

**UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA" DE ICA
FACULTAD DE ENFERMERÍA**



**"ALIMENTACIÓN CHATARRA Y SUS EFECTOS EN LA SALUD DE LOS
ESTUDIANTES DEL 1º Y 2º AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA" DE ICA, AÑO
2013 - 2014**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

PRESENTADO POR:

**Bach. PACCO RAMOS, KARLA LUCIA
Bach. PARIONA AMABLE, JOSÉ LUIS
Bach. SOTO CAHUANA, CINDY LIZBETH**

ASESOR:

Mag. OSCAR HERNÁNDEZ MUÑANTE

ICA - PERÚ

2014

AGRADECIMIENTO

Agradecemos en primer lugar a Dios quien nos dio la vida y la ha llenado de bendiciones en todo este tiempo, a él que con su infinito amor nos ha dado la sabiduría suficiente para culminar nuestra carrera universitaria.

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento, reconocimiento y cariño a nuestros padres por todo el esfuerzo que hicieron para darnos una profesión y hacer de nosotros personas de bien, gracias por los sacrificios y la paciencia que demostraron todos estos años; gracias a ustedes hemos llegado a donde estamos.

Agradecemos a nuestros, tíos, primos, abuelos y amigos. Por haber fomentado en nosotros el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida. Mil palabras no bastarían para agradecerles su apoyo, su comprensión y sus consejos en los momentos difíciles.

Gracias a todas aquellas personas que de una u otra forma nos ayudaron a crecer como personas y como profesionales.

Agradecemos de manera especial a nuestro asesor y amigo: Mag. Oscar Hernández Muñante, quién con sus conocimientos y apoyo supo guiar el desarrollo de la presente tesis desde el inicio hasta su culminación.

Gracias a nuestros docentes por su paciencia, apoyo incondicional y por compartir con nosotros sus sabios conocimientos, valores, enseñanzas, virtudes, momentos inolvidables que siempre quedaran en nuestra memoria; y siempre dándonos lo mejor de sí para ser de nosotros mejores profesionales y seres humanos.

A todos, esperamos no defraudarlos y contar siempre con su valioso apoyo, sincero e incondicional.

“Ahora podemos decir que todo lo que somos es gracias a todos ustedes”

DEDICATORIA

Este trabajo se lo dedico principalmente a Dios, por haberme dado la vida y haberme dado una familia tan luchadora y unida. También por guiarme por el buen camino, dándome fuerzas para seguir adelante; enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni la fe.

A mi familia quienes por ellos soy lo que soy.

A mi madre por ser la mejor mujer, amiga y mejor madre que Dios me ha podido regalar. También por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional en los buenos y malos momentos de mi vida; formándome con buenos sentimientos, hábitos y valores, lo cual me ha ayudado a salir adelante en los momentos más difíciles. GRACIAS MAMITA.

A mi padre por ser el hombre que siempre me ha cuidado, quien con sus consejos ha sabido guiarme para culminar mi carrera profesional. A mi hermano que siempre ha estado junto a mí, y compartir conmigo alegrías y fracasos. A mi familia en general, porque me han brindado su apoyo incondicional, sus sabios consejos y por compartir conmigo buenos y malos momentos.

KARLA LUCIA PACCO RAMOS

DEDICATORIA

A Dios por darme salud y fuerzas para poder realizar mis sueños, por cuidar a mi familia, por estar presente en cada momento de mi vida.

A las personas importantes en mi vida a mi familia, por confiar en mí y por el apoyo incondicional que me brindan cada día, por escucharme, por sus consejos, por su motivación, por sus regaños, y por el cariño constante.

A mis padres, mis abuelos; por el sacrificio y dedicación por darme una maravillosa familia; a mi tía Myriam, Yeni por su apoyo y ser fuente de inspiración.

PARIONA AMABLE, JOSÉ LUIS

DEDICATORIA

A Dios quien supo guiarme por el buen camino, dándome fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad, no desfallecer en el intento y por mostrarnos día a día que con humildad, paciencia y sabiduría todo es posible.

A mis padres, CARMEN ROSA y MARINO RODRIGO por creer en mí y por que me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, porque en gran parte gracias a ellos, hoy puedo ver alcanzada una de mis metas, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera, y porque el orgullo que sienten por mí, fue lo que me hizo ir hasta el final. Va por ustedes, por lo que valen, porque admiro su fortaleza y por lo que han hecho de mí.

A mis maestros que en este andar por la vida, influyeron con sus lecciones y experiencias en formarme como una persona de bien y preparada para los retos que pone la vida, a todos y cada uno de ellos les dedico cada una de estas páginas de mi tesis.

SOTO CAHUANA, CINDY LIZBETH

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	7
2. INTRODUCCIÓN.....	7-8
3. ANTECEDENTES.....	10-17
4. MATERIALES Y MÉTODOS.....	18
5. RESULTADOS.....	19-41
6. DISCUSIÓN.....	42-44
7. CONCLUSIONES.....	45
8. RECOMENDACIONES.....	46
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	47-48
10. ANEXO:	
10.1 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	50
10.2 PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	51-70
10.3 INSTRUMENTO.....	71-75

RESUMEN

El presente trabajo de investigación se realizó, por el consumo masivo por parte de los estudiantes de la Facultad de Enfermería; cuyos productos son las hamburguesas, papitas fritas, piqueos, gaseosas, frugos, y todo producto chatarra.

Objetivo: Determinar los efectos de la alimentación chatarra en la salud de los estudiantes del 1^a y 2^a año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" de Ica, año 2013-2014.

Muestra: Está dado por 104 alumnos del 1^o y 2^o año académico de la Facultad de Enfermería de la UNICA en ambos sexos.

Resultado: El sexo que más prevalece es el femenino en un 87.50%; la edad que predomina es de 18 – 20 años con un 65.39%, las comidas chatarras más consumidas son: las hamburguesas en un 44.23%, Pollo Broaster en un 19.23%, salchipapas en un 12.5%. Las bebidas más consumidas son: las gaseosas en un 57.5%, los refrescos en un 21.25%, frugos en un 12.5% y los yogurt en un 8.65%. Las golosinas más consumidas son las galletas con relleno en un 51.1%, en lo que es la salud los problemas más comunes son: a nivel del estómago con un 68.26%, la piel con un 20.2% y por último las vías respiratorias con un 11.54%.

Conclusión: La comida chatarra si tiene relación con los efectos de la salud.

Palabras claves: comida chatarra, salud.

ABSTRACT

This research was performed by mass consumption by students of the Faculty of Nursing, whose products are burger, chips, snacks, sodas, frugos and every product scrap.

Objective: To determine the effects of junk food on health of students of 1st and 2nd year of the Faculty of Nursing at the "San Luis Gonzaga" of Ica, 2013-2014 National University.

Sample: It is given by 104 students of 1st and 2nd academic year of the Faculty of Nursing at the UNICA in both sexes.

Result: Sex is most prevalent in women 87.50%, the predominant age is 18-20 years with 65.39%, the most consumed junk food are hamburgers in 44.23%, Broaster Chicken on a 19.23%, salchipapas 12.5%. The most consumed beverages: soft drinks in 57.5%, soft drinks on a 21.25% frugos 12.5% and 8.65% yogurt. In the most consumed sweets are cookies filled by 51.1%, as is health the most common problems are: in the stomach with 68.26%, the skin with a 20.2% and finally the airways with 11.54%.

Conclusion: if junk food is related to the health effects.

Keywords: fast food, health.

INTRODUCCION

La expresión “alimentos chatarras” o “comida chatarra” fue creada por Michael Jacobson, director del Centro para la Ciencia en el interés público, en 1972. Esta expresión designa a todos aquellos alimentos que no poseen valor nutricional, es decir, que no nos aportan nutrientes. Lo único que nos proporcionan, son muchas calorías, sal, azúcar y grasas para el organismo, por eso es que la comida chatarra es muy poco saludable. (1)

Uno de los problemas actuales en la juventud es la mala nutrición que tiene repercusiones en los jóvenes desde las enfermedades, la capacidad de atención en la escuela y sobre todo la obesidad que cada vez es más vista en los niños por los malos hábitos (2). El propósito de nuestra investigación es saber la variedad de comida chatarra que consumen los jóvenes, las desventajas de comer comida chatarra, y por medio de porcentajes y encuestas realizadas a estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, vamos a tener un resultado de cuantos alumnos consume comida chatarra y si conoce las consecuencias. De igual manera se brindara información nutricional para quitar malos hábitos alimenticios.

Potencialmente todos los alimentos son perjudiciales para la salud si se abusa de su consumo, pero los que se consideran comida chatarra lo hacen en mayor medida por necesitarse menores cantidades para producir efectos adversos, o por consumirse en mayores cantidades, dada su facilidad de consumo (comida rápida) o el prestigio social de su consumo (ligado a formas de ocio juvenil). Suele relacionarse el consumo de comida chatarra con la obesidad, las enfermedades del corazón, la diabetes del tipo II, las caries y la celulitis. La comida chatarra le brinda al consumidor grasas, colesterol, azúcares y sal, mientras una verdadera comida debe proveer fibras, proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales necesarios para el rendimiento del cuerpo. (3)

ANTECEDENTES

a. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.

L. QUEZADA, E. SALVATIERRA, G. VEINTIMILLA: “El consumo excesivo de la comida chatarra por parte de los estudiantes del curso de nivelación SNNA 2013”. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA-ECUADOR. Periodo: 06/06/13 – 26/07/13.

- ✓ **RESUMEN:** El siguiente proyecto se enmarca en investigaciones científicas, marcos teóricos, legales y contextuales; se refiere acerca de los efectos que produce el consumo excesivo de comida chatarra en los estudiantes del curso de nivelación SNNA de la Universidad Técnica de Machala, así como las enfermedades que podemos contraer, entre las principales se encuentran: enfermedades de corazón, diabetes, apnea del sueño, artritis, problemas respiratorios; entre otros.

También trata acerca de nuestra propuesta que es erradicar el consumo de este tipo de comida mediante charlas alimentarias y la gestión de la elaboración de un Self Service que será de gran ayuda para los estudiantes ya que de esta manera se podrán proveer de alimentos sanos y nutritivos que les ayudaran a mantener una mejor salud y por ende un mejor rendimiento académico.

- ✓ **OBJETIVO:** Disminuir el consumo de comida chatarra en los estudiantes del curso de nivelación. Proveer conocimientos sobre los efectos que produce el consumir comida chatarra.
- ✓ **POBLACION:** El total de estudiantes encuestados es de 69 de los cuales 32 son de sexo masculino lo que representa al 46.37% del total de encuestados; y 37 son de sexo femenino lo que representa al 52.63% del total de encuestados. De los alumnos encuestados el 27% son de la especialidad de Ciencias de la Salud, el 38%

pertenecen al área de Ciencias Sociales y el 35% son del área de Ciencias e Ingenierías. Del total de encuestados el 48% contestó que NO se alimentan adecuadamente, de los cuales 12 son hombres y 21 son mujeres; y el 52% contestó que SI, de los cuales 20 son hombres y 16 son mujeres. De los encuestados el 12% respondió que NO consumen comida chatarra; y el 88% respondió que SI consumo este tipo de comida, de los cuales el 11% contestó que lo consumen por su precio, el 24% contestó que lo consume por ser rápida y el 65% contestó que lo consume por su gusto.

- ✓ **CONCLUSIONES:** El proyecto que realizamos ha contribuido de manera muy importante para identificar y contrarrestar uno de los problemas más comunes como es el consumo de comida chatarra, que afecta a los estudiantes de la Universidad Técnica de Machala. Se logró detectar que existe falta de conocimientos sobre los efectos que produce el consumo de este tipo de comida. (4)

R. GUTIÉRREZ Y OTROS: Consumo de Alimentos y Asma en Niños Escolares de Cuernavaca México 2009.

RESUMEN

- ✓ **OBJETIVO:** Evaluar la relación entre la dieta y el desarrollo de asma y rinitis alérgica en escolares de Cuernavaca, Morelos, México.
- ✓ **MATERIAL Y MÉTODOS:** Se aplicó el cuestionario ISAAC (International Study of Asthma and Allergies in Childhood) a 5 460 niños de entre 6 a 8 y 11 a 14 años de edad, de nivel primaria, seleccionados de manera aleatoria. Se formaron seis grupos de alimentos a partir de un análisis de clusters jerárquico y se evaluó la relación con los padecimientos a través de modelos de regresión logística.

- ✓ RESULTADOS: El consumo de comida rápida tuvo un efecto adverso sobre la sibilancia actual (RM=1.82; IC95%=1.16-2.87) y el consumo de golosinas sobre más de tres episodios de sibilancia (RM=2.26; IC95%=1.04-4.95) y síntomas nasales sin gripa o catarro (RM=1.35; IC95%=1.06-1.71).
 - ✓ CONCLUSIONES: Este estudio provee evidencia de que la dieta juega un papel muy importante, ya que el consumo abundante de comida rápida y golosinas incrementa el riesgo de asma y rinitis.
 - ✓ PALABRAS CLAVE: asma; rinitis; ISAAC; dieta; escolares; México.
- (5)

L. CONTRERAS; M. ORTIZ "Obesidad Infantil e Ingesta de Alimentos Chatarra" Minatitlán - Vera Cruz- México septiembre 2006.

Se llegó a la conclusión que de los 108 escolares estudiados, el sexo que predominó fue el femenino, la prevalencia de obesidad y sobrepeso se manifestó en dos terceras partes de la población escolar, predominando éste último en más de la mitad de la población en ambos sexos.

Por grupo de edad, la obesidad se presentó más en el sexo femenino en las edades de 8-9 y 10-11 años, que representa aproximadamente una quinta parte de la población con problemas de peso. El sobrepeso se observó en las niñas de 8-9 años en un poco más de la décima parte.

En los niños de 8-9 años la obesidad se observó en menos de la décima parte, el sobre peso aproximadamente en la quinta parte en los niños de 8 - 11 años. En cuanto a los alimentos chatarra aproximadamente casi la mitad de los padres adquieren estos productos para sus niños, los alimentos más reconocidos por éstos últimos fueron las frituras, dulces, refrescos y galletas, existen alimentos que casi no se identificaron como chatarra entre estos las pizzas, hamburguesas, hot dog, sopas instantáneas y frituras; los

alimentos chatarra que consumieron principalmente, aproximadamente 48 horas. antes del estudio fueron los refrescos y dulces. (6)

O. CASTAÑEDA; JC. ROCHA. MG. RAMOS: Evaluación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de Sonora, México

RESUMEN

- ✓ **OBJETIVO:** Evaluar los hábitos alimenticios del adolescente y su relación con el estado nutricional. **Material y métodos:** Se realizó un estudio transversal descriptivo en estudiantes de secundaria en Ciudad Obregón Sonora, (México) elegidos de manera probabilística estratificada; el cuestionario aplicado incluía los ocho grupos de alimentos y fue validado por expertos, con una confiabilidad de 0.65. **Variables:** edad, sexo, hábitos alimenticios, peso, talla, índice de masa corporal y estado nutricional.

Análisis de datos: estadística descriptiva y coeficiente de Spearman.

- ✓ **RESULTADOS:**

Se entrevistaron 69 adolescentes entre 12 y 16 años de edad, 59 % mujeres los hábitos alimenticios de acuerdo a la evaluación de la encuesta fueron de buenos a regulares en el 49.3 %. El estado nutricional resultó normal en 34 pacientes, con una diferencia no significativa ($p = .814$). El 52 % refirió hacer tres comidas al día, mientras que el 13% realizaba más de tres comidas. Los alimentos más consumidos diariamente fueron, en el 73.9% los cereales, 43.5% la leche y sus derivados y 46.4% los azúcares. **Conclusiones:** Estos resultados demuestran que los hábitos alimenticios no están relacionados estadísticamente con el estado nutricional; sin embargo, clínicamente se observó que cuando los hábitos son deficientes el adolescente presenta desnutrición, sobrepeso u obesidad.

- ✓ PALABRAS CLAVE: Adolescencia, Obesidad, Medicina Familiar. (7)

MA. ALVEAR; y otros. En su investigación titulada: Consumo alimentario dentro y fuera de la escuela

RESUMEN:

- ✓ INTRODUCCIÓN; en México los niños de primaria permanecen aproximadamente de 4.5 horas en la escuela por lo que fuera de ese espacio es donde consumen la mayor parte de sus alimentos. El objetivo de esta investigación fue explorar las conductas alimentarias más allá del entorno escolar que pudiera favorecer la obesidad.
- ✓ MÉTODOS: estudio descriptivo de niños de una escuela primaria oficial en el Distrito Federal. Los hábitos alimentarios se conocieron por un cuestionario y las características antropométricas, por medición física.
- ✓ RESULTADOS: los participantes indicaron consumir refrescos y jugos enlatados con alta frecuencia y en cantidades importantes 80%, así como productos lácteos industrializados con alto valor calórico y bajo contenido de proteínas; ingerían pocos alimentos de origen animal; el 30% comían cuatro o cinco veces al día y 10% una o dos veces . Los resultados se asociaron con las características somatrometricas de los niños, 37.6% de los cuales presento sobrepeso u obesidad y 12% bajo peso.
- ✓ CONCLUSIONES: para la prevención de la obesidad son necesarios programas de educación que involucren a profesores, padres de familia y escolares, para obtener conductas saludables y preservar la salud.
- ✓ PALABRAS CLAVES: hábitos alimenticios, sobre peso, niño. (8)

O. POLETTI. L. BARRIOS. "Obesidad e Hipertensión Arterial en Escolares de la Ciudad de Corrientes, Argentina" 2012

RESUMEN

- ✓ **INTRODUCCIÓN.** La hipertensión arterial y la obesidad son fuertes predictores para la aparición de aterosclerosis y, por ende, de morbimortalidad por accidentes cardiovasculares en la edad adulta. Su aparición es producto de factores genéticos y medioambientales. Entre estos últimos se destacan los hábitos alimentarios y la actividad física.
- ✓ **OBJETIVOS.** Estimar la prevalencia de sobrepeso, obesidad e hipertensión arterial y caracterizar hábitos alimentarios, actividad física y nivel socioeconómico en escolares de la ciudad de Corrientes.
- ✓ **POBLACIÓN, MATERIAL Y MÉTODOS.** Se estudiaron escolares de ambos sexos, de 10-15 años de edad de la ciudad de Corrientes
- ✓ **DISEÑO.** Estudio transversal.
- ✓ **VARIABLES EN ESTUDIO:** sexo, edad, antecedentes paternos y maternos de obesidad, hipertensión arterial, nivel socioeconómico, actividad física, hábitos alimentarios, peso, talla corporal y presión arterial. La relación peso/talla se expresó como índice de masa corporal. Los valores de presión arterial se refirieron a los estándares estadounidenses de 1996 (Task Force report).
- ✓ **RESULTADOS.** Ingresaron al estudio 2.507 escolares. El 17,1%, presentó sobrepeso, el 4,5% obesidad, el 13,8% presentó hipertensión arterial. El estudio de regresión mostró correlación positiva entre índice de masa corporal y presión arterial sistólica, $R=0,28$; $r^2=0,08$. El 50% consumía alimentos con alto contenido de grasa, siete o más veces por semana.

- ✓ **CONCLUSIONES.** En el grupo estudiado se detectó alta prevalencia de sobrepeso, obesidad, hipertensión arterial, elevada propensión al consumo regular de comidas rápidas con alto contenido en grasas e hidrato de carbono y bebidas carbonatadas, así como hábitos de tipo sedentario.
- ✓ **PALABRAS CLAVE:** Obesidad; Hipertensión arterial; Actividad física; Hábitos alimentarios; Escolares. (9)

NORRY, GABRIEL A. “Estado Nutricional y hábitos alimentarios en adolescentes del Polimodal de la Escuela Mantovani de Santa Ana.

RESUMEN:

- ✓ **INTRODUCCIÓN:** Es vital que los adolescentes tengan una adecuada nutrición para que su desarrollo sea óptimo, las alteraciones del estado nutricional están relacionadas con una mala alimentación y los hábitos sedentarios.
- ✓ **OBJETIVOS:** conocer los hábitos alimentarios, el estado nutricional y la relación entre ambos, también los hábitos sedentarios y la opinión sobre su peso e imagen corporal.
- ✓ **MATERIAL Y MÉTODO:** se realizó un estudio descriptivo de corte transversal a través de una encuesta y la toma de medidas antropométricas en los 196 alumnos entre los 15 y 19 años de ambos sexos, del nivel Polimodal de la escuela Mantovani de Santa Ana en Julio y Agosto del 2006,
- ✓ **RESULTADOS:** del análisis de las variables se obtuvo que el 91% de los alumnos tenía una alimentación inadecuada, un 21 % se encontraba con sobrepeso o riesgo de sobrepeso. El 73% veía T.V o P.C más de 2 horas diarias y el 91% comía durante esta actividad. El 56% no realiza actividades físicas y el 89% no realiza dieta alguna, el

23% respondió que conocía su peso, el 57% estaba conforme con su peso y el 61% con su imagen corporal.

Se encontró asociación entre el hábito alimentario y el sexo.

- ✓ DISCUSIÓN: se observó que tanto las alteraciones del estado nutricional como los hábitos alimentarios y el sedentarismo son un problema vigente en esta comunidad por lo que se debería implementar un programa de nutrición y un consultorio con especialistas en la materia en esta comunidad.
- ✓ PALABRAS CLAVES: Estado Nutricional, Hábitos Alimentarios. Adolescentes. (10)

MATERIALES Y MÉTODOS

Materiales; Instrumentos.

Para la realización de la recolección de datos utilizaremos.

Materiales

- Papeles.
- Lapiceros.
- Afiches.
- Tableros.

Instrumento

- Encuesta

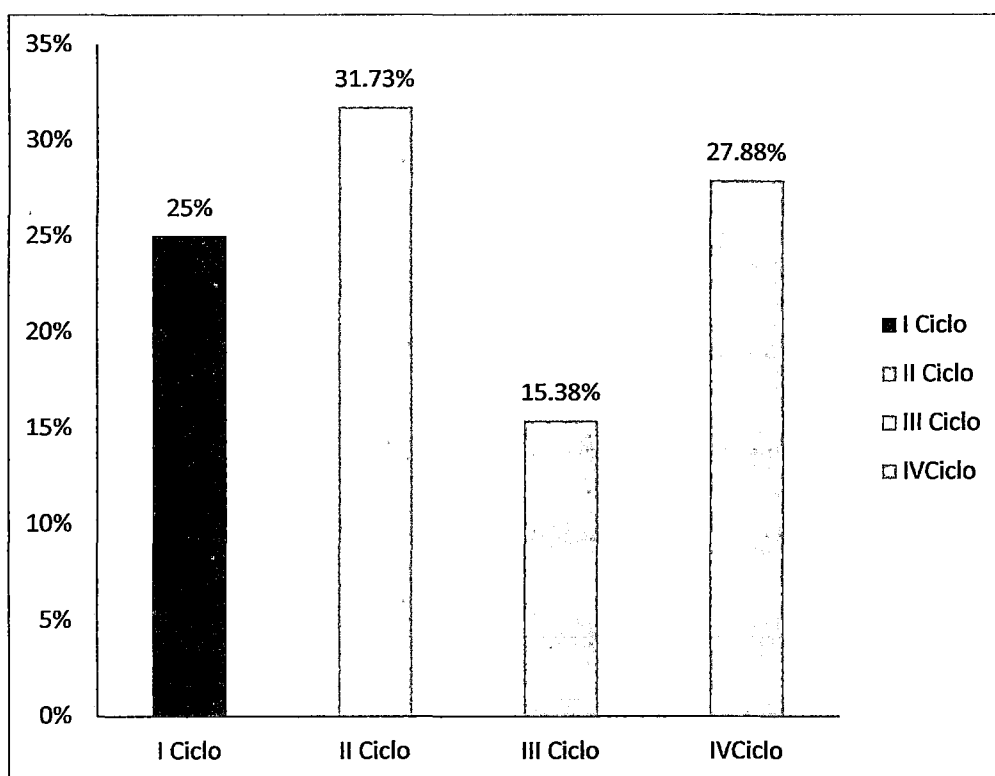
MÉTODO.

- **Descriptivo:** Por que mide dos a más variables pero sin pretender dar una explicación completa al fenómeno investigado.
- **Cuantitativo:** Medir cuantos estudiantes consumen alimentos chatarras.
- **Correlacional:** por que estaremos relacionando las variables en un determinado momento.
- **Corte transversal:** Se observan las variables en un determinado momento haciendo un corte en el tiempo.
- **No experimental:** ya que solo se limitará a describir las características de las variables sin manipularlas.

RESULTADOS

GRÁFICO N° 01

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: Ciclo Académico

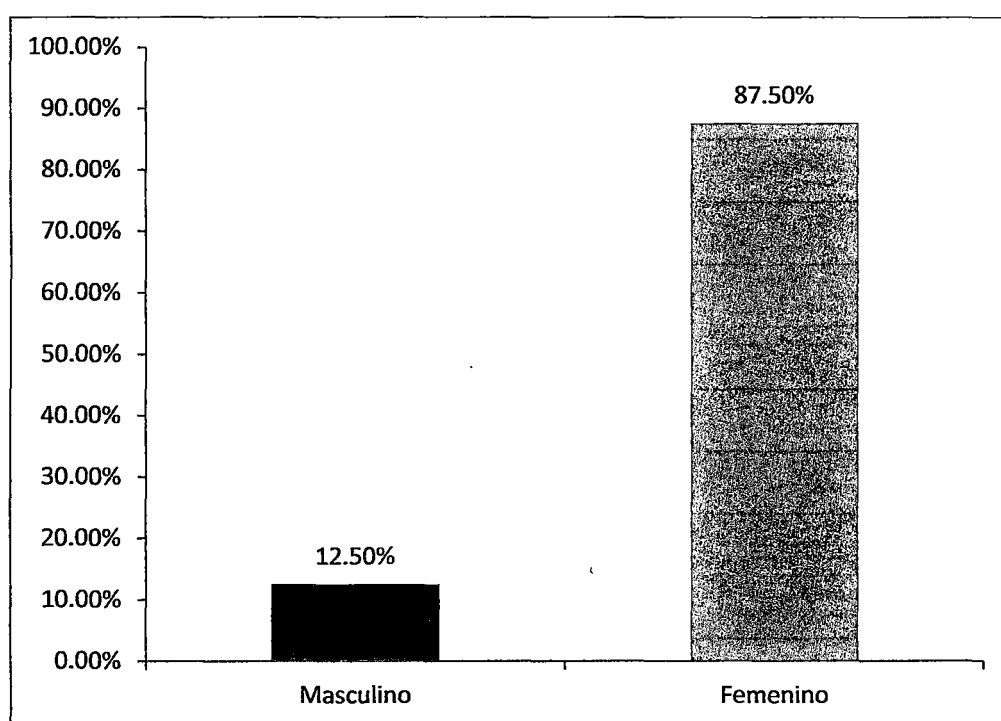


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre los ciclos académicos; el 31.73% son del II Ciclo, el 27.88% del IV Ciclo, el 25% del I ciclo y el 15.38% del III Ciclo.

GRÁFICO N° 02

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: Sexo

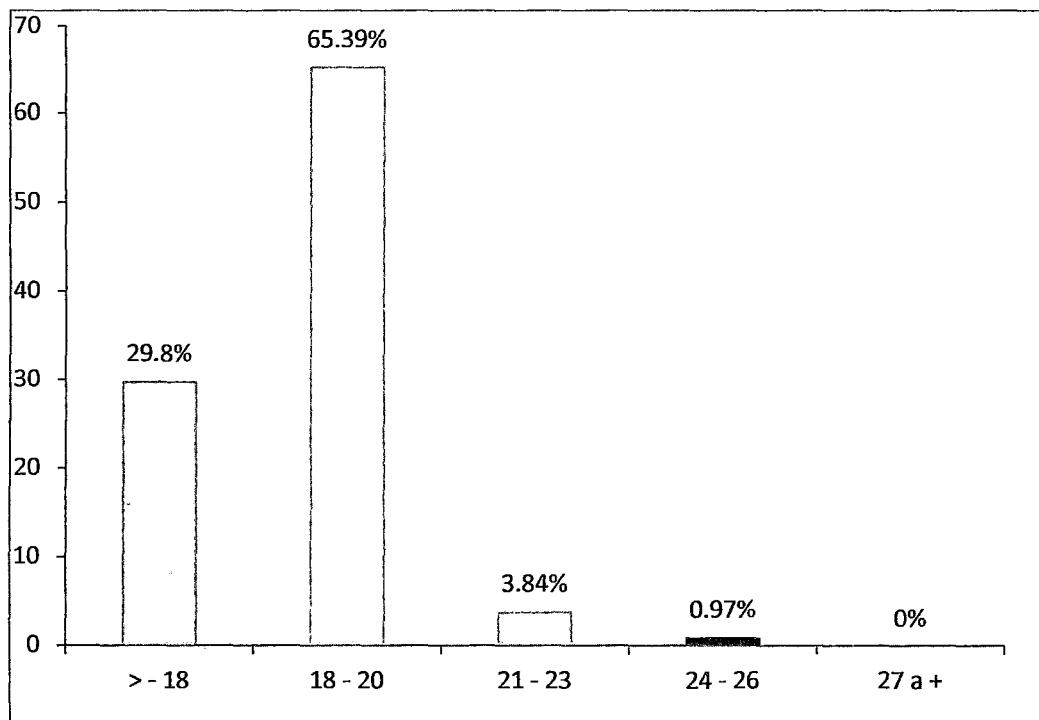


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos indica los resultados sobre el sexo de los estudiantes, el sexo que más prevalece es el femenino con un 87.50% y solo el 12.50% es del sexo masculino.

GRÁFICO N° 03

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: Edad

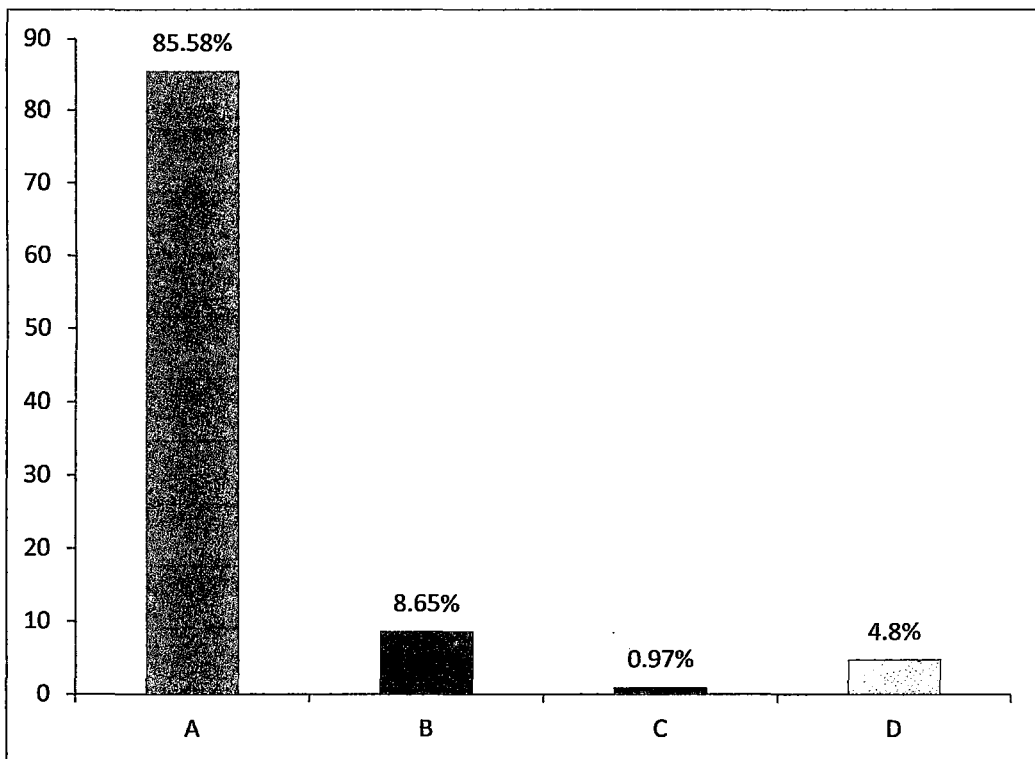


INTERPRETACIÓN:

El presente grafico nos muestra los resultados sobre la edad de los alumnos. El 65.39% tienen edades entre los 18 – 20 años, el 29.8% son menores de 18 años, el 3.84% tienen edades entre los 21 – 23 años, el 0.97% tienen edades entre los 24 – 26 años, no encontrándose alumnos con más de 27 años.

GRÁFICO N° 04

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Para Ud. ¿Cuál es la definición de comida Chatarra?

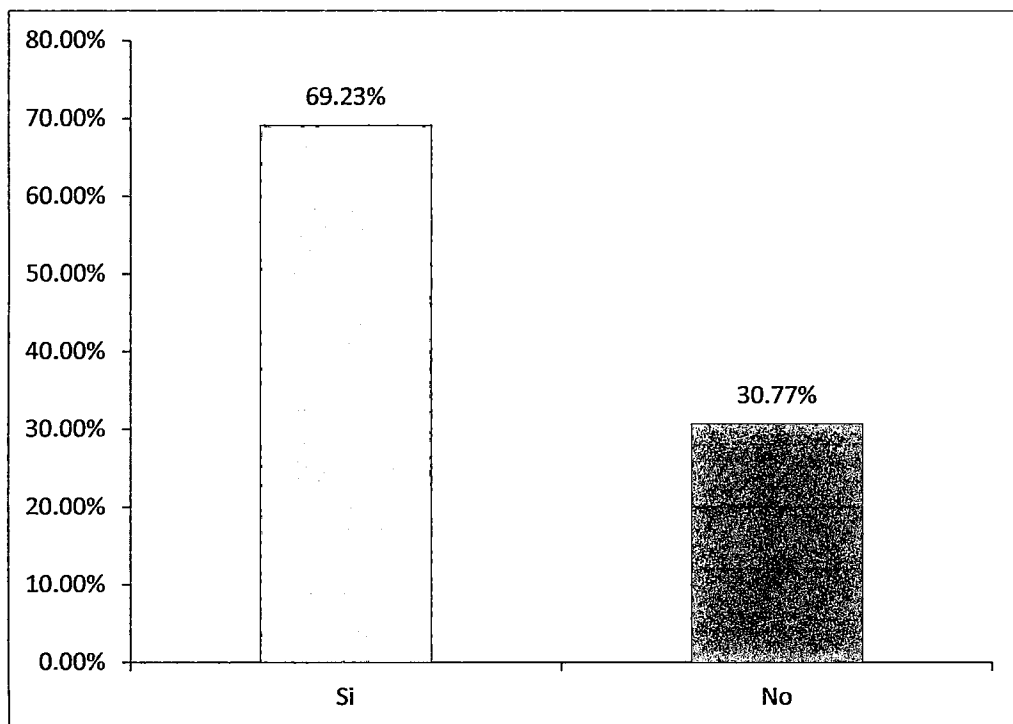


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre cuál es para Ud. la definición de comida chatarra. El 85.5% supo definir correctamente la respuesta. Y el 14.42% no supo definir lo que es una comida chatarra.

GRÁFICO N° 05

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Te alimentas de comida chatarra?

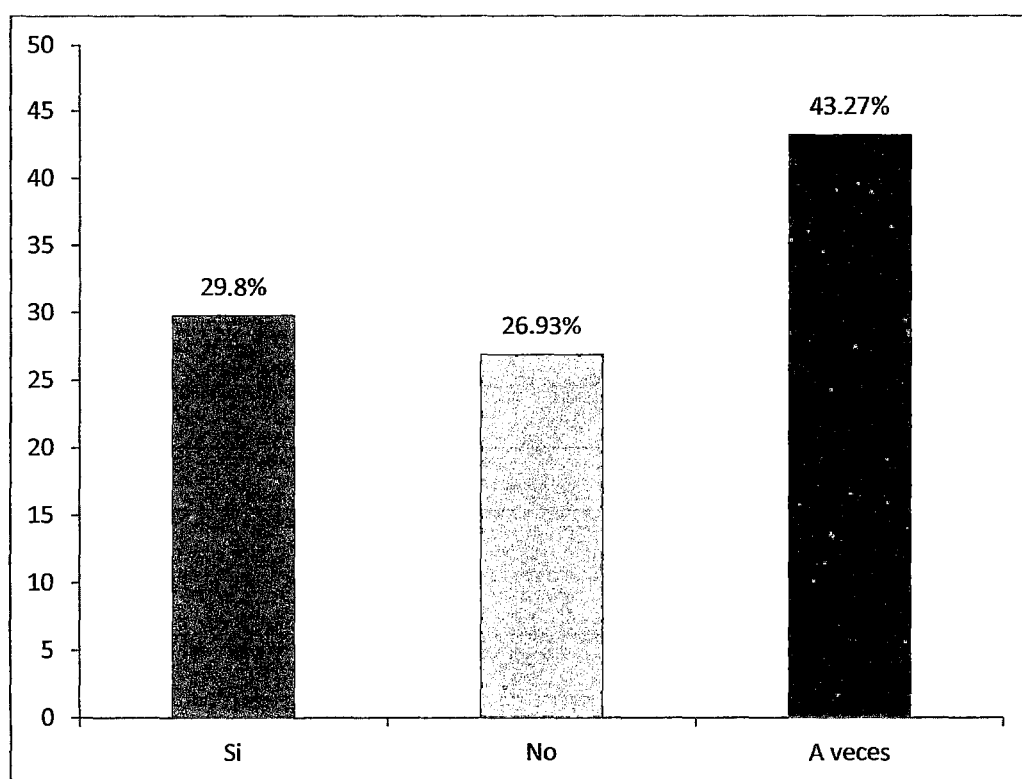


INTERPRETACIÓN

Los resultados del grafico ¿Te alimentas de comida chatarra? Son: El 69.23% dijo que si, el 30.77% dijo que no.

GRÁFICO N° 06

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Ud. reemplaza sus alimentos con comida Chatarra

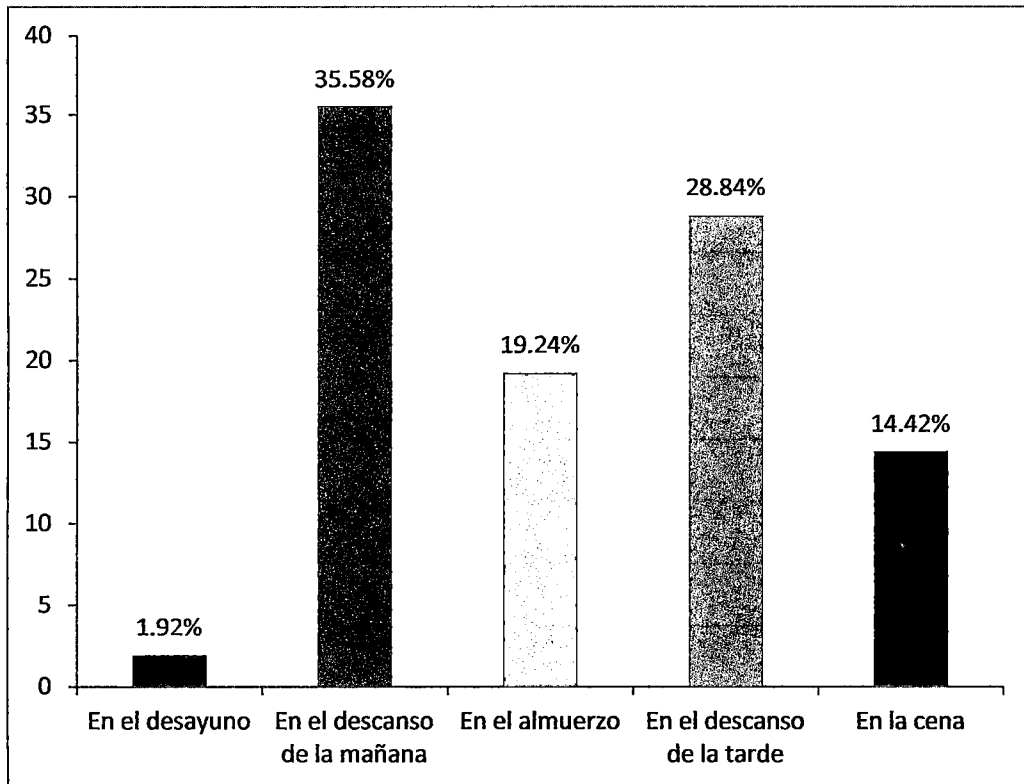


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre la pregunta: ¿Ud. reemplaza sus alimentos con comida chatarra? El 43.27% lo hace a veces, el 29.8% si lo hace y el 26.93% no reemplaza su alimentos con comida chatarra.

GRÁFICO N° 07

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿En qué momento del día consumes comida rápida o chatarra?

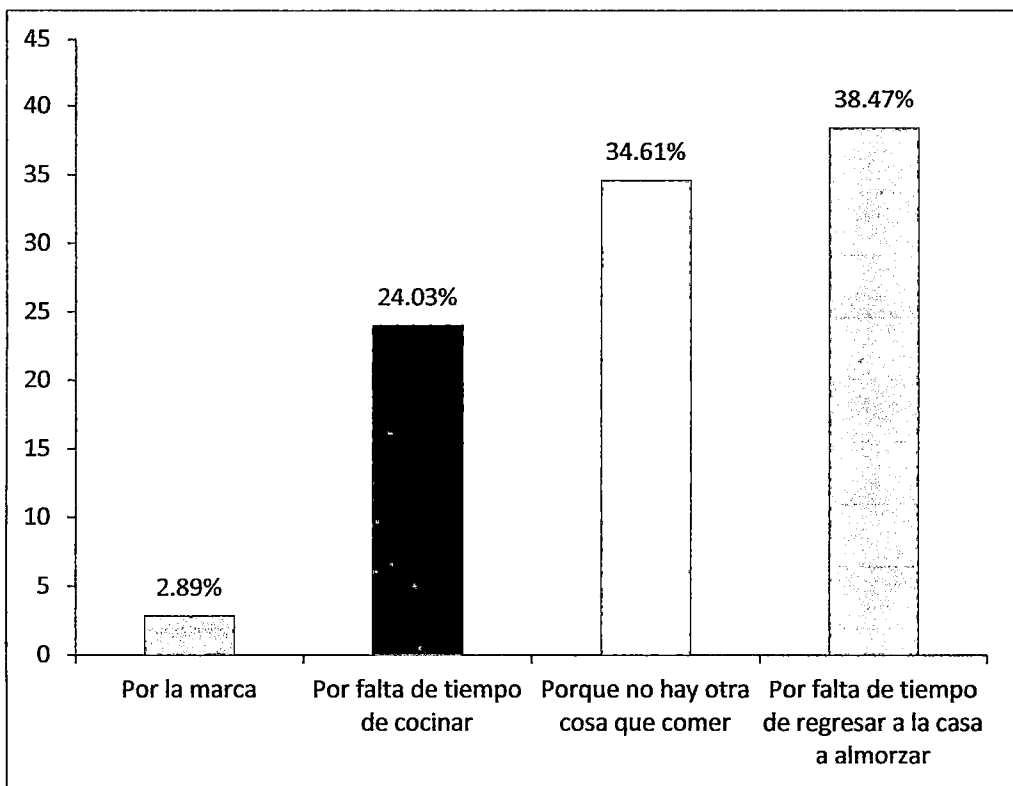


INTERPRETACIÓN:

Los resultados presentados en el grafico son de la interrogante ¿En qué momento del día consumes comida rápido o chatarra?, el 35.58% en el descanso de la mañana, el 28.84% en el descanso de la tarde, el 19.24% en el almuerzo, el 14.42% en la cena y el 1.92% en el desayuno.

GRÁFICO N° 08

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Porqué consumes comidas chatarras?

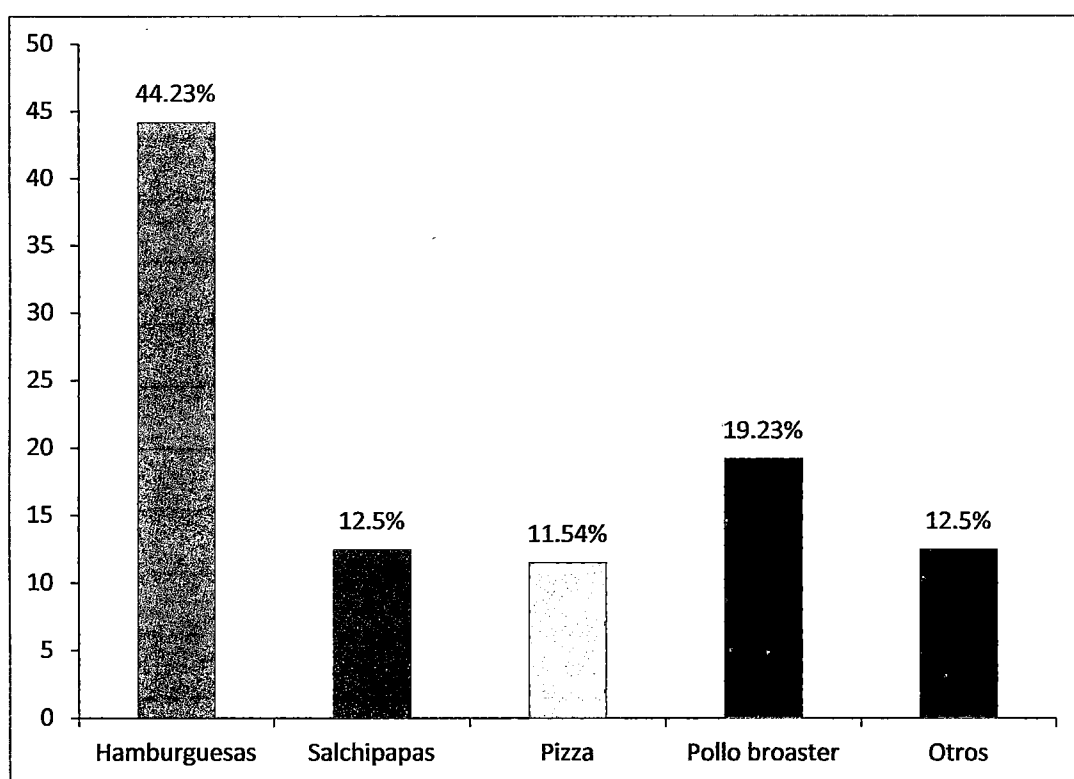


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos indica los resultados sobre. ¿Por qué consumes comidas chatarra? Las respuestas fueron: el 38.47% por falta de tiempo de regresar a la casa a almorzar. El 34.61% por que no hay otra cosa que comer. El 24.03% por falta de tiempo de cocinar, y el 2.89% por la marca del producto que consume.

GRÁFICO N° 09

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Las frituras que consumes con mayor frecuencia son?

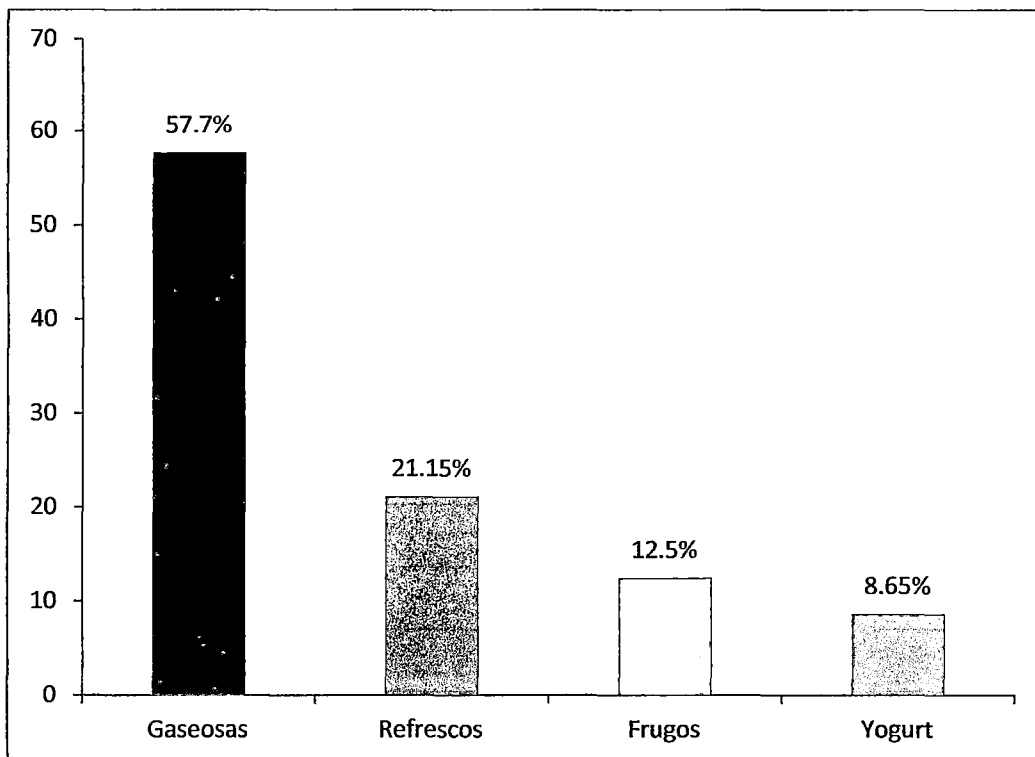


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos indica los resultados del ítems ¿Las frituras que consumes con mayor frecuencia son? 44.23% Hamburguesas, el 19.23% pollo broaster, el 12.5% salchipapas, y otros productos, y el 11.54% pizza.

GRÁFICO N° 10

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Estas frituras mayormente las acompañas con?

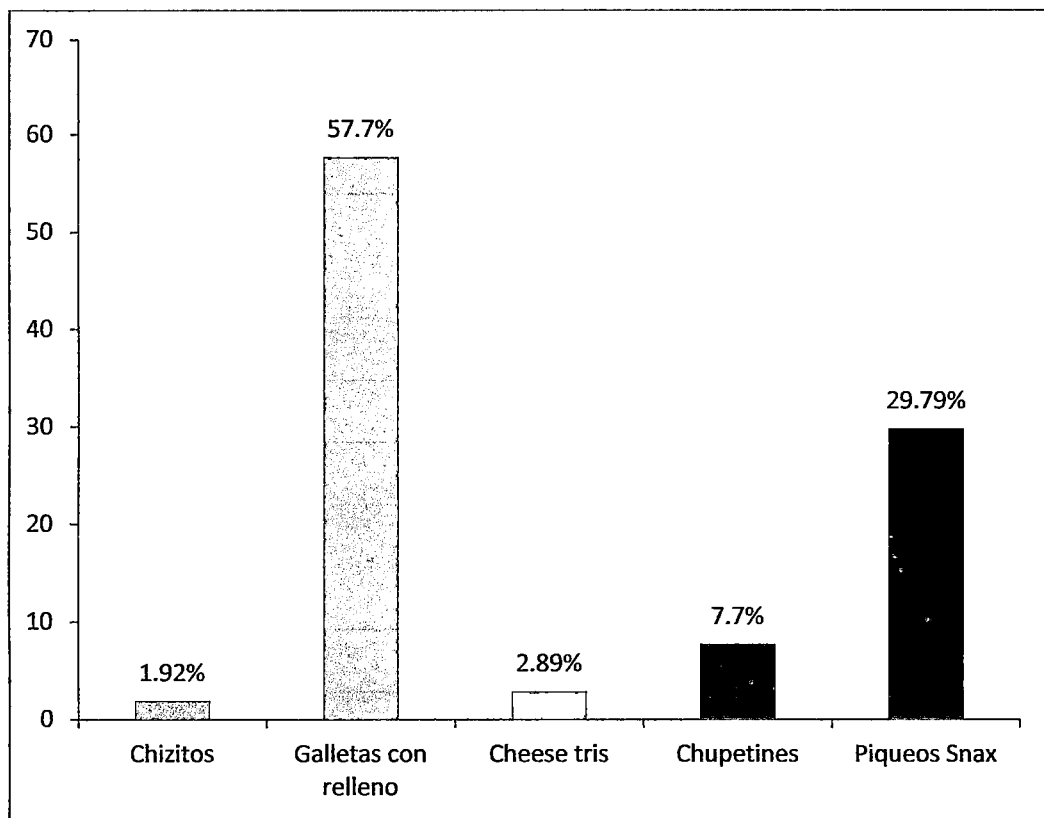


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados del ítems: ¿Estas frituras mayormente las acompañas con? Gaseosas el 57.7% refrescos el 21.15%, con frugos el 12.5% y con Yogurt el 8.65%

GRÁFICO N° 11

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿En el refrigerio de la mañana y/o tarde Ud. consume?

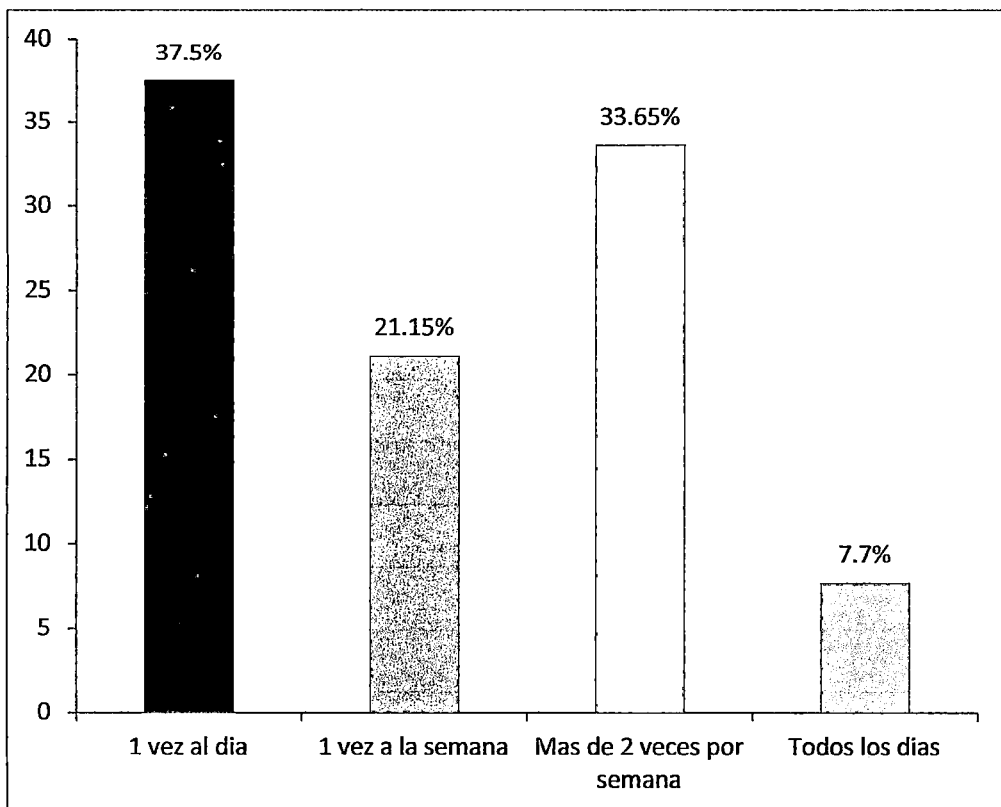


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre el ítems ¿en el refrigerio de la mañana y/o tarde Ud. consume? El 57.7% Galletas con relleno, el 29.79% Piqueos Snax, el 7.7% chupetines, el 2.89% Cheese Tris y el 1.92% Chizitos.

GRÁFICO N° 12

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Con respecto a las preguntas 6,7 y 8 diga Ud.
¿Cuántas veces consume estos productos?

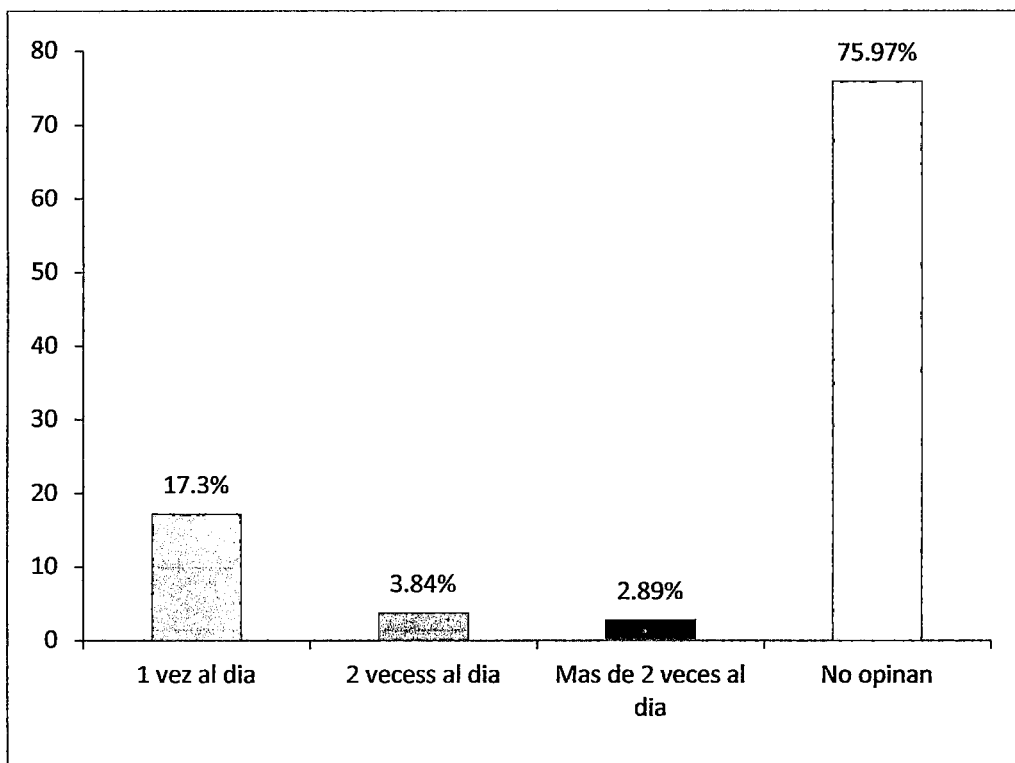


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre la pregunta ¿Cuántas veces consume estos productos? El 37.5% 1 vez al día, el 33.65% más de 2 veces por semana, el 21.15% 1 vez a la semana y el 7.7% todos los días.

GRÁFICO N° 13

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems En caso de que haya elegido todos los días en la interrogante 9 ¿Cuántas veces al día las consume?

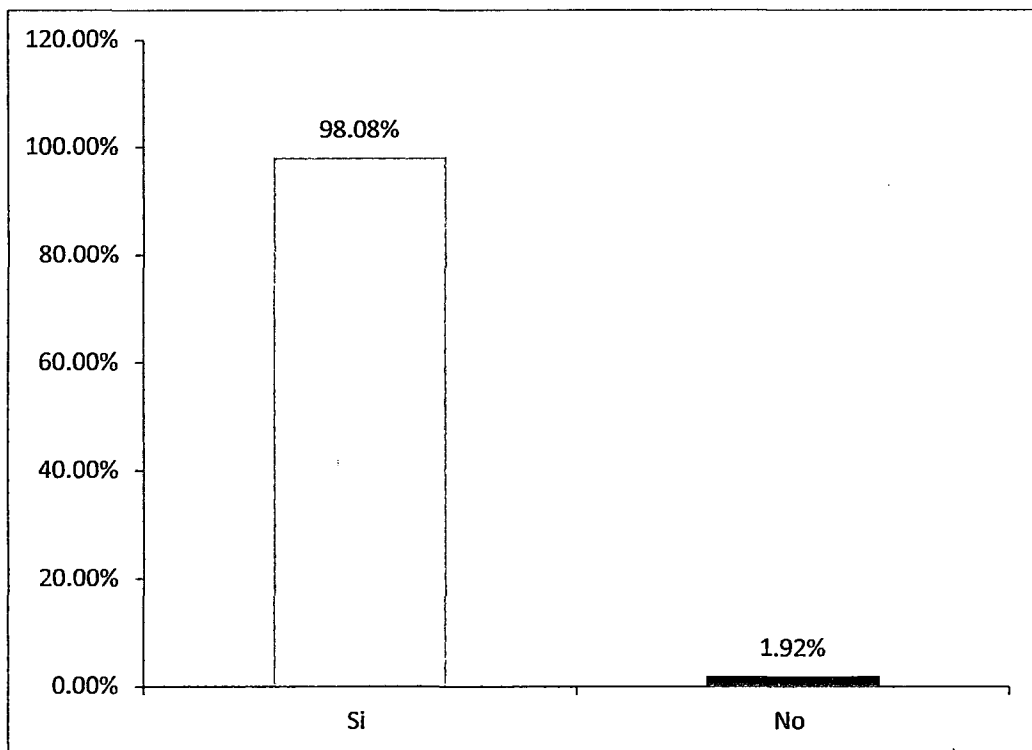


INTERPRETACIÓN:

El presente grafico nos muestra los resultados sobre la interrogante 9 en relación ¿Cuántas veces al día las consume? El 76.97% no opinan, el 17.3% 1 vez al día, el 3.84% 2 veces al día y el 2.89% más de 2 veces al día.

GRÁFICO N° 14

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Sabia Ud. que el exceso de este tipo de alimento puede provocar problemas en su salud?

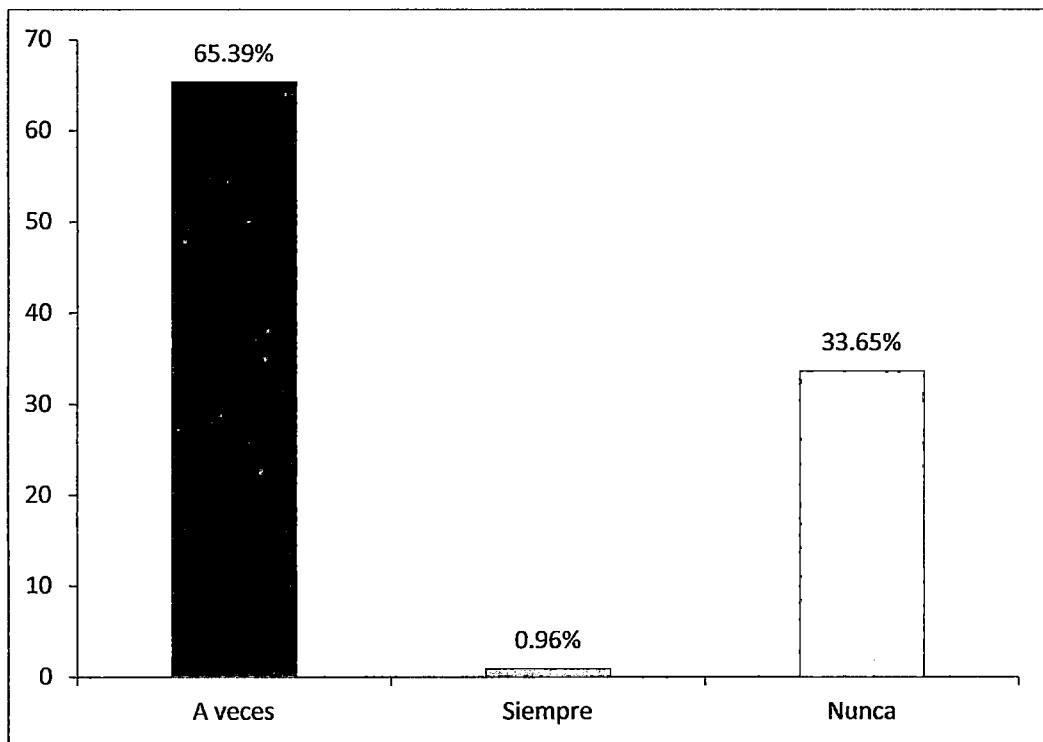


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre ¿Sabia Ud. que el exceso de este tipo de alimentos puede provocar problemas de salud? el 98.08% si lo sabe y el 1.92% no lo sabe.

GRÁFICO N° 15

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Siente algún tipo de malestar por el consumo de comida chatarra?

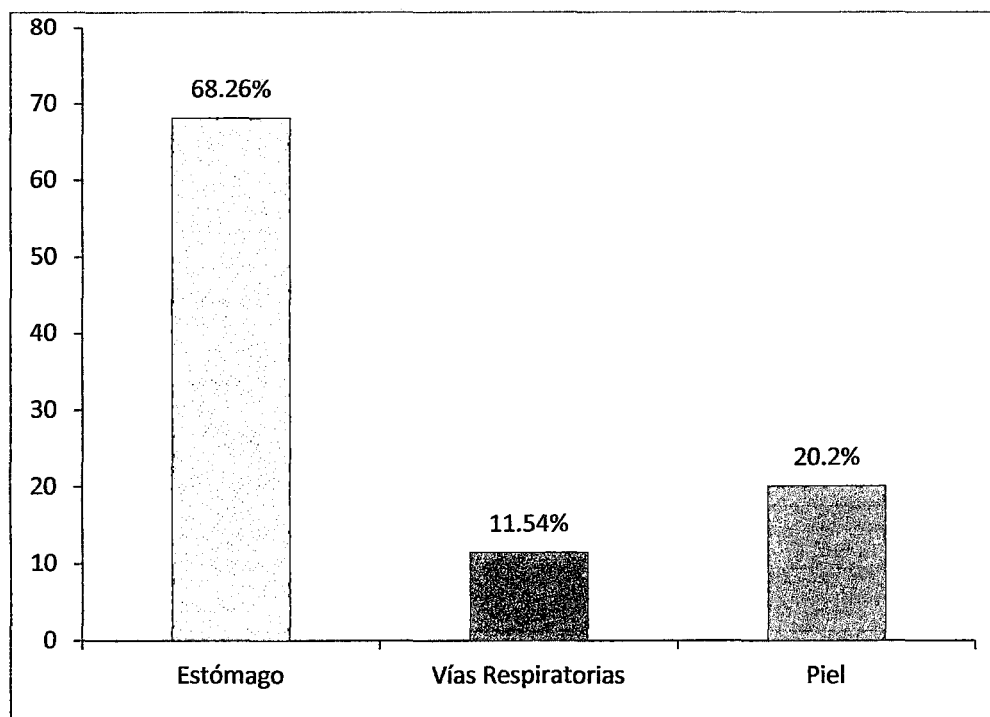


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre ¿Siente algún tipo de malestar por el consumo de comida chatarra?: el 65% a veces, el 66.65% nunca y el 0.95% siempre.

GRÁFICO N° 16

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Cuándo consume alguno de estos productos chatarra, observa Ud. alguna molestia en:

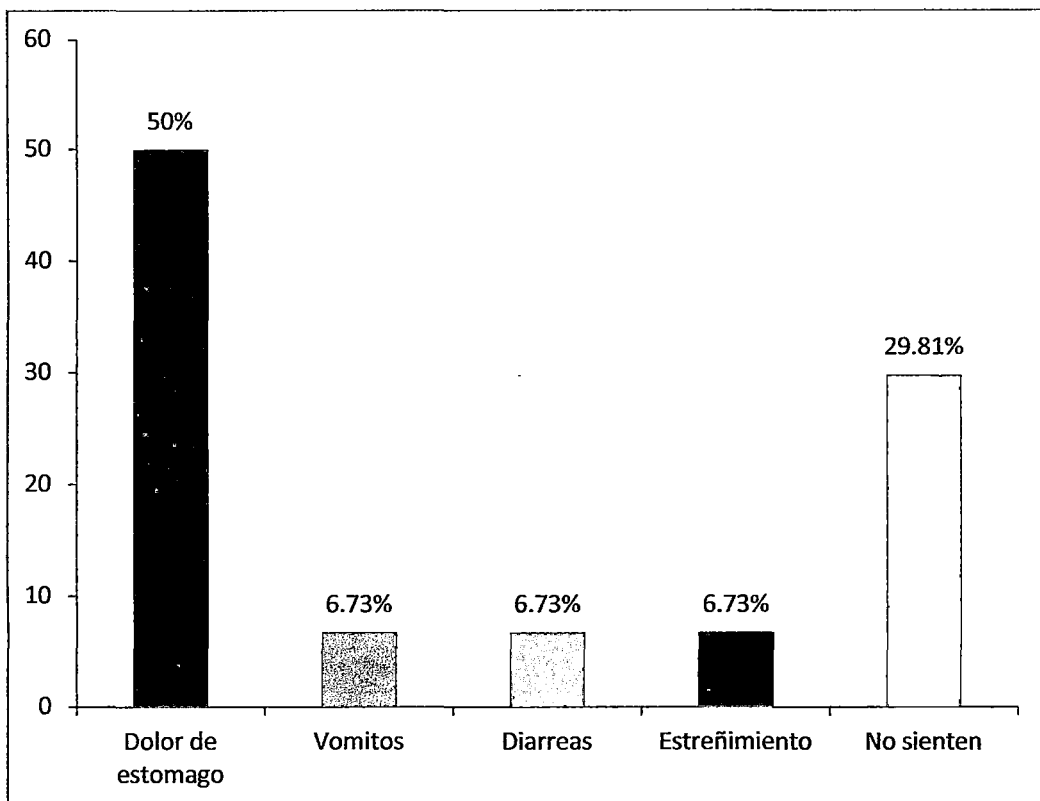


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre el Ítems, Cuando consume alguno de estos productos chatarra, observa Ud. alguna molestia, el 68.26% en el estómago, el 20.2% en la piel y el 11.54% vías respiratorias.

GRÁFICO N° 17

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems El malestar a nivel del estómago, se presenta con:

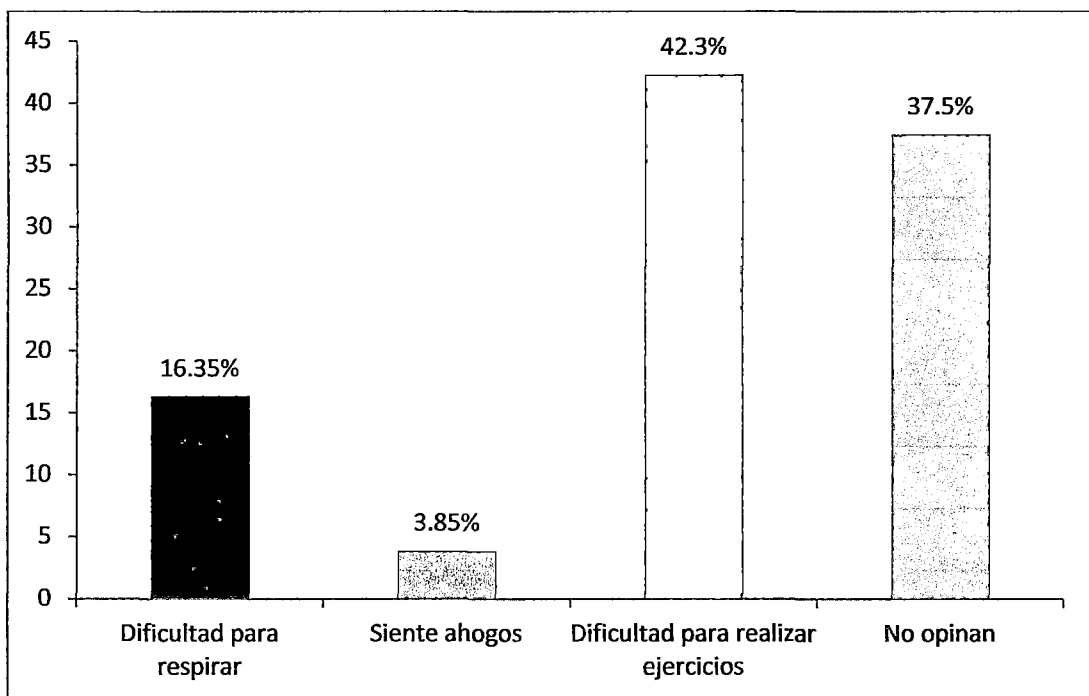


INTERPRETACION:

El grafico nos muestra los resultados sobre, si el malestar a nivel del estómago se presenta con: dolor de estómago el 50%. El 29.981% no siente ninguna molestia, el 6.73% con vómitos, diarreas y estreñimiento.

GRÁFICO N° 18

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿El consumo de alimentos chatarra ocasiona el aumento de peso, teniendo como consecuencia?

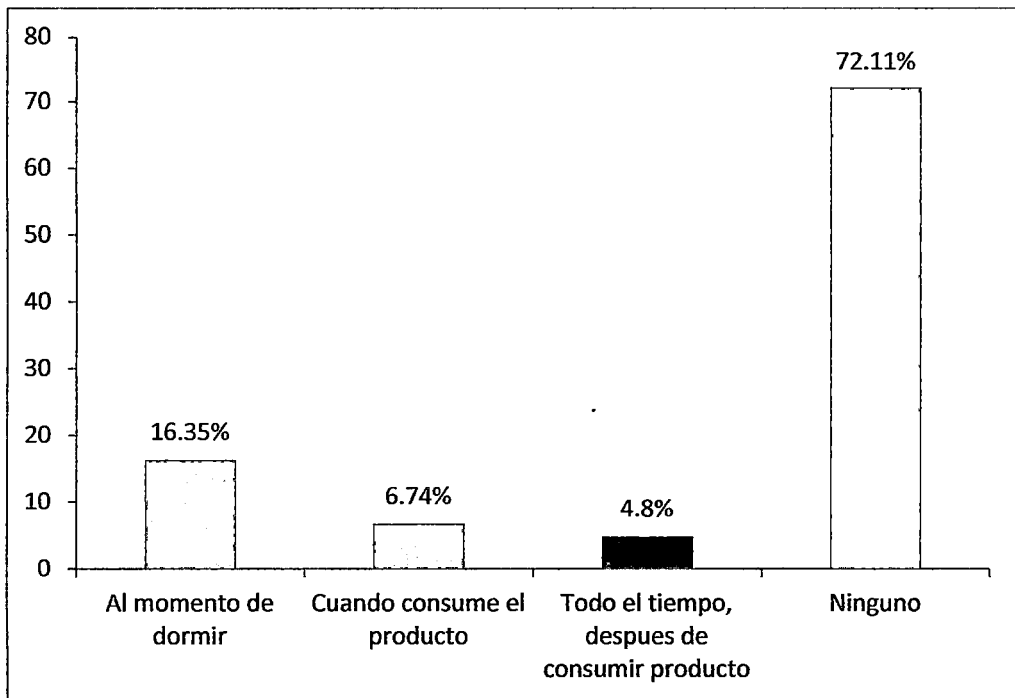


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos indica los resultados sobre; el consumo de alimentos chatarra ocasiona el aumento de peso, teniendo como consecuencia: dificultad para realizar ejercicios el 42.3% el 37.5% no opina, el 16.35% dificultad para respirar y el 3.85% siente ahogos.

GRÁFICO N° 19

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga” Según: el Ítems Las molestias respiratorias lo siente mayormente:

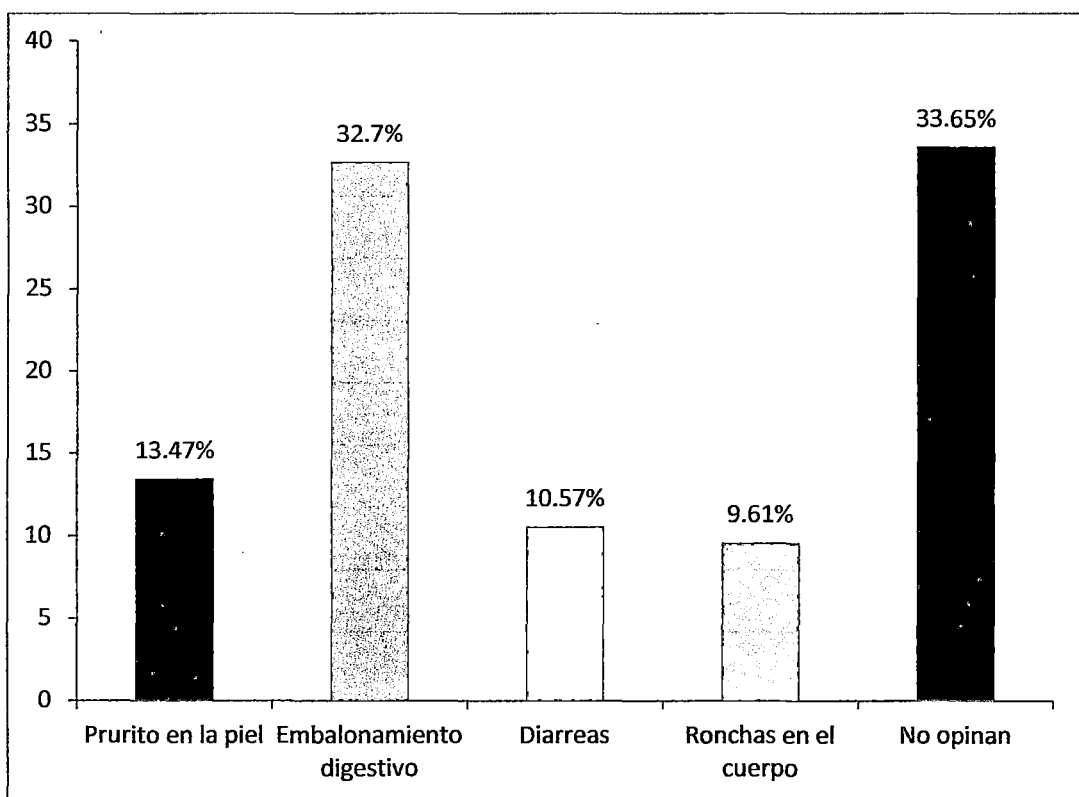


INTERPRETACIÓN:

El grafico indica los resultados sobre el ítems; las molestia respiratorias lo siente mayormente; al momento de dormir el 16.35% el 6.74% cuando consume el producto, el 4.8% todo el tiempo, después de consumir productos chatarra, y el 72.11% no tiene ninguna molestia.

GRÁFICO N° 20

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Después de haber consumido productos chatarra, alguna vez le ha producido:

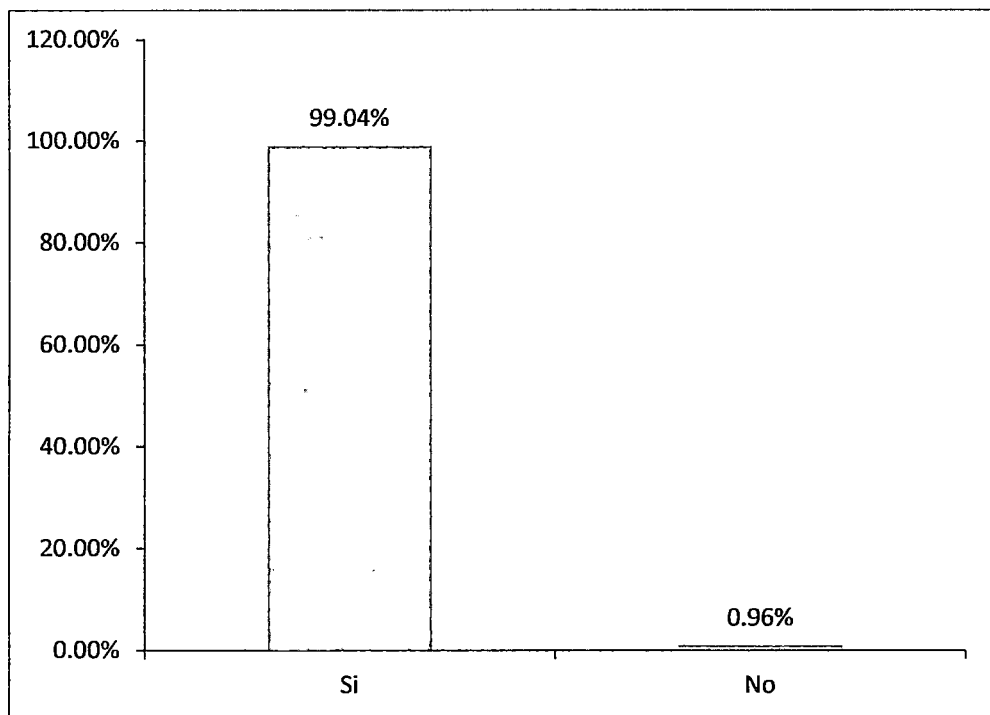


INTERPRETACIÓN:

El gráfico nos muestra los resultados del Ítems; Después de haber consumido productos chatarra, alguna vez le ha producido: Embalonamiento digestivo el 32.7%, el 13.47% prurito en la piel, el 10.57% diarreas, el 9.61% ronchas en el cuerpo. Y el 33.65% no opina.

GRÁFICO N° 21

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Conoce Ud. que los productos chatarra, produce el aumento del colesterol y triglicéridos por las grasas que contienen, produciendo un aumento de peso?

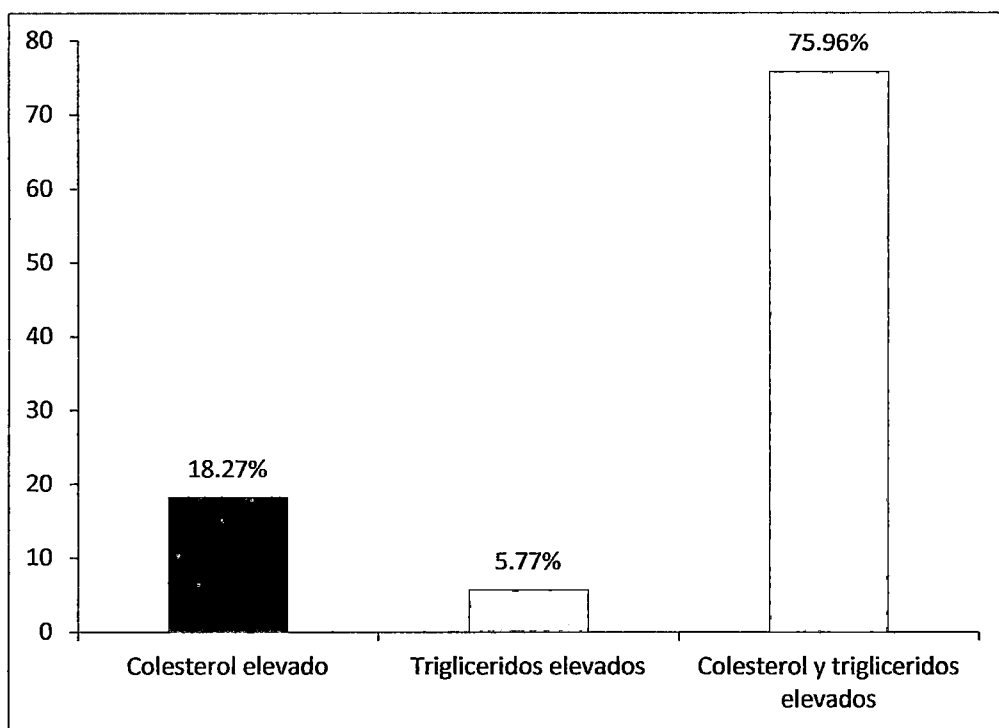


INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra que el 99.04% si conoce que los productos chatarra. Produce el aumento del colesterol y triglicéridos por las grasas que contienen, produciendo un aumento de peso. Y solo el 0.96% no lo sabe.

GRÁFICO N° 22

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Con respecto a la pregunta 18 si su respuesta fue positiva que alteraciones le produce:

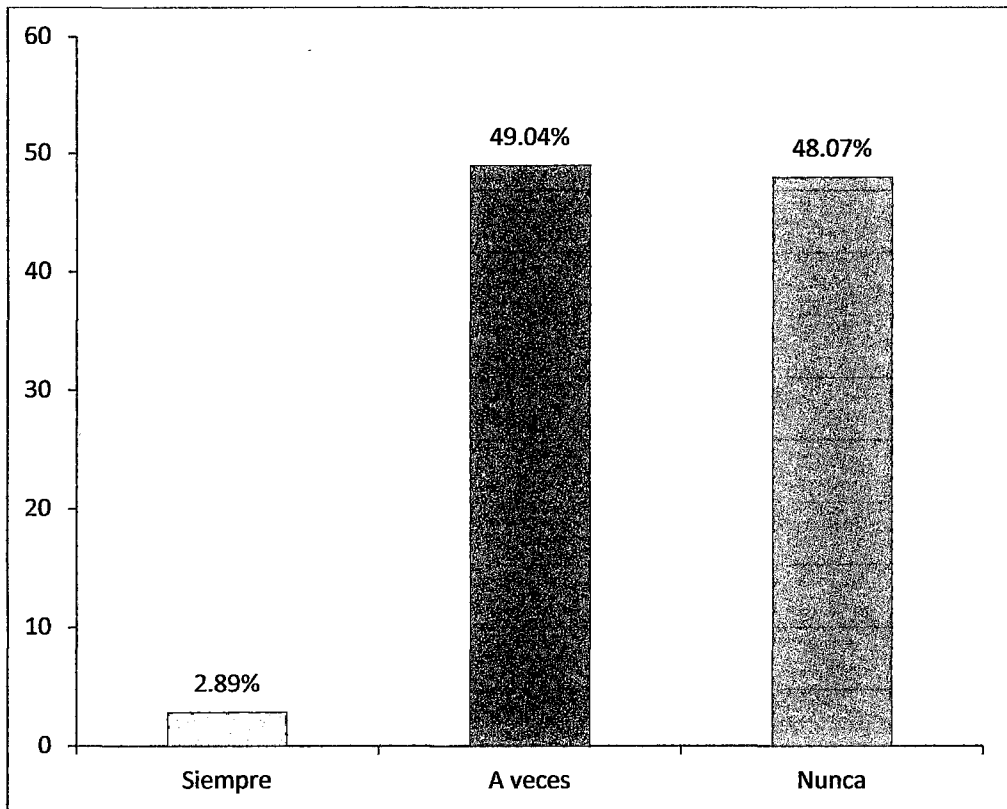


INTERPRTACIÓN:

El grafico no muestra los resultados sobre cuáles son las alteraciones que produce comer comidas chatarras: el 75.98% aumento del colesterol y los triglicéridos, el 18.27% solo el colesterol elevado y el 5.77% solo se elevan los triglicéridos.

GRÁFICO N° 23

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Las gaseosas, refrescos, frugos, Yogurt, son productos que tienen preservantes. ¿Alguna vez te han producido algún malestar?



INTERPRETACIÓN:

El grafico nos muestra los resultados sobre; las gaseosas, refrescos, frugos, yogurt son productos que tienen preservantes ¿Alguna vez te ha producido malestar? A Veces el 49.04%, nunca el 48.07% y siempre solo el 2.89%

DISCUSIÓN

En lo referente al sexo se encontró que predomina el sexo femenino frente al masculino. Si estos resultados los comparamos con los de. Castañeda; JC. Rocha. MG. Ramos, se observa que tanto los hombres como las mujeres tiene el mismo porcentaje. Según L. Quezada, E. Salvatierra, G. Veintimilla: en su trabajo tuvo como resultado que prevalece más el sexo femenino. Estos resultados de L. Quezada son similares al nuestro ya que se realizan ambos en instituciones de educación superior y se realizan en facultades en donde prevalecen las mujeres.

En relación si te alimentas de comida chatarra el 69.23% dijo que si, y además de estos reemplazaba sus alimentos con la comida chatarra el 29.8% respondió que sí, y el 43.27% lo realizaba a veces, y lo comen con una frecuencia de una vez al día el 37.5%, más de 2 veces por semana el 33.5%. Si estos resultados lo comparamos con los de Ma. Alvear; y otros, el 30% comían cuatro o cinco veces al día y 10% una o dos veces. Según O. Poletti. L. Barrios nos dice que estos productos los consumen de siete o más veces por semana. Como se puede apreciar en los trabajos un grupo muy significativo de estudiantes consumen comida chatarra y lo más resaltante es que lo realizan con una frecuencia de cuatro o más veces al día.

También se pudo apreciar que este tipo de comida chatarra lo consumen en el descanso de la mañana y la tarde con un 35.58% y 28.84% respectivamente si estos resultados los comparamos con los de Norry, Gabriel A, en donde dice que el 73% veía T.V o P.C más de 2 horas diarias y el 91% comía durante esta actividad. El 56% no realiza actividades físicas y el 89% no realiza dieta alguna. Como podemos apreciar estos productos son consumidos en cualquier hora del día, y al mismo tiempo no importando la actividad que realicen.

En lo que refiere a que frituras consumes más: los resultados fueron las hamburguesas, pollo broaster, salchipapas, la pizza, este orden es según sus preferencias; Si estos resultados los comparamos con los de L. Contreras; M. Ortiz en donde sus resultados fueron pizzas, hamburguesas, hot dog, sopas instantáneas y frituras. Según O. Poletti. L. Barrios. Donde sus resultados fueron de que el 50% consumía alimentos con alto contenido de grasa, según L. Quezada, E. Salvatierra, G. Veintimilla su resultado dio que un porcentaje significativo consumen comida chatarra. Los resultados fueron similares, esto es en relación a su gusto, sabor y los costos.

En lo referente a las bebidas más consumidas fueron gaseosas, refrescos, frugos y Yogurt, estos resultados son de mayor a menor porcentaje, si estos resultados los comparamos con los de Ma. Alvear; y otros. En donde se obtuvo que consumían; refrescos y jugos enlatados con alta frecuencia y en cantidades importantes 80%, estos productos en su mayoría son acompañados con algún producto de frituras, o golosinas. Como se puede observar los resultados son similares, ya que las preferencias por estos productos mucho intervienen las marcas y propagandas, resultando dañino para la salud.

En lo que se refiere, que el consumo de las comidas chatarras produce algún problema de salud, un porcentaje muy significativo (98.08%) dijo que si lo sabía; y que las molestias de salud eran a nivel del Estómago, piel y vías respiratorias. Si estos resultados los comparamos con los de R. Gutiérrez y otros en donde nos dice que el consumo de comida rápida tuvo un efecto adverso sobre la sibilancia actual y el consumo de golosinas sobre más de tres episodios de sibilancia y síntomas nasales sin gripa o catarro. Según el trabajo de investigación de L. Contreras; M. Ortiz, donde nos muestra que la comida chatarra produce sobrepeso, en el trabajo de investigación de Ma. Alvear; y otros, en donde dice que la población es estudio presento sobrepeso u obesidad y bajo peso. Y por último en el trabajo de O. Poletti. L. Barrios. La población en estudio presentó sobrepeso, obesidad, de igual manera presentó

hipertensión arterial; en el trabajo de Norry, Gabriel A, sus resultados fueron de sobrepeso y riesgo de la misma. Esto nos indica que la comida chatarra produce alteración a nivel de las vías respiratorias, y en mayor frecuencia la obesidad y aumento de peso. Siendo esto un peligro para la salud.

CONCLUSIONES

- ✓ La comida chatarra más consumida por los alumnos del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la UNICA, en relación a las frituras fueron las Hamburguesas, luego el pollo broaster, salchipapas y pizza; en relación a las bebidas, la más consumida son las gaseosas seguidas de refrescos, frugos y por último el yogurt; en lo que son golosinas el más consumido son las galletas con relleno luego están los Piqueos Snax,
- ✓ En lo que se refiere a la salud, lo que más le afecta a los alumnos del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la UNICA es al estómago, luego a la piel y por ultimo a las vías respiratorias, en lo referente al estómago le ocasiona dolor, vomito, diarreas y estreñimiento; en las vías respiratorias le produce dificultad para realizar ejercicios, dificultad para respirar y siente ahogamiento.

RECOMENDACIONES

- ✓ Que, se realicen campañas de salud a todo nivel sobre las consecuencias del consumo de las comidas chatarras, tales como las frituras, gaseosas y golosinas, de igual manera educar a los propietarios de los kioskos, cafetines de las instituciones educativas a todo nivel, que cambien sus productos (comida chatarra) por productos donde contengan mayor cantidad de nutrientes, y sea de acceso a los consumidores.
- ✓ Que, se le incentive a los alumnos a realizar vida activa, como: realizar ejercicios, caminatas, formar grupos de taller de danzas, no solo dentro de las instituciones educativas sino también en sus comunidades, para de esta manera contrarrestar los efectos nocivos de estos productos chatarra, de igual manera realizarse controles médicos periódicos.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. ABCmedicus R. abcmedicus. [Online].; 2009. Available from: <http://www.abcmedicus.com/content/comida-chatarra>.
2. Candelaria JR. Academia.edu. [Online].; 2006. Available from: http://www.academia.edu/4068262/comida_chatarra_para_precentar_manana_para_competencia_con_la_prifesora_alas_7_30_todos_con_terno.
3. Katz SH, Cengag G. es.wikipedia.org. [Online].; 2006 [cited 2014 enero 20. Available from: http://es.wikipedia.org/wiki/Comida_basura.
4. Quesada L, Salvatierra Estefania , Veintimilla Gary. slideshare.ne. [Online].; 2013 [cited 2014 febreo 02. Available from: <http://www.slideshare.net/utmachsnna/proyecto-de-consumo-de-comida-chatarra-final-1>.
5. Rosa Inés Gutiérrez-Delgado MeC, Albino Barraza-Villarreal MeCDeC, María Consuelo Escamilla-Núñez MeC, Maritsa Solano-González Lel, Hortensia Moreno-Macías MeC, Isabelle Romieu MMS. Consumo de alimentos y asma en niños escolares de Cuernavaca. Salud pública Méx. 2009 junio; 51(03).
6. Contreras García LE. Obesidad infantil e ingesta de alimentos chatarra. Riuv. 2006.
7. Castañeda-Sánchez O RDJRAM. Evaluación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de Sonora, México. Archivos en Medicina Familiar. 2008 enero; 10(1).
8. Solís-Días G, Cristina Morán-Álvarez GSD. Consumo alimentario dentro. Med

Inst Mex Seguro Soc. 2013; 51(4).

9. Poletti OH, Barrios L. Obesidad e hipertensión arterial en escolares. Arch Argent Pediatr. 2007; 105(04).

10 Norry GA. ESTADO NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN ADOLESCENTES. Revista de la facultad de medicina. 2007; 08(01).

11 cucho b. es.scribd.com/. [Online].; 2012 [cited 2014 enero 15. Available from: <http://es.scribd.com/doc/49288310/La-Comida-Chatarra-y-sus-Efectos-Negativos-para-la-Salud>.

12 C JS, R FVd. revista chilena de nutricion. [Online].; 2002 [cited 2014 febrero 01. Available from: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182002029100001&script=sci_arttext&lng=en.

ANEXO

ANEXO N°1
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
Alimentos chatarra	Son alimentos con poca cantidad de nutrientes que el cuerpo necesita y con un alto contenido de grasa, azúcar y sal, elementos que el cuerpo puede obtener en exceso con mucha facilidad.	La comida chatarra es consumida por la mayoría de los alumnos de nuestra facultad y en una mayor proporción los del 1° y 2° año, siendo este un problema para la salud, si se consume en exceso	<ul style="list-style-type: none"> * Definición * Clasificación <ul style="list-style-type: none"> • Frituras • Líquidos Químicos • Golosinas 	Alto (16 a 20) Medio (11 a 15) Bajo (0 a 10)
Salud de los estudiante	Es un estado de bienestar físico, mental y social, con capacidad de funcionamiento, y no sólo la ausencia de afecciones o enfermedades	La salud de un estudiante puede definirse como el nivel de eficacia funcional o metabólica de un organismo tanto a nivel micro (celular) como a nivel macro (social).	<ul style="list-style-type: none"> * Digestiva * Respiratoria * Dérmicas * Autoestima * Sobre peso 	Adecuada Inadecuada

PRUEBA DE HIPOTESIS

Prueba de hipótesis para determinar la relación existente entre la Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga” de Ica.
Año 2013-2014

Selección de la Prueba

Utilizaremos la prueba de chi cuadrado relacionando ambas variables

$$X^2 = \sum_{N=1}^K \frac{(f_i - f_e)^2}{f_e}$$

EFECTOS EN LA SALUD	ALIMENTACION CHATARRA				TOTAL	%
	CONSUME		NO CONSUME			
	N°	%	N°	%		
Estomago	50	69.44%	21	65.63%	71	68.26%
Vías Res.	4	5.56%	8	25%	12	11.55%
Piel	18	25%	3	9.37	21	20.19%
Total	72	100%	32	100%	104	100%

GRADO DE LIBERTAD

$V = (\text{Numero de Filas} - 1) (\text{Numero de Columnas} - 1)$

$V = (3 - 1) (2 - 1)$

$V = (2) (1) = 2$

$X^2_{0.05} = 5.99$

CALCULANDO LAS FRECUENCIAS ESPERADAS

$$\frac{(72 \times 71)}{104} = 49.15$$

$$\frac{(32 \times 71)}{104} = 21.84$$

$$\frac{(72 \times 12)}{104} = 8.30$$

$$\frac{(32 \times 12)}{104} = 3.69$$

$$\frac{(72 \times 21)}{104} = 14.53$$

$$\frac{(32 \times 21)}{104} = 6.46$$

FÓRMULA DE X^2_{CAL}

$$X^2_{cal} = \sum \frac{(fo - fe)^2}{fe}$$

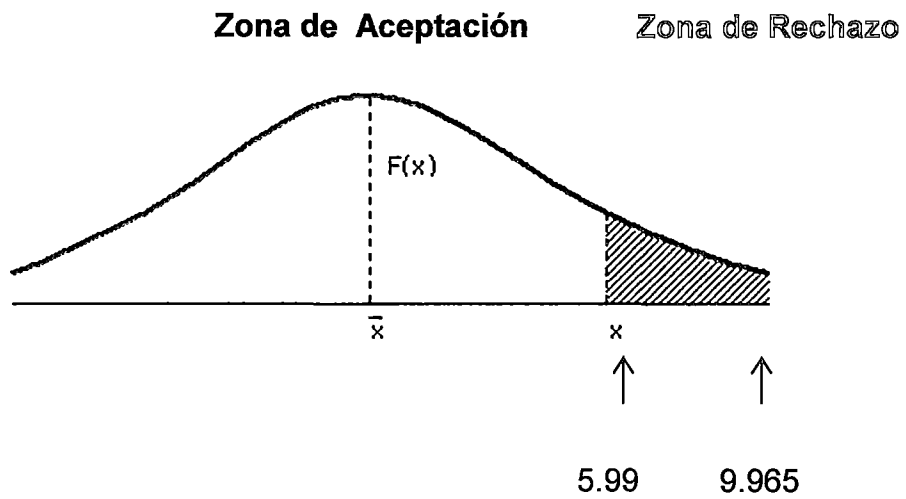
REEMPLAZANDO LA FÓRMULA DE X^2_{CAL}

$$\frac{(50-49.15)^2}{49.15} + \frac{(4-8.30)^2}{8.30} + \frac{(18-14.53)^2}{14.53} + \frac{(21-21.84)^2}{21.84} + \frac{(8-3.69)^2}{3.69} + \frac{(3-6.46)^2}{6.46} =$$

$$0.015+2.22+0.82+0.03+5.03+1.85= 9.965$$

$$X^2_{cal} = 9.965$$

GRAFICO:



Interpretación:

De acuerdo a la gráfica de la curva de Chi Cuadrado (X^2), del chi cuadrado observado es de 9.985, siendo mayor que el Chi esperado que fue de 5.99, a un nivel de significancia de ≤ 0.05 y a 2 grado de libertad, cayendo en la región de rechazo de la hipótesis nula de nuestro trabajo, por lo tanto se acepta.

H1= La Alimentación chatarra tiene efecto en la salud de los Estudiantes del 1° y 2° año académico de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" de Ica en el año 2013-2014

PUNTAJE PARA VALIDAR EL CUESTIONARIO POR LOS EXPERTOS

ITEMS	ESCALA DE VALIDACION			PROMEDIO
	JUECES			
	1	2	3	
1	5	5	5	5
2	5	5	5	5
3	5	5	4	4.66
4	5	5	5	5
5	5	4	4	4.33
6	5	5	5	5
7	5	5	5	5

Distancia de puntos múltiples (DDP)

$$DDP = \sqrt{(x-y_1)^2 + (x-y_2)^2 + \dots + (x-y_7)^2}$$

X = valor máximo en escala para cada ítem

Y = Promedio de cada ítem

$$DDP = \sqrt{(5-5)^2 + (5-5)^2 + (5-4.66)^2 + (5-5)^2 + (5-4.33)^2 + (5-5)^2 + (5-5)^2}$$

$$DDP = \sqrt{(0.4)^2 + (0.7)^2}$$

$$DDP = \sqrt{0.16 + 0.49}$$

$$DDP = \sqrt{0.65}$$

$$DDP = 0.81$$

DISTANCIA MÁXIMA

$$D_{\max} = \sqrt{(X_1 - 1)^2 + (X_2 - 1)^2 + \dots + (X_7 - 1)^2}$$

X = valor máximo en escala para cada ítem

1 = valor mínimo de la escala para cada ítem

$$D_{\max} = \sqrt{(5-1)^2 + (5-1)^2 + (5-1)^2 + (5-1)^2 + (5-1)^2 + (5-1)^2 + (5-1)^2}$$

$$D_{\max} = \sqrt{(4)^2 + (4)^2 + (4)^2 + (4)^2 + (4)^2 + (4)^2 + (4)^2}$$

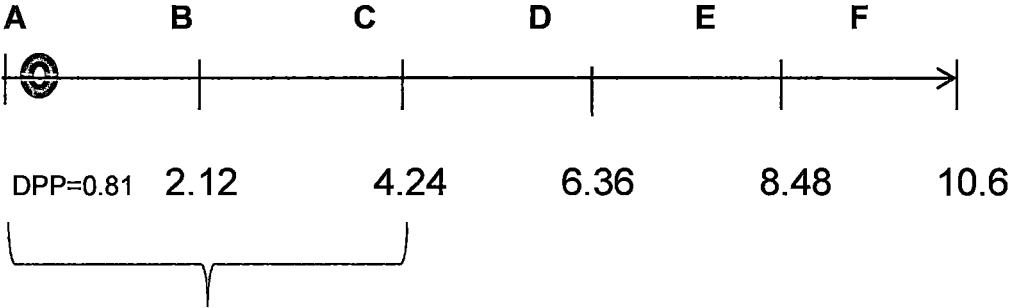
$$D_{\max} = \sqrt{16 + 16 + 16 + 16 + 16 + 16 + 16}$$

$$D_{\max} = \sqrt{112}$$

$$D_{\max} = 10.58$$

$$\text{Intervalo} = \frac{D_{\max.}}{\text{Escala}} = \frac{10.6}{5} = 2.12$$

ESCALA VALORATIVA



Zona aceptable

COEFICIENTE DE CONFIABILIDAD ALFA DE CROMBACH

Formula:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

Dónde:

K: Numero de ítems

S_i^2 = sumatoria de las varianzas de los ítems}

S_t^2 = varianza de la suma de los ítems totales

α = Coeficiente Alfa de Crombach

Consumo de alimentos chatarra

$\alpha = 0.90$

Efectos en la salud

$\alpha = 0.88$

INTERPRETACIÓN:

El estadístico toma valores entre 0.00 – 1.00

Confiabilidad muy baja_ 00 -0.49

Confiabilidad baja: 0.50 – 0.59

Confiabilidad regular: 0.60 -0.69

Confiabilidad aceptable: 0.70 – 0.79

Confiabilidad elevada: 0.80 – 1.00

CUADRO N° 01

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: Ciclo Académico

Ciclo Académico	Frecuencia	Porcentaje
I Ciclo	26	25%
II Ciclo	33	31.73%
III Ciclo	16	15.38%
IV Ciclo	29	27.88%
Total	104	100%

CUADRO N° 02

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: Sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	13	12.5%
Femenino	91	87.5%
Total	104	100%

CUADRO N° 03

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: Edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
> - 18	31	29.8%
18 - 20	68	65.39%
21 - 23	4	3.84%
24 - 26	1	0.97%
27 a +	0	0%
Total	104	100%

CUADRO N° 04

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Para Ud. ¿Cuál es la definición de comida Chatarra?

Para Ud. ¿Cuál es la definición de comida chatarra?	Frecuencia	Porcentaje
A	89	85.58%
B	9	8.65%
C	1	0.97%
D	5	4.8%
Total	104	100

CUADRO N° 05

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Te alimentas de comida chatarra?

Te alimentas de comida chatarra	Frecuencia	Porcentaje
Si	72	69.23%
No	32	30.77%
Total	104	100%

CUADRO N° 06

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Ud. reemplaza sus alimentos con comida Chatarra

Ud. reemplaza sus alimentos con comida chatarra	Frecuencia	Porcentaje
Si	31	29.8%
No	28	26.93%
A veces	45	43.27%
Total	104	100%

CUADRO N° 07

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿En qué momento del día consumes comida rápida o chatarra?

¿En qué momento del día consumes comida rápida o chatarra?	Frecuencia	Porcentaje
En el desayuno	2	1.92%
En el descanso de la mañana	37	35.58%
En el almuerzo	20	19.24%
En el descanso de la tarde	30	28.84%
En la cena	15	14.42%
Total	104	100%

CUADRO N° 08

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Por qué consumes comidas chatarras?

¿Por qué consumes comidas chatarras?	Frecuencia	Porcentaje
Por la marca	3	2.89%
Por falta de tiempo de cocinar	25	24.03%
Porque no hay otra cosa que comer	36	34.61%
Por falta de tiempo de regresar a la casa a almorzar	40	38.47%
Total	104	100%

CUADRO N° 09

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga” Según: el Ítems ¿Las frituras que consumes con mayor frecuencia son?

¿Las frituras que consumes con mayor frecuencia son?	Frecuencia	Porcentaje
Hamburguesas	46	44.23%
Salchipapas	13	12.5%
Pizza	12	11.54%
Pollo broaster	20	19.23%
Otros	13	12.5%
Total	104	100%

CUADRO N° 10

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga” Según: el Ítems ¿Estas frituras mayormente las acompañas con?

¿Estas frituras mayormente las acompañas con?	Frecuencia	Porcentaje
Gaseosas	60	57.7%
Refrescos	22	21.15%
Frugos	13	12.5%
Yogurt	9	8.65%
Total	104	100%

CUADRO N° 11

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿En el refrigerio de la mañana y/o tarde Ud. consume?

¿En el refrigerio de la mañana y/o tarde Ud. Consume?	Frecuencia	Porcentaje
Chizitos	2	1.92%
Galletas con relleno	60	57.7%
Cheese tris	3	2.89%
Chupetines	8	7.7%
Piqueos Snax	31	29.79%
Total	104	100%

CUADRO N° 12

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Con respecto a las preguntas 6,7 y 8 diga Ud. ¿Cuántas veces consume estos productos?

Con respecto a la pregunta 6,7 y 8 diga Ud. ¿Cuántas veces consume estos productos?	Frecuencia	Porcentaje
1 vez al día	39	37.5%
1 vez a la semana	22	21.15%
Más de 2 veces por semana	35	33.65%
Todos los días	8	7.7%
Total	104	100%

CUADRO N° 13

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems En caso de que haya elegido todos los días en la interrogante 9 ¿Cuántas veces al día las consume?

En caso de que haya elegido todos los días en la interrogante 9, ¿Cuántas veces al día las consume?	Frecuencia	Porcentaje
1 vez al día	18	17.3%
2 veces al día	4	3.84%
Más de 2 veces al día	3	2.89%
No opinan	79	75.97%
Total	104	100%

CUADRO N° 14

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Sabía Ud. que el exceso de este tipo de alimento puede provocar problemas en su salud?

¿Sabía usted que el exceso de este tipo de alimento puede provocar problemas en su salud?	Frecuencia	Porcentaje
Si	102	98.08%
No	2	1.92%
Total	104	100%

CUADRO N° 15

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Siente algún tipo de malestar por el consumo de comida chatarra?

¿Siente algún tipo de malestar por el consumo de comida chatarra?	Frecuencia	Porcentaje
A veces	68	65.39%
Siempre	1	0.96%
Nunca	35	33.65%
Total	104	100%

CUADRO N° 16

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Cuándo consume alguno de estos productos chatarra, observa Ud. alguna molestia en:

Cuándo consume alguno de estos productos chatarra, observa Ud. alguna molestia en	Frecuencia	Porcentaje
Estómago	71	68.26.73%
Vías Respiratorias	12	11.54%
Piel	21	20.2%
Total	104	100%

CUADRO N° 17

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga” Según: el Ítems El malestar a nivel del estómago, se presenta con:

El malestar a nivel del estómago, se presentan con	Frecuencia	Porcentaje
Dolor de estomago	52	50%
Vómitos	7	6.73%
Diarreas	7	6.73%
Estreñimiento	7	6.73%
No sienten	31	29.81%
Total	104	100%

CUADRO N° 18

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga” Según: el Ítems ¿El consumo de alimentos chatarra ocasiona el aumento de peso, teniendo como consecuencia?

¿El consumo de alimentos chatarra ocasiona el aumento de peso, teniendo como consecuencia?	Frecuencia	Porcentaje
Dificultad para respirar	17	16.35%
Siente ahogos	4	3.85%
Dificultad para realizar ejercicios	44	42.3%
No opinan	39	37.5%
Total	104	100%

CUADRO N° 19

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Las molestias respiratorias lo siente mayormente:

Las molestias respiratorias lo sienten mayormente:	Frecuencia	Porcentaje
Al momento de dormir	17	16.35%
Cuando consume el producto	7	6.74%
Todo el tiempo, después de consumir producto	5	4.8%
Ninguno	75	72.11%
Total	104	100%

CUADRO N° 20

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Después de haber consumido productos chatarra, alguna vez le ha producido:

Después de haber consumido productos chatarra, alguna vez le ha producido:	Frecuencia	Porcentaje
Prurito en la piel	14	13.47%
Embalonamiento digestivo	34	32.7%
Diarreas	11	10.57%
Ronchas en el cuerpo	10	9.61%
No opinan	35	33.65%
Total	104	100%

CUADRO N° 21

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems ¿Conoce Ud. que los productos chatarra, produce el aumento del colesterol y triglicéridos por las grasas que contienen, produciendo un aumento de peso?

¿Conoce Ud. que los productos chatarra, produce el aumento del colesterol y triglicéridos por las grasas que contienen; produciendo un aumento de peso?	Frecuencia	Porcentaje
Si	103	99.04%
No	1	0.96%
Total	104	100%

CUADRO N° 22

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Con respecto a la pregunta 18 si su respuesta fue positiva que alteraciones le produce:

Con respecto a la pregunta 18, si su respuesta fue positiva que alteraciones le produce:	Frecuencia	Porcentaje
Colesterol elevado	19	18.27%
Triglicéridos elevados	6	5.77%
Colesterol y triglicéridos elevados	79	75.96%
Total	104	100%

CUADRO N° 23

Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" Según: el Ítems Las gaseosas, refrescos, frugos, Yogurt, son productos que tienen preservantes. ¿Alguna vez te han producido algún malestar?

¿Las gaseosas, refrescos, frugos, yogurt, son productos que tienen preservantes, alguna vez te han producido algún malestar?	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	2.89%
A veces	51	49.04%
Nunca	50	48.07%
Total	104	100%

ANEXO N° 2

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA DE ICA FACULTAD DE ENFERMERIA

FICHA DE RECOLECCION DE DATOS

Hola estamos realizando nuestra Tesis sobre la "Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1°Y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga "de Ica, año 2013-2014". Tu opinión es muy importante para nosotros.

I. DATOS GENERALES

1. Ciclo:.....

2. Sexo:

a) Femenino ()

b) Masculino ()

3. Edad:

a) Menor de 18 ()

b) De 18 A 20 ()

c) De 21 A 23 ()

d) De 24 A 26 ()

e) Mayor de 27 ()

4. Estado Civil:

a) Soltero

b) Casado

c) Conviviente

d) Separado

5. Peso:kg.

6. Talla:cm.

II. ALIMENTACION CHATARRA

1. Para Ud. ¿cuál es la definición de comida Chatarra?, marque con una X.
 - a) Son alimentos con poca cantidad de nutrientes que el cuerpo necesita y con un alto contenido de grasa, azúcar y sal.
 - b) Son alimentos con alta cantidad de nutrientes que el cuerpo necesita y con bajo contenido de grasa, azúcar y sal.
 - c) Son alimentos que contienen nutrientes como carbohidratos, vitaminas, minerales, agua.
 - d) Son alimentos que contienen nutrientes como vitaminas, proteínas, minerales, agua.

2. ¿Te alimentas de comida chatarra?
 - a) Si
 - b) No

3. Ud. reemplaza sus alimentos (desayuno, almuerzo, cena) con alimentos chatarra.
 - a) Si
 - b) No
 - c) A veces

4. ¿En qué momento del día consumes comida rápida o chatarra?
 - a) En el desayuno
 - b) En el descanso de la mañana
 - c) En el almuerzo
 - d) En el descanso de la tarde
 - e) En la cena.

5. ¿Por qué consumes comidas chatarras?
 - a) Por la marca
 - b) Por falta de tiempo de cocinar
 - c) Por qué no hay otra cosa que comer
 - d) Por falta de tiempo de regresar a la casa a almorzar.

6. ¿Las frituras que consumes con mayor frecuencia son?
 - a) Hamburguesas
 - b) salchipapas
 - c) Pizza
 - d) Pollo broaster
 - e) Otros.....

7. ¿Estas frituras mayormente las acompañas con?
- Gaseosas
 - Refrescos
 - Frugos
 - Yogurt.
8. ¿En el refrigerio de la mañana y/o tarde Ud. Consume?
- Chizitos
 - Galletas con relleno
 - Cheese tris
 - Chupetines
 - Piqueos Snax.
9. Con respecto a la pregunta 6,7 y 8 diga Ud. ¿Cuántas veces consume estos productos?
- 1 vez al día
 - 1 vez a la semana
 - Más de 2 veces por semana
 - Todos los días.
10. En caso de que haya elegido todos los días en la interrogante 9, ¿cuántas veces al día las consume?
- 1 vez al día
 - 2 veces al día
 - Más de 2 veces al día.
 - Ninguna
11. ¿Sabía usted que el exceso de este tipo de alimento puede provocar problemas en su salud?
- Si
 - No.
12. ¿Siente algún tipo de malestar por el consumo de comida chatarra?
- Á veces
 - Siempre
 - Nunca.
13. ¿Cuándo consume alguno de estos productos chatarra, observa Ud. alguna molestia en?
- Estómago
 - Vías respiratorias
 - Piel

14. ¿El malestar a nivel del estómago, se presentan con?
- a) Dolor de estómago
 - b) Vómitos
 - c) Diarreas
 - d) Estreñimiento
 - e) Ninguna.
15. ¿El consumo de alimentos chatarra ocasiona el aumento de peso, teniendo como consecuencia?
- a) Dificultad para respirar
 - b) Siente ahogos
 - c) Dificultad para realizar ejercicios
 - d) Ninguna.
16. ¿Las molestias respiratorias lo siente mayormente?
- a) Al momento de dormir
 - b) Cuando consume el producto
 - c) Todo el tiempo, después de consumir el producto
 - d) Ninguna.
17. Después de haber consumido productos chatarra, alguna vez le ha producido:
- a) Prurito en la piel
 - b) Embalonamiento de estomago.
 - c) Diarreas
 - d) Ronchas en el cuerpo.
 - e) Ninguna.
18. ¿Conoce Ud. qué los productos chatarra, produce el aumento del colesterol y triglicéridos por las grasas que contienen; produciendo un aumento de peso?
- a) Si
 - b) No.
19. Con respecto a la pregunta 18, si su respuesta fue positiva que alteraciones le produce:
- a) Colesterol elevado
 - b) Triglicéridos elevados
 - c) Colesterol y triglicéridos elevados.

20 ¿Las gaseosas, refrescos, Frugos, yogurt, son productos que tienen preservantes, alguna vez te han producido algún malestar?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca.