el consumo de alimentos ultraprocesados basándose en evidencia científica y considerando una población de nueve millones novecientos mil humanos globalmente. Los resultados indican una amenaza de enfermedades con la ingesta de alimentos ultraprocesados que se asocia con un incremento en el riesgo de enfermedades cardiocirculatorias, neoplasia maligna, diabetes mellitus tipo 2, trastornos mentales, problemas gastrointestinales y muerte prematura. Aunque se requieren más estudios para ciertos síntomas, en la revisión concluye que es fundamental promover acciones de salud pública orientadas

a reducir el consumo de alimentos ultraprocesados. Considerando el contexto de su valor nutricional y su nivel de azúcar, grasas y aditivos industriales, aumentan el desafío para la salud pública global (Health, 2024).

Particularmente, en la República de Corea del Sur se identificó una alta demanda de trastornos gastrointestinales funcionales en universitarios, asociados con dietas desequilibradas y estrés académico (Lee et al., 2024).

Un estudio en Ecuador evaluó a 50 estudiantes de la carrera de medicina en la Universidad Técnica de Machala de cuarto, quinto y sexto ciclo, donde los resultados mostraron patrones de mala alimentación por un consumo excesivo de carbohidratos y bebidas azucaradas, además del consumo de alimentos fuera del horario establecido. Este problema se atribuye a desafíos académicos y grados de tensión. El régimen alimenticio inadecuado contribuye a problemas de peso y alteraciones bioquímicas, incrementando la amenaza de enfermedades crónicas no transmisibles (Martínez et al., 2024).

En la Universidad Estatal de Milagro se realizó un estudio a los estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería, siendo un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional con una población de 46 estudiantes del sexto semestre en relación con la influencia del consumo de alimento rápido, el uso de medicamentos y síntomas gastrointestinales. Los resultados se asocian con la acidez estomacal, niveles altos de estrés académico, lo que subraya la necesidad de promover y prevenir estrategias para mejorar el bienestar alimenticio y su rendimiento académico (Ronquillo et al., 2025).

A través de un estudio en la Universidad Técnica de Ambato, se aplicó un cuestionario online de 15 interrogaciones a 64 estudiantes de las carreras de Nutrición y Telecomunicaciones. El 31,25% mostró buenos hábitos saludables, mientras que el 68,75% presentó conductas menos saludables. Sin embargo, en ambos grupos se presentó un IMC de sobrepeso, siendo así que los factores asociados son el estrés académico, el sedentarismo y las limitaciones de tiempo y recursos (Ronquillo et al., 2025).

Además, en Perú se examinó la manera de vivir de los estudiantes y su relación con los trastornos digestivos, determinando que el consumo de comidas procesadas es un factor clave en el desarrollo de problemas gastrointestinales (Galarreta, 2022).

Estos estudios, realizados en contextos universitarios similares al ISTE, sustentan la necesidad de investigar específicamente a estudiantes de Enfermería en modalidad intensiva, quienes están particularmente expuestos a estos factores de riesgo.

1.2 Planteamiento del Problema

Los estudiantes universitarios a menudo se ven influenciados por lo que ven a su alrededor cuando se trata de escoger qué comer. Están frecuentemente expuestos a las recomendaciones y elecciones de sus compañeros, especialmente cuando se trata de la comida poco nutritiva de fácil acceso, lo que puede llevarnos a adquirir hábitos alimentarios que no son mayormente saludables. Lo cual, esta situación, con el pasar del tiempo puede intensificar el riesgo de sobrepeso, obesidad y otras complicaciones de salud a futuro (Gligorić et al., 2021).

En India, los estudiantes universitarios en un estudio aplicado por cuestionarios dieron como resultado 82 % de preferencia por ingerir comida al paso, por su practicidad, y el 50 % restante reportó síntomas gastrointestinales, incluyendo dispepsia frecuente (Sharma et al., 2023). La mayoría de los adolescentes no adquieren habilidades para escoger alimentos saludables y sus hábitos de alimentación son desordenados, aumentando la problemática de desarrollo de afecciones al sistema digestivo.

Los problemas gastrointestinales ocasionados por el consumo de comida rápida son gastritis, dispepsia funcional, estreñimiento o síndrome de intestino irritable.

La comida chatarra se caracteriza por su alto contenido de lípidos, kilocalorías, aliños, ésteres de colesterol, glúcidos, sal, y se encuentra comúnmente en gaseosas, galletas, dulces, bebidas saborizadas, hasta comidas en la calle o restaurantes como perros calientes, pizzas o hamburguesas, motivo por el cual se ocasionan perjuicios para la salud. Además, con su incremento del consumo, los trastornos digestivos pueden aparecer, como el colon irritable y el reflujo gastroesofágico (Colmédica, 2022).

El consumo regular de alimentos con escaso valor nutricional aumenta la vulnerabilidad a distintas enfermedades. Su alto contenido calórico puede llevar al sobrepeso y la obesidad, mientras que el exceso de azúcares refinados eleva el riesgo

de diabetes tipo 2. Además, la elevada presencia de sodio y grasas sólidas se asocia con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares. La falta de fibra favorece el estreñimiento y la irritación intestinal, lo cual es importante destacar, que la comida ultraprocesada carece de las sustancias nutritivas fundamentales para una alimentación sana (Granja, 2023).

El estudio de una carrera de salud y la vida urbana acelerada tienen un impacto psicológico y conductual asociado a la ansiedad, depresión, autoestima, su imagen corporal, adicción o desregulación emocional al comer, por diversos motivos como la gestión ineficaz del tiempo para cocinar y la disponibilidad de productos listos para el consumo. Igualmente, de ser ricos en azúcares, grasas saturadas, sodio y aditivos, fomentan su consumo en detrimento de los alimentos frescos y naturales.

El consumo de estos alimentos de manera repetitiva en su entorno genera enfermedades crónicas silenciosas, problemas digestivos y alteraciones en la microbiota intestinal.

Con el pasar del tiempo, esta variación puede resultar en trastornos digestivos más severos, como la permeabilidad intestinal, permitiendo que toxinas y compuestos no digeridos pasen al torrente sanguíneo, desencadenando procesos inflamatorios y afectando directamente al sistema inmune.

Un factor principal para la elección de comida procesada es su sabor, según un estudio realizado por la Pontificia Universidad Católica del Ecuador en 2022 con estudiantes desde los 14 a 17 años (PUCE-Quito). Los resultados mostraron que más del 50 % de estudiantes con IMC normal consumían este tipo de comida de manera diaria o semanal, siendo las papas fritas las más frecuentes (Tufiño, 2022).

La gente suele frecuentar comida rápida, siendo así una conducta habitual entre los estudiantes universitarios, además de existir una conexión notable con la aparición de trastornos gastrointestinales. A pesar de ello, no existe demasiada información sobre los estudios principalmente en alumnos de Enfermería con una modalidad intensiva, lo que hace necesaria una investigación actual sobre este tema.

¿Cuáles son los problemas gastrointestinales más frecuentes que presentan los estudiantes que consumen comida rápida?

¿Con qué frecuencia y qué tipos de comida rápida o procesada consumen los estudiantes de la modalidad intensiva de Enfermería del ISTE?

¿Qué relación existe entre los hábitos alimentarios de los estudiantes y la aparición de problemas gastrointestinales?

1.3 Justificación

Esta indagación surge de una preocupación genuina por el bienestar de los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico. En una sociedad cada vez más acelerada, donde el tiempo es un recurso limitado, es común observar que muchos alumnos, especialmente los que enfrentan jornadas académicas exigentes, opten por consumir alimentos de fácil acceso y preparación, como la comida rápida. Estudios de los últimos cinco años evidencian que este tipo de alimento posee una alta concentración de ingredientes ultraprocesados, puede tener efectos negativos en el sistema digestivo y metabólico (Almofarreh et al., 2025; He et al., 2025).

El ritmo vertiginoso de la modalidad intensiva impone a los estudiantes una carga académica elevada, sumada a la presión emocional y física que conlleva una formación técnica en el área de la salud. Ante esta realidad, muchos estudiantes sacrifican una alimentación balanceada y nutritiva en favor de opciones más rápidas, económicas y disponibles, como hamburguesas, papas fritas, pizzas, hot dogs y otros productos como alimentos grasosos, azúcares refinados, sales y aditivos sintéticos. Se ha observado que estos hábitos alimenticios son comunes entre jóvenes universitarios, especialmente cuando atraviesan horarios limitados y altos niveles de estrés (Arslan et al., 2023).

No adoptar hábitos alimenticios puede ser una alteración en el funcionamiento del cuerpo, ya sea inmediato o prolongado. Investigaciones recientes han revelado una alta prevalencia de enfermedades digestivas, como gastralgia, reflujo o colon irritable, relacionadas con comidas irregulares, agobio en el ámbito educativo y consumo de una mala alimentación (Lee et al., 2024).

Este problema también involucra el ámbito social, económico y ambiental de los futuros trabajadores en el área de la salud; en esta situación deben estar capacitados

para brindar atención básica hacia los pacientes con cuidados directos y de apoyo en el entorno sanitario. Ya que, si ellos mismos experimentan deterioro en su salud debido a una alimentación inadecuada, esto puede tener un impacto negativo en la calidad de vida y ocupación que se va a desarrollar a los futuros pacientes.

Además, la elección del presente tema responde a una necesidad de visibilizar un fenómeno muchas veces normalizado o subestimado dentro del entorno estudiantil. La relación entre los hábitos de consumo de fast food y los trastornos gastrointestinales se reconoce a menudo como un hábito inofensivo, ya que consideran propio consumir comida rápida por ser una alternativa sencilla y asequible para consumir, así mismo sentirse satisfechos por su sabor sin considerar su alto contenido de azúcar procesada, calorías y grasas saturadas. Sin embargo, se ha identificado que los alimentos poco saludables pueden estar relacionados con al menos 32 efectos adversos para la salud, incluyendo afecciones gastrointestinales, inflamación crónica y un mayor riesgo de mortalidad (Health, 2024).

Esta investigación busca concienciar a los estudiantes sobre la importancia de mejorar sus hábitos alimenticios, promoviendo la reducción del consumo excesivo de comida rápida y ofreciendo estrategias para una alimentación saludable, que incluya el consumo de alimentos en horarios adecuados, con el fin de disminuir los problemas gastrointestinales que pueden surgir a largo plazo.

Desde una perspectiva institucional, el estudio también cobra relevancia, ya que los resultados podrían servir como base para implementar estrategias de intervención dentro del ISTE, tales como opciones de alimentación saludable dentro del campus, orientación nutricional, recordando que una buena alimentación genera una vida equilibrada, además de un buen estado de ánimo, menos estrés y un peso saludable para los estudiantes (Almofarreh et al., 2025).

En síntesis, esta investigación no solo busca reconocer y establecer la incidencia del consumo de comida rápida en la aparición de problemas gastrointestinales, sino también constituir un llamado a la introspección y adaptación. A través de una perspectiva precautoria humana y crítica, se aspira a contribuir al desarrollo de una comunidad estudiantil más consciente, saludable y capacitada para afrontar con éxito los desafíos tanto en el ámbito profesional como personal.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

- Determinar la relación entre el consumo de comida rápida y la aparición de problemas gastrointestinales en los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Describir los problemas gastrointestinales más frecuentes asociados al consumo de comida rápida.
- Analizar el patrón de consumo de comida rápida o procesada, considerando la frecuencia y las variedades ingeridas por los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE.
- Sintetizar la relación entre los hábitos alimentarios de los estudiantes y la aparición de problemas gastrointestinales, con el fin de proponer estrategias de mejora en su alimentación.

1.5 Marco Teórico

1.5.1. Fundamentos conceptuales

1.5.1.1. Comida rápida y alimentos ultraprocesados

Se caracteriza por su fácil elaboración, tener un bajo costo y ser accesible para las personas, además de ser rápida de consumir. Estos productos son llamativos por sus grasas, azúcares artificiales, aditivos y especias, lo que representa un riesgo a corto y largo plazo si se consume habitualmente, y facilita su comercialización (Tixi et al., 2023). El consumo excesivo de comida rápida se asocia con un incremento en la prevalencia de enfermedades crónicas y problemas digestivos en jóvenes universitarios, debido a sus efectos perjudiciales sobre el sistema digestivo (Gomes et al., 2025).

A menudo, las personas adquieren y consumen alimentos ultraprocesados sin conocer su proceso de elaboración ni considerar las posibles consecuencias para su salud gastrointestinal, dado que estos productos contienen conservantes, azúcares refinados, aditivos y químicos potencialmente cancerígenos. En Ecuador, diversos estudios confirman que los malos hábitos alimentarios deficientes están relacionados con el desarrollo de afecciones digestivas en estudiantes (Chica & Sani, 2024; Quispe & Eyzaguirre, 2023).

Los estudiantes universitarios abandonan sus comidas tradicionales y saludables de sus generaciones anteriores, optando por una alimentación desequilibrada como la comida rápida, a pesar de que reciben información de cómo llevar una buena nutrición diaria, no aplican estos conocimientos, por lo que este patrón alimentario se convierte en un hábito (Galarreta, 2022).

1.5.1.2 Estilo de vida universitario y alimentación

La investigación realizada en la Universidad Técnica de Ambato, basada en los malos hábitos alimenticios en los alumnos universitarios, revela que mantener una dieta alta en grasas y baja en nutrientes esenciales (como frutas y verduras), junto con una hidratación inadecuada, se asocia a una baja concentración, fatiga y problemas digestivos. Esta situación afecta sus funciones motoras y cognitivas, incrementando afecciones gastrointestinales, enfermedades crónicas y mentales, lo que impacta el

rendimiento académico y la salud general, debido a que los estudiantes priorizan los alimentos por su sabor o rapidez de preparación y bajo costo. Estos resultados buscan promover una buena alimentación equilibrada, especialmente en poblaciones académicas con modalidad intensiva (Manjarres, 2023).

La vida de los universitarios se ve influenciada por sus cargas académicas muy elevadas, horarios exigentes y eventos sociales frecuentes que se relacionan con su consumo de comida rápida, afectando a patrones alimentarios, baja ingesta de vegetales, omisión del desayuno, sabiendo que este es fuente principal para proporcionar energía durante la jornada estudiantil. Además, este estilo de vida, caracterizado por un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, contribuye a un aumento en el Índice de Masa Corporal (IMC) y puede conllevar problemas gastrointestinales. Por lo tanto, es crucial desarrollar estrategias educativas que promuevan opciones alimenticias más saludables, con el objetivo de mejorar en el rendimiento académico y la salud general de los estudiantes (Arslan et al., 2023).

En este contexto, los hábitos de vida universitarios no solo afectan la salud nutricional, sino que también forman parte de un factor de riesgo para trastornos gastrointestinales, alteraciones de homeostasis, además de un bajo desempeño insatisfactorio de cada estudiante de la carrera de Enfermería.

1.5.2. Sistema gastrointestinal y problemas asociados

1.5.2.1. Fisiología básica del sistema digestivo

El sistema digestivo es comparable a una carretera, ya que se activa el tránsito digestivo, involucrando la deglución y peristalsis, cumpliendo la función esencial de digerir, absorber y metabolizar los nutrientes vitales para el organismo. Este complejo mecanismo gastrointestinal está compuesto por la boca, la faringe, el esófago, el estómago, el intestino delgado, el intestino grueso, el recto y el ano, en conjunto con órganos auxiliares como el hígado, el páncreas y la vesícula biliar. El proceso digestivo se inicia en la cavidad oral, donde los alimentos son triturados y mezclados con la amilasa salival, una enzima encargada de descomponer los carbohidratos y facilitar la formación del bolo alimenticio. Luego, el bolo desciende por el esófago hacia el estómago, donde se mezcla con los jugos gástricos, transformándose en una masa

líquida denominada quimo. Posteriormente, los movimientos peristálticos del tracto intestinal impulsan el contenido hacia el intestino, culminando con la expulsión de los desechos a través del ano. Al llegar al estómago, el bolo alimenticio se mezcla con los jugos gástricos, compuestos por ácido clorhídrico y enzimas proteolíticas, como la pepsina, cuya función es descomponer las proteínas en péptidos más pequeños. Además, el estómago está encargado de eliminar el contenido alimenticio mediante el píloro hacia el intestino delgado, generando así el proceso de la digestión intestinal. Este órgano también cumple funciones defensivas e inhibe la absorción de la vitamina B12 (Maza et al., 2022).

El intestino delgado, que consta de sus tres partes principales: duodeno, yeyuno e íleon, es la principal zona de digestión y absorción de los alimentos. En este proceso intervienen principalmente las enzimas pancreáticas (amilasa, lipasa, tripsina) y la bilis, secretada por el hígado y almacenada en la vesícula biliar, que se encargan de degradar los carbohidratos, grasas y proteínas. La mucosa intestinal está cubierta por millones de vellosidades que facilitan la absorción y captación de nutrientes, electrolitos y agua, los cuales pasan al torrente sanguíneo. Por otro lado, el intestino grueso, que conforma el colon y el recto, se encarga de la absorción de aguas y electrolitos para la formación de las heces, incluyendo que en este proceso ocurre la fermentación bacteriana de los residuos no digeribles, así la producción de la vitamina K y algunos del complejo B. La motilidad del colon se caracteriza por ser más pasiva y regulando los mecanismos hormonales y nerviosos del intestino para formar un tránsito adecuado. El consumo recurrente de comida ultraprocesada en estudiantes universitarios puede afectar el equilibrio nutricional, alterando el funcionamiento del sistema digestivo y generando trastornos como gastritis, síndrome del intestino irritable o dispepsia (Maza et al., 2022).

Todas ellas expresan la gran relevancia de comprender cómo funciona el sistema digestivo para después incrementar estrategias nutricionales que eviten afecciones y los estudiantes universitarios puedan elegir y promover estilos o hábitos de vida saludables.

1.5.2.2. Problemas gastrointestinales

En una revisión sistemática y metaanálisis, revela una afectación en la salud mental y física por el consumo de comida chatarra. El enfoque principal se centra en la salud mental, identificando que el estrés, la dieta y la aparición de síntomas digestivos están relacionados por esta incidencia. Así como el intestino y el cerebro son infligidos por la malnutrición que hace daño a todo su eje o función, como en el caso del consumo de productos ultraprocesados que desarrollan afecciones en el intestino, haciéndolo más irritable, al igual que la dispepsia (Ejtahed et al., 2024).

Asimismo, se ejecutó un estudio realizado en Costa Rica con estudiantes universitarios, donde se determinó que los hábitos alimenticios inapropiados tienen relación con la aparición de gastroenteritis, empezando por el dolor abdominal, reflujo, gastritis, estreñimiento funcional. Además, identificó otros factores críticos que contribuyen al deterioro de la salud digestiva, como la omisión de comidas, el consumo frecuente de grasas y la ingesta insuficiente de fibras (Morales & Ortiz, 2020).

En el contexto ecuatoriano, se determinó que el estilo de vida acelerado de los estudiantes universitarios está relacionado con el estrés académico y el consumo mayoritario de comida rápida, lo que favorece el desarrollo de trastornos gastrointestinales. Entre los síntomas más comunes se encuentran la colitis, distensión, acidez y dispepsia. En base a los hechos, se determinó que comer en horarios irregulares y la elección de alimentos menos saludables provoca una alteración a disfunciones digestivas crónicas (Galarreta, 2022).

Una investigación llevada a cabo con estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro reveló que la mayoría de los participantes presentaban síntomas frecuentes como la acidez gástrica, gastritis funcional y dolor epigástrico, los cuales se desencadenan por el consumo excesivo de comida frita y rápida. Además, el estudio evidencia una discrepancia entre la teoría de llevar una salud nutricional y el momento de aplicarlo en los futuros profesionales de la salud (Ronquillo et al., 2025).

Se realizó un análisis sobre la relación entre el comer los alimentos poco nutritivos y el funcionamiento del sistema digestivo. Los resultados indicaron que los

estudiantes con una mayor ingesta de estos productos experimentaban alteraciones en el tránsito intestinal, deposiciones irregulares y sensación de hinchazón abdominal. Asimismo, se observó un aumento de grasa visceral, lo cual contribuye a un indicador temprano de daño metabólico y de deterioro del sistema digestivo (Ghosh & Muley, 2025).

En un estudio llevado a cabo en la Universidad de Guayaquil, se identificó que los estudiantes universitarios presentaban un mayor consumo de comida rápida, lo que se traducía en una mayor incidencia de enfermedades gastrointestinales, como la colitis, el reflujo gastroesofágico y la gastritis, incluyendo que el aparecimiento de estos trastornos aborda la falta de horarios para una buena alimentación y la implementación del consumo de frutas y verduras (Chica & Sani, 2024).

Asimismo, se llevó a cabo una investigación, en la cual se identificó un patrón alimenticio predominante caracterizado por el consumo de comida frita y horarios de comida irregulares, incluyendo una ingesta pobre de fibra. Como resultado, los estudiantes desarrollaron síntomas repetitivos del sistema digestivo, tales como la diarrea, dolor abdominal, flatulencias, acidez y gases (Quispe & Eyzaguirre, 2023).

Finalmente, la contribución de los doctores Calviño y Fuentes resalta que, para una buena práctica clínica efectiva, es fundamental conocer los trastornos que se desencadenan en el sistema digestivo al implementar malos hábitos alimenticios; es así como en esta revisión se encuentra que las enfermedades del aparato digestivo no se explican por anomalías anatómicas, sino que están relacionadas con la motilidad intestinal, hipersensibilidad visceral y la comunicación que realiza el intestino con el cerebro. Los factores que se incluyen en estos trastornos gastrointestinales son el estrés, la ansiedad, la subalimentación y el sedentarismo. Si no se abordan estos factores, persistirá la aparición de más problemas gastrointestinales y la necesidad de un manejo continuo de estos trastornos. Mediante el estudio de médicos especialistas, se determina que la gastritis, colitis, reflujo gastroesofágico, constipación y gastroenteritis son problemas gastrointestinales más frecuentes relacionados con la comida rápida y por consumir alimentos en horarios irregulares (Calviño & Fuentes, 2023).

En conjunto con estos estudios, las afectaciones gastrointestinales funcionales más comunes a desarrollarse en la población universitaria, en lo cual involucra a los malos hábitos alimenticios, consumo frecuente de comida rápida y el estrés académico, es necesaria una buena identificación tanto de los hábitos y sus posibles síntomas a generarse para brindar una buena intervención educativa y prevenir estos trastornos en la salud del universitario.

1.5.2.3. Consecuencias de una mala alimentación en el sistema digestivo

Llevar una buena alimentación contribuye a una buena salud; en el caso del sistema digestivo, cuando la dieta es baja en nutrientes y predomina la alimentación desordenada con ultraprocesados, grandes cantidades de condimentos y aditivos, se desarrollan varias alteraciones gastrointestinales que pueden iniciar desde síntomas leves hasta patologías crónicas.

Como consecuencia de un mayor consumo de comida rápida, con el tiempo se afecta la salud digestiva, desarrollando así alteraciones en la microbiota, inflamaciones crónicas y deficiencia de absorción de nutrientes. Además, se ha determinado que los estudiantes presentan grandes cantidades de grasa visceral y disfunciones intestinales leves debido al alto consumo de alimentos ultraprocesados (Ghosh & Muley, 2025).

Se ha concluido que la comida excesiva de alimentos saturados, caracterizada por su alto contenido de grasas y la deficiencia de nutrientes, se asocia con el desarrollo de colelitiasis (cálculos biliares). Es importante que esta enfermedad sea tratada mediante intervención quirúrgica, así como a través de la implementación de una dieta equilibrada, rica en vitaminas, minerales, fibra y grasas naturales, con el objetivo de reducir los malos hábitos alimenticios frecuentes en estudiantes universitarios (Agurto et al., 2020).

Por otra parte, un estudio investigó la relación entre la alimentación y el bienestar mental, revelando una conexión fisiológica significativa entre el consumo de alimentos con bajo valor nutricional y la aparición de inflamación gastrointestinal leve. Como consecuencia, esto afecta al bienestar general y el desequilibrio de la microbiota intestinal; además, los mensajes del intestino hacia el cerebro generan una sensación positiva al consumirlo, pero una respuesta negativa al enfrentar los síntomas que estos

alimentos provocan, incluyendo el factor del estrés que actúa de manera perjudicial en el sistema digestivo (ElBarazi & Tikamdas, 2023).

Finalmente, una revisión publicada por The British Medical Journal recopiló información de más de 45 investigaciones científicas, evidenciando las consecuencias adversas para la salud general. Identificaron 32 efectos adversos con alta probabilidad de desarrollo, de los cuales al menos 7 afectan directamente al sistema digestivo con mayor riesgo de cáncer colorrectal, disbiosis intestinal, gastritis erosiva, alteración de la flora intestinal y mala absorción de nutrientes. Este conjunto de hallazgos subraya la importancia de fomentar cambios alimenticios saludables a edades tempranas, principalmente en la población estudiantil, con el fin de prevenir problemas gastrointestinales en el futuro (Health, 2024).

En síntesis, una mala alimentación no solo afecta el estado nutricional, sino que también aumenta el peso corporal, obteniendo consecuencias directas y profundas en la salud digestiva, tanto funcional como estructural; por ello es fundamental educar a la población universitaria para que mejoren su implementación de una dieta equilibrada y así prevenir futuras alteraciones gastrointestinales.

1.5.3. Relación entre variables

1.5.3.1. Comida rápida y salud digestiva

En años recientes, la popularización de alimentos ultraprocesados ha transformado los hábitos en esta población, principalmente en los jóvenes universitarios, debido a factores como la fácil disponibilidad, la rapidez y el bajo costo. Diversas investigaciones científicas evidencian que este tipo de alimentación, por sus componentes, resulta nociva para el sistema digestivo; cuando hay más grasas saturadas, harinas refinadas, azúcares, aditivos artificiales, perjudican este mecanismo.

Un estudio ejecutado por parte del Instituto de Investigación Médica Walter y Eliza Hall, en el país de Australia determinó que, tras solo dos días de consumir una dieta elevada en grasas, cuya mucosa se debilita por las toxinas y bacterias externas al sistema digestivo, generando inflamaciones subclínicas, disbiosis intestinal y mayor permeabilidad intestinal, lo más destacable de estos conocimientos es que el sistema

digestivo empieza a bajar su funcionalidad y su nivel inmunológico con rapidez, además disminuye la creación de la proteína del sistema inmunitario que funciona como una citoquina y actúa como un factor de crecimiento para diversas células inmunitarias, desarrollo del sistema inmune conocida como: interleucina 22 (IL-22) (Xiong et al., 2025).

Una revisión publicada en *Neurogastroenterology and Motility* evidenció la relación entre los patrones dietéticos provocados por la comida rápida (frituras y grasas) y su consecuencia al desarrollar distensión abdominal crónica y la dispepsia no ulcerosa, que impactan en las actividades diarias de las personas enfermas y padecientes. Esta investigación abarca los roles que provocaría desarrollar los síntomas digestivos persistentes más allá de factores psicológicos, conductuales, el contenido nutricional y el bioquímico de cada alimento. Siendo así, el artículo señala que a mayores repeticiones de comida ultraprocesada, altera perjudicialmente los ritmos hepáticos e intestinales, la motilidad intestinal, la secreción biliar y la asimilación de nutrientes. Sus síntomas clínicos suelen aparecer a largo plazo, por lo que este patrón alimenticio se mantiene silenciosamente, especialmente en la vida universitaria (Amerikanou et al., 2023).

En una investigación experimental realizada con modelo animal, se alimentó a los sujetos con comida rápida, incluyendo hamburguesas, papas fritas y bebidas azucaradas. En menos de cuatro horas, se observó un deterioro del microbioma intestinal, en este caso como los *Bacteroides* y aumentando las cepas proinflamatorias de *Enterococcus*, es decir, que el equilibrio microbiano, al ser tratado con alimentos aptos para su funcionamiento, se mantiene sano mientras que, a más comida rápida, se incrementa la producción de los metabolitos lipídicos inflamatorios, así como el ácido lisofosfático (LPA 18:0). Este se dirige hacia el hígado como objetivo, recibe una respuesta hepática y altera su efecto en la genética intestinal. Este desarrollo abarca la afectación del intestino y el hígado, que pertenecen al eje intestino-hígado, determinando así hígado graso no alcohólico y colitis de bajo grado (Osborn et al., 2021).

El consumo habitual de alimentos poco nutritivos presenta factor de riesgo para la salud digestiva; aunque puede haber ausencia de síntomas digestivos agudos al

inicio, es un reto de diagnóstico para los profesionales de salud, quienes observan cambios en la microbiota, disminución de las defensas inmunológicas intestinales y aumento de componentes inflamatorios.

Por lo tanto, la prevención de síndromes metabólicos debe estar relacionada con la protección del sistema digestivo, ya que el impacto de la comida rápida es un problema digestivo mayoritario en la salud pública. Esto afecta sobre todo a los jóvenes universitarios, quienes, a pesar de conocer los beneficios de una buena alimentación, no la ponen en práctica debido a sus extensas jornadas académicas, lo que contribuye al desarrollo de patologías gastrointestinales tanto funcionales como orgánicas.

1.5.3.2. Estrés académico, hábitos alimentarios y síntomas digestivos

Cuando se está en una etapa universitaria, principalmente lo que se presenta como un desafío es en el ámbito académico, social y personal que afecta directamente al mantener un buen hábito alimenticio; al no llevarlo de buena manera, se ve afectada su salud en general. Los factores que más predominan en su mala alimentación son la ansiedad académica, presión emocional y biológica, lo cual está condición que va de la mano con el comportamiento alimentario y el funcionamiento del sistema digestivo (Fernandez et al., 2022).

Se realizó un estudio transversal en alumnos de las carreras de nutrición y dietética, psicología y estomatología pertenecientes al primer y segundo ciclo académico 2018 - 2019, donde se encontraron malos hábitos alimentarios, el sedentarismo y el estrés académico, siendo uno de los factores a los que están constantemente expuestos los estudiantes universitarios, y a su vez, están asociados a un impacto negativo en la salud y en el rendimiento académico del estudiante, una asociación entre el nivel de actividad física y el estrés académico (Durán & Mamani, 2021).

En una síntesis de la literatura y revisión cuantitativa relacionada con los programas de precaución para los desórdenes alimentarios en el entorno de las universidades, se evidenció que el estrés académico es el principal factor que ayuda a desarrollar conductas alimentarias muy desordenadas como atracones, la restricción

alimentaria y dietas inadecuadas. Estas prácticas afectan al equilibrio de eubiosis, la motilidad intestinal, la secreción gástrica y la capacidad para absorber nutrientes, por lo cual se propone la implementación de programas enfocados en la salud mental que promuevan la concientización de escoger una buena alimentación, con el fin de prevenir enfermedades digestivas crónicas (Harrer et al., 2020).

En Ecuador, se analizó mediante una encuesta aplicada a los integrantes de la Universidad Estatal de Milagro con la carrera de Enfermería, quienes presentan una mayor cantidad de síntomas gastrointestinales como el reflujo ácido, la distensión abdominal y el ardor epigástrico. Además, manifestaron que durante la semana de exámenes y prácticas intensivas su tiempo de comida era en un tiempo irregular; lo más apetecible fueron los alimentos rápidos y grasosos, incluyendo bebidas carbonatadas o el café en grandes cantidades. Gracias a este conocimiento, el estrés continuo aumenta la hiperacidez gástrica, reduciendo el moco protector que se encuentra en el estómago y aumenta la aparición de lesiones gástricas (Ronquillo et al., 2025).

De forma complementaria, se estudió la conexión directa entre las costumbres alimentarias, además del comportamiento académico. El estrés afecta a los alumnos que buscan cumplir con sus obligaciones académicas, priorizando así sus estudios y dejando a un lado el tiempo de alimentación. Lo que consideran más conveniente son los snacks; como resultado, se presenta la sensación de pesadez, acidez, náuseas y somnolencia postprandial y la dificultad para memorizar (Manjarres, 2023).

Estos conocimientos nos ayudan a detectar la relación nutricional, el ámbito académico y los desencadenantes de la presión, mala alimentación y desarrollo de síntomas digestivos en la etapa universitaria. Constantemente expuestos a factores negativos como las emociones y sus conductas alimentarias desordenadas; se compromete la salud integral del estudiante por los efectos del estrés. Se busca promover estrategias que integren la educación nutricional, el autocuidado emocional, la elaboración de un ambiente académico más saludable para que en un futuro no desarrollen en gran medida trastornos gastrointestinales funcionales crónicos.

1.5.4. Enfoque teórico y modelo referencial

1.5.4.1. Enfoque teórico

El presente estudio tiene un enfoque biosocial, que reconoce los factores biológicos, conductuales y sociales en la aparición de síntomas digestivos. Desde esta perspectiva, la deglución de comida rápida no solo implica una práctica alimentaria individual, sino una conducta influenciada por múltiples factores en un ambiente universitario, según el nivel de educación nutricional, el estrés académico, la disponibilidad de los alimentos y el ritmo acelerado de los estudiantes de modalidad intensiva (Tixi et al., 2023).

En la parte biológica, se determina que los cambios que ocurren dentro del sistema digestivo se deben a la ingesta asidua con niveles prominentes de azúcares, aditivos artificiales y aceites saturados, los cuales pueden generar inflamación, disbiosis intestinal, hipersecreción gástrica y alteraciones en el tránsito intestinal, además de trastornos gastrointestinales funcionales como estreñimiento, reflujo gastroesofágico, dispepsia y el síndrome del intestino irritable (Ramos, 2025).

Desde un enfoque conductual, este estudio se fundamenta en el modelo ecológico de los comportamientos de salud, el cual evalúa la manera en que distintos niveles de influencia impactan las prácticas alimentarias. Estos incluyen factores personales que abarcan los conocimientos y actitudes de los individuos; factores interpersonales como las relaciones familiares y la influencia de los compañeros; factores organizacionales como los recursos de alimentación institucionales; y factores estructurales como las políticas de salud y el acceso a la comida saludable. Estudios recientes proponen que la interacción social en el ámbito universitario puede cambiar los hábitos alimentarios, ya que los estudiantes suelen asumir conductas más saludables al compartir alimentos con compañeros que escogen el lado nutritivo (Gligorić et al., 2021).

1.5.4.2. Modelo referencial

Para la sustentación de la investigación, se implementan los Patrones Definitivos Sociales de la Salud propuestos por la OMS, de tal manera que nos permiten entender los factores estructurales y las condiciones de vida según el nivel

socioeconómico, ambiente educativo, tiempo disponible para la elaboración de los alimentos, el acceso a alimentos y los horarios de descanso, en beneficio para el bienestar digestivo (Organización Mundial de la Salud, 2025).

Caracterizada por:

- **Determinantes estructurales:** como la política institucional del ISTE, según el nivel educativo y los ingresos, que regulan el acceso a la alimentación respetando las normas de salud y nutrición.
- **Determinantes intermedios:** como las condiciones donde se localiza la población universitaria y sus factores diarios, como el estrés académico, horarios de clases extensos y falta de acceso a alimentos saludables; los hábitos manifestados y su entorno psicosocial.
- **Resultados en salud:** como el desarrollo de los síntomas gastrointestinales, el bajo rendimiento culto y el desgaste de vigor.

La estructuración presente en este modelo y conjuntamente los objetivos de la investigación permiten analizar cómo el ambiente universitario y sus factores personales contribuyen a la incrementación de trastornos gastrointestinales entre los estudiantes, y así implementar una intervención tanto educativa como institucional.

1.5.5. Patrones de consumo de comida rápida en estudiantes

1.5.5.1. Frecuencia de consumo en estudios globales y latinoamericanos

El consumo de comida callejera se asocia al patrón alimenticio que llevan los estudiantes universitarios, de manera que los factores que influyen son el poco tiempo para preparar sus alimentos, la carga académica y el impacto de su entorno social y urbano. La evidencia científica demuestra que esta problemática es parte de una tendencia global y que abarca a todos los estudiantes.

Un estudio elaborado en Turquía manifestó que los estudiantes universitarios tienen una frecuencia sumamente alta en consumir comida rápida; existen variables sociodemográficas de acuerdo a la edad, el lugar de residencia y sus ingresos. El estudio principalmente se centra en aquellos estudiantes que viven lejos de sus familiares o que tienen dos oficios, como el de trabajar y estudiar, por lo cual para ellos

consumir este tipo de alimentos con una elevada incidencia se debe a su conciencia y ahorro de tiempo en el ámbito alimenticio (Arslan et al., 2023).

A nivel latinoamericano, se han obtenido resultados comunes. Por ejemplo, una investigación en Ecuador identificó que el consumo de comida rápida entre dos y cuatro veces por semana en estudiantes universitarios se debe a sus precios económicos, su fácil disponibilidad y su publicidad, tanto las marcas como la necesidad de probar un nuevo producto. Este nivel de frecuencia puede presentarse como una situación no tan grave, pero destaca la calidad nutricional que aportan estos productos y las consecuencias al desarrollar estos hábitos alimenticios inadecuados que con el tiempo afectarán su salud gastrointestinal (Tixi et al., 2023).

Por otro lado, se llevó a cabo una revisión de metaanálisis que promociona información con evidencia de que en América Latina hay un alto crecimiento en el adquirir de productos ultraprocesados entre los estudiantes universitarios. Esta revisión incluye estudios de diferentes países en los que determina que los niveles de consumo siguen cada día más aumentando, desarrollando problemas digestivos, obesidad y otras alteraciones metabólicas en esta población estudiantil (Maza et al., 2022).

En Costa Rica, se analizó que los estudiantes entre la población de 18 a 30 años de edad manifiestan que el consumo de comida rápida abarca la presencia de síntomas gastrointestinales, tales como acidez, colitis y trastornos digestivos funcionales. Además, otros factores identificados son los horarios mal planificados, incluyendo los saltos de comida, aumentando así la probabilidad de conseguir más fácil los alimentos ultraprocesados y la sensación de haber completado su alimentación (Morales & Ortiz, 2020).

Existe un estudio experimental en el que analizaron y demostraron que las dietas estudiantiles que contienen comida rápida alteran la microbiota intestinal tan solo en cuatro días, por lo cual este conocimiento ayuda a determinar que estos alimentos provocan efectos negativos inmediatos sobre el sistema digestivo, generando trastornos como la colitis, la inflamación intestinal y la dispepsia (Zhu et al., 2020).

En este contexto, las investigaciones refuerzan la idea de que la prevalencia de malos hábitos alimenticios en estudiantes universitarios se debe a su doble jornada académica y a sus modalidades intensivas, como en este caso los estudiantes que conforman la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE. Su alto consumo de comida rápida no solo abarca su salud física y su nutrición, sino que está directamente relacionado con el incremento de trastornos gastrointestinales en esta población específica.

1.5.5.2. Tipos más consumidos en la población estudiantil

En los universitarios, el consumo de comida grasosa y la frecuencia de dichos alimentos se debe a sus características predominantes, ya que está presente en su dieta diaria, conllevando así a diversas investigaciones internacionales en las cuales se identifican patrones similares en sus preferencias alimenticias, por lo cual se establecen los productos que son más consumidos por esta población.

En una investigación aplicada hacia los estudiantes universitarios, demostró preferencia en los alimentos de panadería como las donas, pizza, comida asiática rápida, helados y hamburguesas. De manera que esta preferencia evidencia que sus factores están relacionados con rapidez en su elaboración y su familiaridad al momento de consumirlos. Se resalta que más del 60% de los encuestados eligieron como primera opción los alimentos de panadería, lo que evidencia que estos alimentos contienen un nivel alto en azúcares y carbohidratos simples (Halim et al., 2023).

Asimismo, en Jordania, en su estudio aplicado por la Universidad de Muthah, los alumnos optan por alimentos como las carnes procesadas, las papas fritas, los dulces y el café. Estas respuestas determinan que los estudiantes consumen alimentos pobres para su nutrición diaria, ya que prefieren alimentos con un nivel alto en calorías y muy bajo contenido de fibra; estos productos favorecen la aparición de trastornos gastrointestinales como la dispepsia funcional, acidez y constipación (Mwafi et al., 2021).

De manera que estas investigaciones ampliamente coinciden en determinar los tipos de comida más preferidos por los estudiantes universitarios que se encuentran en su entorno, tales como las hamburguesas, papas fritas, productos de panadería, pizza

y bebidas azucaradas. Sabiendo que estos alimentos contienen un bajo nivel nutricional, su consumo frecuente se relaciona con alteraciones en el funcionamiento gastrointestinal.

En el ámbito de la carrera de Enfermería del ISTE en la modalidad intensiva, es más probable que se desarrollen estos patrones debido a factores similares en los estudiantes como el estrés académico, la falta de tiempo y su preferencia por alternativas rápidas de alimentación. Analizar los tipos en común de la comida rápida consumida por esta población brinda la comprensión de sus riesgos asociados y permite desarrollar estrategias preventivas, enfatizando en la mejora del bienestar digestivo de los estudiantes.

1.5.6. Evidencia científica de la relación entre alimentación y salud digestiva

Mediante una investigación se analizaron mayores afecciones a nivel gastrointestinal desde los 18 a 30 años de edad, realizada en Guápiles, Pococí (Costa Rica), donde, a través de encuestas, se determinó:

- Patrones dietéticos de riesgo que incluyen la omisión de comidas, productos instantáneos y procesados.
- Alta relevancia de síntomas digestivos, siendo la gastritis, la dispepsia, la colitis y las intolerancias.
- Los estudiantes con hábitos alimenticios desordenados son más propensos a presentar síntomas gastrointestinales, demostrando que una alimentación con un bajo nivel nutricional se relaciona con problemas en la salud digestiva.

Dado que no se usaron análisis estadísticos precisos (Rho o pvalor), el vínculo entre una alimentación deficiente y la manifestación de indicios gastrointestinales está evidenciado y documentado en estudios latinoamericanos (Morales & Ortiz, 2020).

Por lo cual, este hallazgo sustenta la base teórica de nuestra investigación para demostrar con evidencia empírica en esta población universitaria similar a la del ISTE. Se relaciona directamente con malos hábitos alimenticios y los síntomas digestivos desarrollados por su frecuencia de consumo, destacando la relevancia de analizar la incidencia de comida rápida en estudiantes de la carrera de Enfermería de modalidad

intensiva, donde factores como las condiciones académicas perjudican negativamente su alimentación y la salud gastrointestinal.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

2.1 Diseño metodológico

La investigación adopta un enfoque cuantitativo, observacional, no experimental y de corte transversal, dado que implica recopilar y analizar datos numéricos mediante herramientas como encuestas, con el propósito de asociar el consumo de comida rápida y los problemas gastrointestinales en los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE.

El tipo de investigación es correlacional, principalmente porque se necesita examinar el grado de relación existente entre las dos variables:

- **Variable independiente:** Consumo de comida rápida.
- **Variable dependiente:** Aparición de problemas gastrointestinales.

Además, el estudio es no experimental, por el hecho de que se inicia el estudio a partir de una base teórica sin manipular las variables, observándolas en su entorno natural.

El diseño de la investigación es transversal porque se aplicaron las encuestas en un tiempo específico para obtener el resultado en un solo momento determinado dentro del Instituto Superior Tecnológico España ISTE, y correlacional porque se requiere observar el nivel de relación que existe entre las dos variables.

2.2 Cuestionario o Instrumentos Utilizados

La técnica: La técnica utilizada será de dos encuestas validadas con preguntas de selección múltiple para determinar la frecuencia del consumo de comida rápida y su relación con la aparición de problemas gastrointestinales en estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE.

El instrumento 1. Se aplicó el cuestionario de 15 preguntas estructuradas y validadas sobre el consumo de comida rápida por los docentes especialistas en Instrumentación Quirúrgica, Ciencias Médicas y de la Salud de la Universidad de Santander. Para cuantificar la validez del contenido, se realizó una prueba piloto en un grupo de estudiantes con características similares a la población de estudio, con el fin de identificar posibles dificultades en la comprensión y realizar los ajustes necesarios. Obteniendo la confiabilidad del instrumento que se comprobó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, alcanzando un valor de 0.84, considerado aceptable, lo cual respalda su aplicación en el presente trabajo. La encuesta ya fue aplicada a estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Santa Teresita (Guerrero et al., 2023).

El instrumento 2. Mientras que, para la variable dependiente, aparición de problemas gastrointestinales y evaluar su sintomatología, se utilizó una encuesta con 12 preguntas estructuradas y validada por el autor Pardo, mediante el juicio de siete especialistas en el área de salud y metodología, los cuales analizaron y evaluaron la pertinencia, claridad y relevancia de cada ítem. Para cuantificar la validez de contenido, se utilizó el coeficiente V de Aiken de 0.94, lo que evidenció una alta validez de contenido. Asimismo, se aplicó una prueba piloto con 20 estudiantes y, mediante la fórmula Kuder-Richardson 20 (KR-20), se alcanzó un coeficiente de 0.782, demostrando una confiabilidad aceptable (Pardo, 2023).

2.3 Población

Conformada por 178 estudiantes matriculados de primero hasta cuarto nivel de la modalidad intensiva de la carrera de enfermería del ISTE. Se optó por una muestra no probabilística por conveniencia de 163 estudiantes, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión establecidos; además, aceptaron formar parte del estudio.

2.4 Muestreo

De acuerdo a la disponibilidad y accesibilidad de los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE, asegurando que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos para la investigación. Sin embargo, el total de los participantes en llenar las encuestas para el estudio es de 163 estudiantes, con motivo de que algunos estudiantes se retiraron o no pudieron completar las encuestas por diversos motivos personales o académicos.

Criterios de inclusión

1. Estudiantes matriculados en primero hasta cuarto nivel de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico España.
2. Asistencia regular de los estudiantes a clases.
3. Aceptación del consentimiento informado.

Criterios de exclusión

1. Estudiantes que no están matriculados en primero hasta cuarto nivel de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico España.
2. Retiro de los estudiantes durante la recolección de datos.
3. No hayan aceptado del consentimiento informado.

2.5 Recursos

Tabla 1

Recursos

Recursos	Elementos Utilizados
Humanos	Los estudiantes de la modalidad intensiva del Instituto Superior Tecnológico España ISTE.
Institucionales	Oficio de la modalidad de trabajo curricular, instalaciones del ISTE, etc.
Tecnológicos	Tabulación de datos, envío de las encuestas online hacia los estudiantes, computadoras, internet, celular.
Materiales	Hojas, recursos de escritorio.

Nota. Elaborado por Shirley Lizbeth Aguagallo Landa, Nayely Daily Chariguamán Pilamunga.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS

3.1 Tabulación e Interpretación de Encuestas

Problemas Gastrointestinales

Tabla 2

Edad de la población

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	18-23 años	96	58,9	58,9	58,9
	24-29 años	46	28,2	28,2	87,1
	30-35 años	13	8,0	8,0	95,1
	+ 36 años	8	4,9	4,9	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: 18-23 años, 24-29 años, 30-35 años, +36 años

Análisis e Interpretación

La mayor parte de los estudiantes encuestados son jóvenes, entre los 18 y 23 años de edad, con un porcentaje de 59%. Hay menos estudiantes en los grupos mayores (24-29 años: 28,2%; 30-35 años: 8%; +36 años: 4,9%).

Tabla 3*Clasificación según género*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Masculino	41	25,2	25,2	25,2
	Femenino	122	74,8	74,8	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Masculino, Femenino

Análisis e Interpretación

La cantidad de estudiantes de género masculino fue 41, que representa al 25,2% mientras que los estudiantes de género femenino son 122, que equivale al 74,8% del total de la población encuestada.

Tabla 4*Prevalencia de dolor estomacal en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	87	53,4	53,4	53,4
	No	76	46,6	46,6	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 53,4% experimentó dolor estomacal en los últimos tres meses y el otro 46,6% restante no.

Tabla 5*Prevalencia de acidez gástrica en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	50	30,7	30,7	30,7
	No	113	69,3	69,3	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 30,7% reportó acidez estomacal en los últimos tres meses y el otro 69,3% no presentó este síntoma.

Tabla 6*Prevalencia de náuseas en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	42	25,8	25,8	25,8
	No	121	74,2	74,2	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 25,8% reportó náuseas en los últimos tres meses, mientras que el 74,2% restante no experimentó este síntoma.

Tabla 7*Prevalencia de diarrea en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	25	15,3	15,3	15,3
	No	138	84,7	84,7	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 15,3% reportó diarrea en los últimos tres meses, mientras que el 84,7% restante no experimentó este síntoma.

Tabla 8*Prevalencia de ardor en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	42	25,8	25,8	25,8
	No	121	74,2	74,2	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 25,8% experimentó ardor en los últimos tres meses, mientras que el 74,2% restante no experimentó este síntoma.

Tabla 9*Prevalencia de embalonamiento en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	25	15,3	15,3	15,3
	No	138	84,7	84,7	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 15,3% experimentó embolamiento en los últimos tres meses, mientras que el 84,7% restante no lo presentó.

Tabla 10*Ausencia de sintomatología gástrica en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	42	25,8	25,8	25,8
	No	121	74,2	74,2	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 25,8% no experimentó ninguna sintomatología gástrica en los últimos tres meses, mientras que el 74,2% restante si reportó algún síntoma

Tabla 11*Signos y síntomas gástricos presentados en los últimos tres meses*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Dolor estomacal	84	51,5	51,9	51,9
	Poco apetito	38	23,3	23,5	75,3
	Bajo de peso	10	6,1	6,2	81,5
	Malestar general	30	18,4	18,5	100,0
	Total	162	99,4	100,0	
Perdidos	Sistema	1	0,6		
Total		163	100,0		

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Dolor estomacal, Poco apetito, Bajo de peso, Malestar general

Análisis e Interpretación

El 51,9% de los estudiantes encuestados se reportó dolor estomacal como síntoma gástrico en los últimos tres meses, siendo así el síntoma más frecuente, le sigue la disminución del apetito, con un 23,5% seguido con el malestar general, con un 18,5%, además un 6,2% indicó pérdida de peso.

Tabla 12*Tratamiento actual para la sintomatología gástrica*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Tratamiento Médico	48	29,4	29,4	29,4
	Tratamiento con plantas medicinales	115	70,6	70,6	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Tratamiento Médico, Tratamiento con plantas medicinales

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 70,6% utiliza tratamiento con plantas medicinales para tratar su sintomatología gástrica, mientras que el 29,4% recurre a tratamiento médico.

Tabla 13*Número de ingestas alimentarias diarias*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Una comida	1	0,6	0,6	0,6
	Dos comidas	26	16,0	16,0	16,6
	Tres comidas	98	60,1	60,1	76,7
	Cuatro comidas	24	14,7	14,7	91,4
	Cinco comidas	14	8,6	8,6	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Una comida, Dos comidas, Tres comidas, Cuatro comidas, Cinco comidas

Análisis e Interpretación

De los participantes el 60,1% consumen tres comidas al día, mientras que el 16% consume dos, el 14,7% consume cuatro, el 8,6% consume cinco y por último el 0,6% solo consume una comida al día.

Tabla 14*Consumo de desayuno en la rutina alimentaria diaria*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	134	82,2	82,2	82,2
	No	29	17,8	17,8	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 82,2% de los 163 estudiantes incluyeron el desayuno en su dieta diaria, mientras tanto el 17,8% no lo hizo.

Tabla 15*Consumo de refrigerio en la rutina alimentaria diaria*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	46	28,2	28,2	28,2
	No	117	71,8	71,8	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 28,2% de los 163 estudiantes incluyeron un refrigerio en su dieta diaria, mientras tanto el 71,8% no lo hizo.

Tabla 16*Consumo de almuerzo en la rutina alimentaria diaria*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	160	98,2	98,2	98,2
	No	3	1,8	1,8	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 98,2% de los 163 estudiantes incluyeron el almuerzo en su dieta diaria, mientras tanto el 1,8% no lo hizo.

Tabla 17*Consumo de merienda en la rutina alimentaria diaria*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	128	78,5	78,5	78,5
	No	35	21,5	21,5	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 78,5% de los 163 estudiantes incluyeron la merienda en su dieta diaria, mientras tanto el 21,5% no lo hizo.

Tabla 18*Consumo de cena en la rutina alimentaria diaria*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	44	27,0	27,0	27,0
	No	119	73,0	73,0	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 27% de los 163 estudiantes incluyeron la cena en su dieta diaria, mientras tanto el 73% no lo hizo.

Tabla 19*Hábitos nocivos en la población*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	27	16,6	16,6	16,6
	No	136	83,4	83,4	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 83,4% de los 163 estudiantes reportaron no tener ningún hábito nocivo, mientras tanto el 1,8% si lo reportó.

Tabla 20*Identificación de hábitos nocivos*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	0	136	83,4	83,4	83,4
	Fumar	10	6,1	6,1	89,6
	Consumo de Alcohol	11	6,7	6,7	96,3
	Psicoestimulantes	6	3,7	3,7	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: 0, Fumar, Consumo de Alcohol, Psicoestimulantes

Análisis e Interpretación

De 163 estudiantes, el 6,1% fuma, el 6,7% consume alcohol y el 3,7% utiliza psicoestimulante; el 83,4% restante no reportó ningún hábito nocivo.

Comida Chatarra

Tabla 21*Conocimiento sobre comida chatarra*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	158	96,9	96,9	96,9
	No	5	3,1	3,1	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Si, No

Análisis e Interpretación

El 96,9% de los 163 participantes tienen el conocimiento del significado de la comida chatarra, sin embargo, el 3,1% restante no lo sabe.

Tabla 22

Preferencias alimenticias en la población

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Pizza	25	15,3	15,3	15,3
	Empanadas	7	4,3	4,3	19,6
	Hamburguesa	14	8,6	8,6	28,2
	Pollo Frito	30	18,4	18,4	46,6
	Papas Fritas	22	13,5	13,5	60,1
	Enlatados	2	1,2	1,2	61,3
	Todas las anteriores	37	22,7	22,7	84,0
	Ninguna de las anteriores	26	16,0	16,0	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Pizza, Empanadas, Hamburguesa, Pollo frito, Papas Fritas, Enlatados, Todas las anteriores, Ninguna de las anteriores

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, la pizza es la comida favorita del 15,3%, seguida del pollo frito con un (18,4%), papas fritas (13,5%), hamburguesas (8,6%), empanadas (4,3%) y enlatados (1,2%). Alrededor del 22,7% indicó que les gustan todas las opciones anteriores, mientras que el 16% no selecciono ninguna de las opciones.

Tabla 23

Frecuencia y patrón de alimentos preferidos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Todos los días	7	4,3	4,3	4,3
	Día por medio	11	6,7	6,7	11,0
	Una vez por semana	29	17,8	17,8	28,8
	Dos veces por semana	30	18,4	18,4	47,2
	Los fines de semana	86	52,8	52,8	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Todos los días, Día por medio, Una vez por semana, Dos veces por semana, Los fines de semana

Análisis e Interpretación

El 52,8% de los 163 estudiantes consume su comida favorita los fines de semana, mientras que el 18,4% lo consume dos veces por semana, el 17,8% una vez por semana, el 6,7% día por medio y el 4,3% lo consume todos los días.

Tabla 24*Consumo de gaseosas*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	12	7,4	7,4	7,4
	Casi siempre	24	14,7	14,7	22,1
	A veces	74	45,4	45,4	67,5
	Casi nunca	43	26,4	26,4	93,9
	Nunca	10	6,1	6,1	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Siempre, Casi siempre, A veces, Casi nunca, Nunca

Análisis e Interpretación

El 45,4% de los estudiantes encuestados consumen gaseosas a veces, el 14,7% casi siempre, el 7,4% siempre, el 26,4% casi nunca y el 6,1% nunca.

Tabla 25*Prevalencia del Consumo de Malta y Jugos Néctares en Envases*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Todos los días	12	7,4	7,4	7,4
	Casi todos los días	48	29,4	29,4	36,8
	Ocasionalmente	66	40,5	40,5	77,3
	Casi nunca	27	16,6	16,6	93,9
	Nunca	10	6,1	6,1	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Todos los días, Casi todos los días, Ocasionalmente, Casi nunca, Nunca

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, el 40,5% consume malta, jugos o néctares ocasionalmente, el 29,4% casi todos los días, el 7,4% todos los días, el 16,6% casi nunca y el 6,1% nunca.

Tabla 26*Frecuencia y patrón del consumo de Chocolates, Caramelos, Galletas y Helados*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Todos los días	8	4,9	4,9	4,9
	Día por medio	8	4,9	4,9	9,8
	Una vez por semana	22	13,5	13,5	23,3
	Dos veces por semana	41	25,2	25,2	48,5
	Los fines de semana	84	51,5	51,5	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Todos los días, Día por medio, Una vez por semana, Dos veces por semana, Los fines de semana

Análisis e Interpretación

La frecuencia y patrón de los 163 estudiantes al consumir chocolatinas, caramelos, galletas y helados es el 51,5% en los fines de semana, el 25,2% dos veces por semana, el 13,5% una vez por semana y el 4,9% todos los días o día por medio.

Tabla 27*Frecuencia y patrón de consumo de snacks empaquetados*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Todos los días	5	3,1	3,1	3,1
	Día por medio	7	4,3	4,3	7,4
	Una vez por semana	36	22,1	22,1	29,4
	dos veces por semana	24	14,7	14,7	44,2
	Los fines de semana	91	55,8	55,8	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Todos los días, Día por medio, Una vez por semana, Dos veces por semana, Los fines de semana

Análisis e Interpretación

De los 163 estudiantes, 55,8% al consume productos de paquete como mixtos, choclitos, doritos, papas, chicharrones los fines de semana, el 14,7% dos veces por semana, el 22,1% una vez por semana, el 4,3% día por medio y el 3,1% todos los días.

Tabla 28*Relación entre falta de tiempo y consumo de alimentos ultraprocesados*

			Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Totalmente acuerdo	de	34	20,9	20,9	20,9
	De acuerdo		81	49,7	49,7	70,6
	Indeciso		21	12,9	12,9	83,4
	En desacuerdo		21	12,9	12,9	96,3
	Totalmente desacuerdo	en	6	3,7	3,7	100,0
	Total		163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Totalmente de acuerdo, De acuerdo, Indeciso, En desacuerdo, Totalmente en desacuerdo

Análisis e Interpretación

El 49,7% de los 163 estudiantes están de acuerdo que consumen con mayor incidencia la comida ultraprocesada es por la insuficiencia de tiempo para preparar los alimentos, el 20,9% está totalmente de acuerdo, el 12,9% está indeciso, el 12,9% en desacuerdo y el 3,7% totalmente en desacuerdo.

Tabla 29*Percepción de bienestar asociado al consumo de comida chatarra*

			Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Totalmente de acuerdo		14	8,6	8,6	8,6
	De acuerdo		77	47,2	47,2	55,8
	Indeciso		26	16,0	16,0	71,8
	En desacuerdo		34	20,9	20,9	92,6
	Totalmente en desacuerdo		12	7,4	7,4	100,0
	Total		163	100,0	100,0	

Nota. Porcentajes (%; n = 163); elaboración propia. Categorías: Totalmente de acuerdo, De acuerdo, Indeciso, En desacuerdo, Totalmente en desacuerdo

Análisis e Interpretación

El 47,2% de los 163 estudiantes están de acuerdo que el consumo de comida chatarra produce sensación de bienestar y satisfacción, el 20,9% en desacuerdo, el 16% está indeciso, el 8,6% totalmente de acuerdo, por último el 7,4% totalmente en desacuerdo.

Tabla 30

Correlaciones (ρ de Spearman)

	5. Teniendo en cuenta, la respuesta anterior ¿Con qué frecuencia consume su comida favorita?	10. ¿Qué tan frecuente consume chocolates, caramelos, galletas, helados?	11. ¿Con qué frecuencia consume productos de paquete como mixtos, choclitos, doritos, papas, chicharrones, etc?	1. ¿Cuántos años tienes?	6. En estos últimos tres meses ¿Qué sintomatología gástrica tiene usted? [Dolor estomacal]	6. En estos últimos tres meses ¿Qué sintomatología gástrica tiene usted? [Ninguno]	Selección de las comidas que consume al día [Desayuno]	Selección de las comidas que consume al día [Almuerzo]	Selección de las comidas que consume al día [Merienda]
5. Teniendo en cuenta, la respuesta anterior ¿Con qué frecuencia consume su comida favorita?	1,000*	0,222**	0,079	-0,038	0,065	-0,096	0,047	-0,032	-0,011
10. ¿Qué tan frecuente consume chocolates, caramelos, galletas, helados?	0,222*	1,000**	0,311**	-0,108	0,100	0,012	0,103	-0,073	-0,114
11. ¿Con qué frecuencia consume productos de paquete como mixtos, choclitos, doritos, papas, chicharrones, etc?	0,079	0,311**	1,000**	-0,035	0,171*	-0,111	0,098	-0,072	-0,100
1. ¿Cuántos años tienes?	-0,038	-0,108	-0,035	1,000*	-0,002	-0,064	-0,051	0,157*	0,091

6. En estos últimos tres meses ¿Qué sintomatología gástrica tiene usted? [Dolor estomacal]	0,065	0,100	0,171*	-0,002	1,000**	0,016	-0,017	-0,036	-0,159*
6. En estos últimos tres meses ¿Qué sintomatología gástrica tiene usted? [Ninguno]	-0,096	0,012	-0,111	-0,064	0,016	1,000**	0,017	0,081	-0,068
Seleccione las comidas que consume al día [Desayuno]	0,047	0,103	0,098	-0,051	-0,017	0,017	1,000**	0,056	-0,048
Seleccione las comidas que consume al día [Almuerzo]	-0,032	-0,073	-0,072	0,157*	-0,036	0,081	0,056	1,000**	
Seleccione las comidas que consume al día [Merienda]	-0,011	-0,114	-0,100	0,091	-0,159*	-0,068	-0,048		1,000**

Nota. ρ de Spearman; $n = 163$. ** $p < .01$; * $p < .05$ (bilateral). Celdas vacías indican que el dato no estaba en el extracto compartido.

Análisis e Interpretación

La matriz de Spearman evidenció asociaciones positivas entre la frecuencia de dulces y snacks ($\rho = .311$; $p < .01$) y entre ‘comida favorita’ y dulces ($\rho = .222$; $p < .01$), configurando un patrón de consumo de productos ultraprocesados. Además, la

frecuencia de snacks de paquete se asoció con dolor estomacal ($\rho=,171$; $p<,05$). En contraste, desayuno y edad mostraron correlaciones no significativas con los síntomas gastrointestinales, lo que sugiere que el vínculo clínico se concentra particularmente en el picoteo de snacks más que en los tiempos de comida.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

4.1 Discusión de Resultados

Los hallazgos de este estudio, basados en las investigaciones tanto nacionales como internacionales, tienen como objetivo principal entender la relación que existe con el consumo de comida rápida y la manifestación de problemas gastrointestinales que forman parte de esta población universitaria. Los datos encontrados se categorizaron en dos grupos: los autores que respaldan dicha relación y los autores que no encontraron dicha relación.

Según los datos encontrados que se obtuvo después aplicar el cuestionario, se encontró que el principal factor está asociado con la aparición de problemas gastrointestinales por el consumo frecuente de snacks procesados (choclitos, doritos, papas fritas, chicharrones). Esto coincide con lo señalado por investigaciones previas, que destacan el enlace de la compra de comida empaquetada como: snacks, dulces, y los futuros problemas desencadenantes digestivos, destacando la investigación realizada en adolescentes quiteños. Este estudio analizó el impacto de la frecuencia de consumo, el estado nutricional y la composición corporal, revelando una influencia negativa en el índice de masa corporal, la grasa visceral y la masa muscular. Se determinaron los efectos negativos en la salud digestiva debido el desequilibrio nutricional, el desarrollo de inflamación intestinal y disfunción digestiva; el estudio se desarrolló en un entorno urbano y el estilo de vida acelerado que destaca la elección de alimentos ultraprocesados (Tufiño, 2022).

Un análisis de estudiantes de medicina en India identificó que aquellos con dietas ricas en grasas saturadas eran los más propensos a desarrollar síntomas digestivos como la dispepsia funcional, distensión abdominal, digestión lenta y estreñimiento. Esto concuerda con la hipótesis por su elección de alimentos con un

valor pobre a nivel nutricional que se relaciona de manera directa en el cuerpo del estudiante (Sharma et al., 2023).

Mediante los resultados con mayor incidencia del dolor estomacal (53,4%) seguido de la acidez estomacal (30,7%) y las náuseas (25,8%) se relaciona con una dependencia elevada de alimentos poco nutritivos. Esto se alinea con la observación de datos sobre la relación entre la incidencia de comida rápida y la presencia de Trastornos Gastrointestinales Funcionales (FGIDs) en adolescentes taiwaneses donde se evidenció mayor frecuencia de consumo de este tipo de alimentos, como consecuencia desarrollaban síndrome del intestino irritable, dolor abdominal y estreñimiento. De manera relevante, los trastornos digestivos diagnosticados actúan de manera negativa para la salud gastrointestinal (Shau et al., 2022).

De los resultados que se obtuvo en la mayor frecuencia de comida rápida favorita en los estudiantes de la modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE son consumidos mayormente los fines de semana. Esto coincide con el estudio realizado por la Universidad Estatal de Milagro para los estudiantes de la carrera de Enfermería, donde se evidenció una mayor relación en las dietas poco saludables y la aparición de acidez estomacal; siendo así que el consumo excesivo de papas fritas, gaseosas, hamburguesas y productos altos en grasas como un factor desencadenante para el desarrollo de síntomas digestivos. Este estudio respalda la evidencia encontrada sobre el consumo de comida chatarra y el deterioro en la salud gastrointestinal de los estudiantes universitarios (Ronquillo et al., 2025).

A pesar de ello, se conservan estudios que plantean una perspectiva diferente, proponiendo que la ingesta de comida callejera no siempre se vincula de manera directa y significativa con la aparición de problemas gastrointestinales.

Los estudiantes de la modalidad intensiva del ISTE coinciden en que el consumo de comida procesada se debe a la falta de tiempo para elaborarlos. Esto se alinea con la investigación realizada en estudiantes universitarios, donde, tras aplicar la encuesta, se manifiesta que la relación entre la sintomatología gastrointestinal y el consumo de comida rápida se evidencia al mantener un hábito desordenado, consumiendo comidas en horarios irregulares, lo que conlleva la probabilidad de la presencia de gastritis. Sin embargo, se concluyó que no hay una relación estadística

significativa entre la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados y la manifestación de síntomas gastrointestinales (Ghosh & Muley, 2025).

De manera similar, un estudio llevado a cabo en universidades de Malasia determinó, mediante un análisis, que la adquisición de comida procesada en estudiantes no presenta una mayor frecuencia en el desarrollo de síntomas gastrointestinales. Se planteó que la comida rápida podría formar parte de un contexto cultural por los resultados con niveles elevados en su consumo, esto abarca por los diversos hábitos de vida, además de su metabolismo individual (Halim et al., 2023).

Asimismo, una investigación realizada en Corea del Sur determinó que la aparición de trastornos gastrointestinales se relaciona con factores como el estrés académico, el bajo nivel de actividad física y las comidas con horarios irregulares; no se indicó un tipo de alimento de comida rápida por el cual se desarrollen los trastornos gastrointestinales (Lee et al., 2024).

Según los resultados encontrados después de la encuesta aplicada, existe una relación más relevante de los efectos nocivos y el desarrollo de problemas gastrointestinales. Esto coincide con lo señalado por estudios previos, que destacan factores como el fenotipo metabólico, aspectos de genética, entorno familiar y niveles de actividad física como determinantes directos en el desarrollo de enfermedades digestivas (Araujo et al., 2023).

Según el análisis de dichos estudios, se observa la evidencia que respalda la periodicidad del consumo de comida rápida y la manifestación de problemas gastrointestinales. De igual forma, en algunas investigaciones no se encontró una relación significativa y lo asociaron con otros factores como su metabolismo, la actividad física, el estrés y problemas familiares.

Los estudiantes con modalidad intensiva de la carrera de Enfermería del ISTE experimentan sobrecarga académica, estrés y trabajos diarios, lo que influye en la elaboración de alimentos saludables, lo cual podría generar un consumo frecuente de comida rápida como una opción instantánea. En esta población se identifica una relación mayoritaria por los hábitos alimentarios y los síntomas digestivos desarrollados por su diario vivir.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Mediante la investigación ejecutada en la población estudiantil, se evidenció que está integrada mayoritariamente por jóvenes entre 18 y 23 años (59%), con una predominancia del género femenino (74,8%). Dentro de esta categoría, se identificó una alta prevalencia de síntomas gastrointestinales, siendo el dolor estomacal el más frecuente (53,4%), seguido de la acidez estomacal (30,7%) y las náuseas (25,8%). Además, los problemas gastrointestinales se categorizan entre los síntomas gástricos recurrentes; el dolor estomacal alcanzó el 51,9% de los casos, acompañado de disminución del apetito (23,5%) y malestar general (18,5%). Estos resultados evidencian y confirman que las molestias digestivas afectan a la mayoría de los estudiantes, lo que representa un problema significativo de salud gastrointestinal dentro de esta población.
- A partir de los resultados obtenidos, se observó que generalmente los estudiantes presentan un patrón de consumo de comida rápida y ultraprocesada, siendo la pizza (15,3%), el pollo frito (18,4%), las papas fritas (13,5%) y las hamburguesas (8,6%) los alimentos más preferidos de los estudiantes del ISTE. Se constató que más de la mitad de los encuestados (52,8%) consume su comida favorita durante los fines de semana, permitiendo un aumento en la ingesta de productos empaquetados como papas fritas, doritos o chicharrones (55,8%), y de dulces, galletas y helados (51,5%). La frecuencia de consumo se relaciona inicialmente con la escasez de tiempo para preparar alimentos, factor con el que el 49,7% de los estudiantes coincidió. Este patrón de alimentación señala una inclinación hacia productos de bajo valor nutricional, asociados a la comodidad y la rapidez, más que a la calidad nutricional.
- La matriz de Spearman reveló asociaciones positivas entre la frecuencia de dulces y snacks ($\rho=,311$; $p<,01$) y entre ‘comida favorita’ y dulces ($\rho=,222$; $p<,01$), configurando un patrón alimenticio con ultraprocesados. Además, la ingesta frecuente de snacks empaquetados se asoció con dolor estomacal ($\rho=,171$; $p<,05$). En contraste, desayuno y edad mostraron correlaciones no significativas con los síntomas gastrointestinales, lo que sugiere que el vínculo

clínico se centra particularmente en el picoteo de snacks entre comidas más que en los horarios de comida principales. Esto permite concluir que la principal causa de los malestares digestivos en la población estudiada está directamente relacionada con la variedad y el exceso de alimentos ingeridos, especialmente los ultraprocesados. En esta situación, el estudio demuestra una necesidad urgente para promover transformaciones en los estilos nutricionales en los estudiantes de la modalidad intensiva, dado que la dieta actual que ellos poseen puede acarrear consecuencias en su salud en periodos breves, intermedios y extensos.

5.2 Recomendaciones

- Principalmente, se recomienda implementar programas institucionales sobre la enseñanza de los beneficios nutricionales con hábitos saludables, tales como talleres periódicos, charlas informativas y campañas visuales que destaquen las ventajas de una alimentación equilibrada y consciente. Estos programas deben incluir estrategias prácticas de alimentación adaptadas a su contexto académico intensivo, con el propósito de evitar la aparición de síntomas y problemas gastrointestinales. Además de fomentar un estilo de vida más equilibrado, aumentando la ingesta de frutas, verduras, cereales integrales y alimentos naturales.
- Como siguiente recomendación, el ISTE debería fomentar el acceso a alternativas alimenticias saludables dentro del campus, promoviendo la disponibilidad de opciones como frutas, frutos secos, yogur y batidos naturales, que puedan competir con los snacks empaquetados y dulces. Considerando que la falta de tiempo es un factor importante que influye en las elecciones alimentarias de los estudiantes, se sugiere que la institución disponga de horarios flexibles o pausas activas que permitan a los estudiantes alimentarse de forma consciente y adecuada, reduciendo la ingesta apresurada y favoreciendo una mejor digestión.

- Finalmente, se recomienda que la institución integre estrategias de autocuidado y responsabilidad en la alimentación, no solo como un beneficio personal, sino también como parte de su rol profesional en la promoción de la salud. Se propone la atención del bar estudiantil los días sábados, ofreciendo alternativas nutricionales accesibles, rápidas y atractivas. Además de ofrecer comidas más nutritivas y económicas, se propone que en las máquinas expendedoras establecidas en el ISTE se incluyan snacks saludables como frutos secos, barras de cereales, yogur, jugos y aguas naturales, semillas tostadas, sándwiches integrales, ensaladas variadas, frutas frescas, evitando la compra de productos saturados. Esto brindaría a los estudiantes opciones distintas a la comida chatarra, facilitando el cambio de hábitos alimentarios y disminuyendo la incidencia de molestias gastrointestinales, con el fin de implementar políticas institucionales sostenibles que garanticen el bienestar integral de la población estudiantil.

6. Referencias

- Agurto, E., Espinoza, C., Dámaso, B., Arteaga, K., & Panduro, V. (2020). Estado nutricional, actividad física y consumo de comida chatarra asociados a colelitiasis en huánuco. Estudio de casos y controles. *Revista de Cirugía*, 72(6), 535–541. <https://doi.org/10.35687/S2452-45492020006556>
- Almofarreh, A., Sheerah, H. A., Arafa, A., AlBassam, A. M., Alassaf, M. A., AlBassam, F. M., Alsaif, F. B., Alkwai, K. M., Alzahrani, F. A., Allift, M. A., AlBassam, S., AlBassam, A., Alshehri, M., Alshammari, K. O., Alenezi, N. M., & Alamri, F. A. (2025). The Association Between Fast Food Consumption and Inflammatory Bowel Disease: A Case-Control Study and Meta-Analysis. *Nutrients*, 17(11), 1838. <https://doi.org/10.3390/NU17111838/S1>
- Amerikanou, C., Kleftaki, S. A., Valsamidou, E., Chroni, E., Biagki, T., Sigala, D., Koutoulougenis, K., Anapliotis, P., Gioxari, A., & Kaliora, A. C. (2023). Food, Dietary Patterns, or Is Eating Behavior to Blame? Analyzing the Nutritional Aspects of Functional Dyspepsia. *Nutrients*, 15(6), 1544. <https://doi.org/10.3390/NU15061544>
- Araujo, C. F. da S., Mello, J. V. de C., Duque, A. P., Nogueira, I. de C. S., Mediano, M. F. F., Rodrigues Junior, L. F., & Huguenin, G. V. B. (2023). Lack of association between metabolic phenotype and food consumption by degree of food processing: results from the Study of Workers' Health (ESAT). *Nutricion Hospitalaria*, 40(1), 119–127. <https://doi.org/10.20960/NH.04242>
- Arslan, N., Aslan Ceylan, J., & Hatipoğlu, A. (2023). The relationship of fast food consumption with sociodemographic factors, body mass index and dietary habits among university students. *Nutrition and Food Science*, 53(1), 112–123. <https://doi.org/10.1108/NFS-01-2022-0003/FULL/PDF>
- Calviño, P. P., & Fuentes, M. (2023, December 18). *TRASTORNOS FUNCIONALES DIGESTIVOS EN LA PRÁCTICA CLÍNICA*. [https://editorial.redipe.org/index.php/1/catalog/download/154/273/5483?inline=](https://editorial.redipe.org/index.php/1/catalog/download/154/273/5483?inline=1)

- Chica, R. L., & Sani, E. M. (2024). *Afectación de los hábitos alimenticios frente a enfermedades gastrointestinales en jóvenes universitarios*. Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas. Carrera de Medicina. <https://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/75726>
- Colmédica. (2022, September 1). *Comida chatarra: lo que debes saber sobre su consumo*. Colmédica – VivirBien. <https://www.vivirbiencolmedica.com/2022/09/01/comida-chatarra-que-saber/>
- Durán, R., & Mamani, V. (2021). *Hábitos alimentarios, actividad física y su asociación con el estrés académico en estudiantes universitarios de primer año de ciencias de la salud*. 3, 389–395. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182021000300389>
- Ejtahed, H. S., Mardi, P., Hejrani, B., Mahdavi, F. S., Ghoreshi, B., Gohari, K., Heidari-Beni, M., & Qorbani, M. (2024). Association between junk food consumption and mental health problems in adults: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/S12888-024-05889-8>,
- ElBarazi, A., & Tikamdas, R. (2023). Association between university student junk food consumption and mental health. *Nutrition and Health*. <https://doi.org/10.1177/02601060231151480>;SUBPAGE:STRING:ABSTRACT;JOURNAL:JOURNAL:NAHA;WEBSITE:WEBSITE:SAGE;WGROU:STRING:PUBLICATION
- Fernandez, D., Barrios, L., Viveros, G., Espinola, R., Gonzalez, G., Martínez, G., Méndez, J., Fernandez, D., Barrios, L., Viveros, G., Espinola, R., Gonzalez, G., Martínez, G., & Méndez, J. (2022). Hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia del COVID-19, Paraguay 2021. *Revista Chilena de Nutrición*, 49(5), 616–624. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182022000600616>
- Galarreta, L. Y. C. (2022). Estilo de vida y su impacto en los trastornos gastrointestinales en estudiantes universitarios. *Revista Criterio*, 2(3), 48–57. <https://doi.org/10.62319/CRITERIO.V.2I3.12>

- Ghosh, A., & Muley, A. (2025). Ultra-Processed Food Consumption Among College Students and Their Association With Body Composition, Bowel Movements and Menstrual Cycle. *International Journal of Public Health* , 70. <https://doi.org/10.3389/IJPH.2025.1607712/PDF>
- Glgorić, K., White, R. W., Kıcıman, E., Horvitz, E., Chiolero, A., & West, R. (2021). Formation of Social Ties Influences Food Choice: A Campus-Wide Longitudinal Study. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 5(CSCW1), 25. <https://doi.org/10.1145/34492971>
- Gomes, F., Gálvez, A., Pérez, D., Paz, C., Alfaro, C., Merino, J. G., Ares, G., & Rojas, C. F. U. (2025). Effects of front-of-package nutrition labelling systems on objective understanding and purchase intention in El Salvador: results from a multi-arm parallel-group randomised controlled trial. *European Journal of Nutrition*, 64(5), 228. <https://doi.org/10.1007/S00394-025-03626-9>
- Granja, M. (2023, September 14). *Comida Chatarra: Origen, Impacto en la Salud y Alternativas Saludables*. Mi Granja. <https://migranja.com/comida-chatarra-origen-impacto-en-la-salud-y-alternativas-saludables/?srsltid=AfmBOoo0SHh09Ds9Pkj1KGCIEMvTEF17Mz82fodyhEEkvFigEflzzpyj>
- Guerrero, V., Martínez, L. M., & Noriega, K. D. (2023). *CONSUMO DE COMIDA CHATARRA EN ESTUDIANTES*. 1–82.
- Halim, A. F., Zainuddin, N. F., Ismail, Z., Mohd Elias, S. S., & Jamaludin, M. (2023, March 21). *The Prevalence of Fast-food Consumption among University Students in the Northern Area of Malaysia*. https://hrmars.com/index.php/IJARPED/article/view/16514/The-Prevalence-of-Fast-food-Consumption-among-University-Students-in-the-Northern-Area-of-Malaysia?utm_source=chatgpt.com
- Harrer, M., Adam, S. H., Messner, E. M., Baumeister, H., Cuijpers, P., Bruffaerts, R., Auerbach, R. P., Kessler, R. C., Jacobi, C., Taylor, C. B., & Ebert, D. D. (2020). Prevention of eating disorders at universities: A systematic review and meta-

- analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 53(6), 813–833.
<https://doi.org/10.1002/EAT.23224>
- He, J., Wang, Y., & Weng, F. (2025). Fast food consumption and risk of non-alcoholic fatty liver disease: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 13, 1600826. <https://doi.org/10.3389/FPUBH.2025.1600826>
- Health, A. G. (2024, February 28). *Ultra-processed food linked to 32 harmful effects to health, review finds.* The BMJ. https://www.theguardian.com/society/2024/feb/28/ultra-processed-food-32-harmful-effects-health-review?utm_source=chatgpt.com
- Lee, A., Kim, H. K., & Kim, H. (2024). High Prevalence and Risk Factors of Functional Gastrointestinal Disorders Among University Students in South Korea. *Gastroenterology Nursing*, 47(3), 195–202.
<https://doi.org/10.1097/SGA.0000000000000798>,
- Manjarres, T. I. (2023). *Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Universidad Técnica de Ambato/ Facultad de Ciencias de Salud /Carrera de Enfermería. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38727>
- Martínez, C. B. M., Martínez, C. B. M., Ramon, D. A. C., Saldaña, K. P. R., Espinoza, C. J. G., & Morales, V. E. B. (2024). Hábitos alimentarios y su repercusión sobre la salud en discentes de medicina. *Polo Del Conocimiento*, 9(9), 3104–3118.
<https://doi.org/10.23857/pc.v9i10.8170>
- Maza, F. J., Caneda, M. C., & Vivas, A. C. (2022). Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. *Psicogente*, 25(47), 110–140.
<https://doi.org/10.17081/PSICO.25.47.4861>
- Morales, F. A., & Ortiz, P. (2020). Relación entre los hábitos alimentarios, el estado nutricional y los problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios de 18-30 años de guápiles, Pococí, Costa Rica. *Revista Hispanoamericana de Ciencias de La Salud*, 6(1), 14–21. <https://doi.org/10.56239/RHCS.2020.61.415>

- Mwafi, N. R., Al-Rawashdeh, I. M., Al-Kubaisy, W. A. Q., Ezzat, W. R., Al-Qazaqi, R. A., & Salameh, M. H. (2021). Prevalence and factors related to obesity and fast food consumption among Mutah University students, Jordan. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 71(6), 1608–1612. <https://doi.org/10.47391/JPMA.274>,
- Organización Mundial de la Salud. (2025, May 6). *Determinantes sociales de la salud*. Organización Mundial de La Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/social-determinants-of-health>
- Osborn, L. J., Orabi, D., Goudzari, M., Sangwan, N., Banerjee, R., Brown, A. L., Kadam, A., Gromovsky, A. D., Linga, P., Cresci, G. A. M., Mak, T. D., Willard, B. B., Claesen, J., & Mark Brown, J. (2021). A Single Human-Relevant Fast Food Meal Rapidly Reorganizes Metabolomic and Transcriptomic Signatures in a Gut Microbiota-Dependent Manner. *Immunometabolism*, 3(4), e210029. <https://doi.org/10.20900/IMMUNOMETAB20210029>
- Pardo, M. A. (2023, July 14). *Consumo de alimentos chatarra y su relación con síntomas gástricas en estudiantes de la Facultad de ciencias de la salud de la Universidad de Huánuco 2019*. Universidad de Huanuco. [https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/4367/PardoBroncano%2C Miguel Angel.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/4367/PardoBroncano%2C%20Miguel%20Angel.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Quispe, E., & Eyzaguirre, M. (2023). *Relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes*.
- Ramos, A. A. (2025). Consumo de Alimentos Ultra-Procesados y su Relación con el Estado Nutricional y la Salud Digestiva en Estudiantes Universitarios: Un Estudio en Chetumal, Quintana Roo. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(3), 4284–4300. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V9I3.18063
- Ronquillo, I. J., Martínez, M. H., González, Z. A., Jara, M. L., Valarezo, M. O., & Guillen, M. A. (2025). Influencia de Hábitos Alimenticios y Acidez Estomacal en Estudiantes de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.

SAGA: Revista Científica Multidisciplinar, 2(2), 367–376.
<https://doi.org/10.63415/SAGA.V2I2.114>

Sharma, S., Patnaik, L., Pattnaik, S., & Mohapatra, G. (2023). Study on consumption of fast food and its association with BMI among medical students in a tertiary care center of eastern India. *International Journal of Nutrition, Pharmacology, Neurological Diseases*, 13(3), 140–144.
https://doi.org/10.4103/IJNPND.IJNPND_2_23

Shau, J. P., Chen, P. H., Chan, C. F., Hsu, Y. C., Wu, T. C., James, F. E., & Pan, W. H. (2022). Fast foods - are they a risk factor for functional gastrointestinal disorders? *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 25(2), 393–401.
<https://doi.org/10.6133/APJCN.2016.25.2.28>,

Tixi, E. C. J., Cantuña, I. T. D., Naranjo, E. G., & Díaz, A. F. (2023). DETERMINACIÓN DE FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CONSUMO DE COMIDA RÁPIDA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS Y EFECTOS EN LA SALUD. *Revista Científica Multidisciplinaria InvestiGo*, 4(8), 16–26. <https://doi.org/10.56519/KM5X0856>

Tufiño, A. S. (2022). *Impacto de la frecuencia de consumo de comida rápida sobre el estado nutricional y la composición corporal en adolescentes*. PUCE - Quito.
<https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/24766>

Xiong, L., Diwakarla, S., Chatzis, R., Artai, O., Macowan, M., Zhang, S., Garnham, A., Morgan, P. K., Mellett, N. A., Meikle, P. J., Lancaster, G. I., Marsland, B. J., Nutt, S. L., & Seillet, C. (2025). Acute exposure to high-fat diet impairs ILC3 functions and gut homeostasis. *Immunity*, 58(5), 1185–1200.e8.
<https://doi.org/10.1016/J.IMMUNI.2025.03.017>

Zhu, C., Sawrey-Kubicek, L., Beals, E., Rhodes, C. H., Houts, H. E., Sacchi, R., & Zivkovic, A. M. (2020). Human gut microbiome composition and tryptophan metabolites were changed differently by fast food and Mediterranean diet in 4 days: a pilot study. *Nutrition Research*, 77, 62–72.
<https://doi.org/10.1016/j.nutres.2020.03.005>

7. Anexos

Anexo 1. Elaboración del Consentimiento Informado mediante Google Forms

Imagen 1. Consentimiento Informado

The screenshot shows a Google Form titled "Consentimiento Informado". The form has a header image of books and a title box. The text in the form reads: "Usted está invitado/a a participar en el estudio: 'Incidencia del consumo de comida rápida y su relación con problemas gastrointestinales en estudiantes de la modalidad intensiva de Enfermería del ISTE'. Duración: 10-15 minutos. Riesgo: mínimo. La encuesta es ANÓNIMA, no solicitaremos datos que le identifiquen. Puede omitir preguntas y retirarse en cualquier momento sin consecuencias académicas. Al marcar las casillas y pulsar ENVIAR, otorga su consentimiento electrónico para participar. Autorizado por la Unidad de Titulación del Instituto Superior Tecnológico España 'ISTE'." Below the text is a question: "1) ¿Acepta participar? *".

Anexo 3. Elaboración de la encuesta validada Mediante Google Forms

Imagen 2. Encuesta sobre los Problemas Gastrointestinales

The screenshot shows a Google Form titled "PROBLEMAS GASTROINTESTINALES". The form has a header image of a human digestive system and a title box. The text in the form reads: "Este formulario no acepta respuestas. Administrar". Below the text is a question: "I. Características demográficas".

Imagen 3. Encuesta sobre la Frecuencia del Consumo de Comida Rápida

The screenshot shows a Google Form titled "Frecuencia del Consumo de Comida Rápida". The form has a header image of various fast food items and a title box. The text in the form reads: "Consumo de comida chatarra en estudiantes. Estimado estudiante, a continuación encontrará una serie de preguntas sobre la frecuencia en el consumo de comida chatarra, agradecemos responda acorde a lo que realiza todos los días." Below the text is a question: "Curso: 1. 1er Nivel".

Anexo 4. Consentimiento Informado

Usted está invitado/a a participar en el estudio: “Incidencia del consumo de comida rápida y su relación con problemas gastrointestinales en estudiantes de la modalidad intensiva de Enfermería del ISTE”. Duración: 10–15 minutos. Riesgo: mínimo. La encuesta es ANÓNIMA; no solicitaremos datos que le identifiquen. Puede omitir preguntas y retirarse en cualquier momento sin consecuencias académicas. Al marcar las casillas y pulsar ENVIAR, otorga su consentimiento electrónico para participar. Autorizado por la Unidad de Titulación del Instituto Superior Tecnológico España "ISTE".

1. ¿Acepta participar?

- ☐ Sí, acepto
- ☐ No acepto

2. ¿Tiene 18 años o más?

- ☐ Sí
- ☐ No

3. Marque todas

- ☐ Leí la información del estudio.
- ☐ Entiendo que mi participación es voluntaria.
- ☐ Acepto el tratamiento anónimo de mis respuestas.

4. ¿Desea dejar un correo para recibir el informe agregado?

- ☐ No
- ☐ Sí _____

5. Confirmación final

- ☐ Doy mi consentimiento para participar.

Anexo 5. Encuesta sobre la Frecuencia del Consumo de Comida Chatarra

- Curso: _____
- Edad: _____
- Sexo: Femenino _____ Masculino _____
- Localidad (Barrio): _____

– Estrato Social: _____

Estimado estudiante, a continuación, encontrará una serie de preguntas sobre la frecuencia en el consumo de comida chatarra, agradecemos responda acorde a lo que realiza todos los días.

1. Sabe usted, ¿qué es la comida chatarra?

Sí _____ No _____

2. Escriba 5 productos que considere comida chatarra:

3. Sabe usted, ¿qué son las Enfermedades No Transmisibles?

Sí _____ No _____

4. De las siguientes comidas ¿Cuál es su favorita?

- A. Pizza
- B. Empanada
- C. Hamburguesa
- D. Pollo frito
- E. Perro caliente
- F. Papas fritas
- G. Enlatados
- H. Todas las anteriores
- I. Ninguna de las anteriores
- J. Otro: ¿Cuál? _____

5. Teniendo en cuenta, la respuesta anterior ¿Con qué frecuencia consume su comida favorita?

- A. Todos los días
- B. Día por medio
- C. Una vez por semana
- D. Dos veces por semana
- E. Los fines de semana

6. ¿Usted toma gaseosa?

- A. Siempre
- B. Casi siempre

- C. A veces
- D. Casi nunca
- E. Nunca

7. ¿Consume usted bebidas energizantes?

Si _____ No _____

8. ¿Qué tan frecuente consume usted bebidas energizantes?

- A. Siempre
- B. Casi siempre
- C. A veces
- D. Casi nunca
- E. Nunca

9. ¿Con qué frecuencia toma malta, jugos néctares en caja, bolsa o botella?

- A. Todos los días
- B. Casi todos los días
- C. Ocasionalmente
- D. Casi nunca
- E. Nunca

10. ¿Qué tan frecuente consume chocolatinas, caramelos, galletas, helados?

- A. Todos los días
- B. Día por medio
- C. Una vez por semana
- D. Dos veces por semana
- E. Los fines de semana

11. ¿Con qué frecuencia consume productos de paquete como mixtos, choclitos, doritos, papas, chicharrones, etc.?

- A. Todos los días
- B. Día por medio
- C. Una vez por semana
- D. Dos veces por semana
- E. Los fines de semana

12. ¿Usted come pan?

- A. Todos los días
- B. Casi todos los días

- C. Ocasionalmente
- D. Casi nunca
- E. Nunca

13. ¿Usted come cereal azucarado?

- A. Todos los días
- B. Casi todos los días
- C. Ocasionalmente
- D. Casi nunca
- E. Nunca

14. ¿Cree usted que el consumo frecuente de comida chatarra se debe a la falta de tiempo para preparar los alimentos?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. Indeciso
- D. En desacuerdo
- E. Totalmente en desacuerdo

15. ¿Cree usted que el consumo de comida chatarra produce sensación de bienestar y satisfacción?

- A. Totalmente de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. Indeciso
- D. En desacuerdo
- E. Totalmente en desacuerdo

Anexo 6. Encuesta sobre los Problemas Gastrointestinales

I. Características demográficas
--

1. ¿Cuántos años tienes?
2. ¿A qué género pertenece usted?
 - a) Masculino
 - b) Femenino
3. ¿Cuál es tu lugar de procedencia?
 - a) Urbano
 - b) Rural

c) Urbano Marginal

II. Características académicas

4. ¿A qué Escuela Académica Profesional pertenece usted?

- a) Obstetricia
- b) Enfermería
- c) Odontología
- d) Psicología

5. ¿Actualmente que ciclo estás cursando?

- a) I
- b) II
- c) III
- d) IV

III. Características del estado de salud

6. En estos últimos tres meses ¿Qué sintomatología gástrica tiene usted?

Sintomatología	Si	No
Dolor estomacal		
Acidez		
Náuseas		
Diarrea		
Ardor		
Embalonamiento		
Náuseas y ardor		
Dolor estomacal y embalonamiento		
Acidez y ardor		
Acidez y embalonamiento		
Ninguno		

6.1. En estos últimos tres meses ¿Qué signos y síntomas gástrica ha tenido usted?

Signos	Si	No
Dolor estomacal		
Poco apetito		

Bajo de peso		
Malestar general		
Vomito con sangre		
Otros especifiquen-----		

7. Actualmente ¿usted está recibiendo algún tratamiento para su sintomatología gástrica?

- a) Tratamiento Médico
- b) Tratamiento con Plantas medicinales

7.1. De ser afirmativa su respuesta indique ¿Qué tipo de tratamiento recibe usted?

- a) Tratamiento farmacológico
- b) Tratamiento con plantas medicinales
- c) Otros especifiquen _____

8. ¿Usted tiene diagnóstico médico de la gastritis?

- a) Si
- b) No

8.1. De ser afirmativa su respuesta indique ¿Cómo le diagnosticaron?

- d) Examen endoscópico
- e) Cuadro sintomatológico
- f) Examen de sangre
- g) Otro especifique _____

IV. Características de la alimentación

9. ¿Cuántas comidas al día consume usted?

Alimentación	Si	No
Desayuno		
Refrigerio		
Almuerzo		
Merienda		
Cena		

9.1. ¿Dónde suele consumir sus alimentos?

- h) En mi hogar
- i) En la universidad
- j) En los vendedores ambulantes
- k) Otros especifiquen _____
- l) Otros especifiquen _____

9.2. Si consume sus alimentos en su hogar ¿Quién le prepara sus alimentos?

- a) Yo misma
- b) Madre
- c) Otros especifiquen _____

V. DATOS INFORMATIVOS

10. ¿Usted tiene algún hábito nocivo?

- a) Si
- b) No

10.1. De ser afirmativa su respuesta indique ¿Qué hábito nocivo tiene usted?

- a) Fumar
- b) Consumo de alcohol
- c) Psicoestimulante
- d) Otros especifiquen _____

11. ¿Usted tiene algún seguro de salud?

- a) Si especifique _____
- b) No

12. ¿Cuándo usted se enferma a donde suele acudir?

- a) Al centro de salud
- b) Al hospital
- c) Al tópico de la universidad
- d) Al curandero
- e) No acudo a ningún lugar
- f) Otros especifiquen _____