

# Habitos y costumbres alimentarias de los estudiantes de la carrera de nutrición y gastronomía de la universidad Le Cordon Bleu Perú

“Food habits and customs of students the career of nutrition and gastronomy of the university Le Cordon Bleu Peru”

---

<sup>1</sup>Stalein Jackson Támara T<sup>a</sup>, <sup>2</sup>Nelly Norma Tamariz Grados<sup>b</sup>, <sup>1</sup>Nicolas Blondet C,  
<sup>1</sup>Yrene del Campo T, <sup>1</sup>JeanGarcía F, <sup>1</sup>Gladys Heredia P

---

Recibido, diciembre 2014  
Aceptado, abril 2015

## RESUMEN

En el presente trabajo de investigación se midieron los índices de masas corporales (IMC) y se conocieron los hábitos y costumbres alimentarias de los estudiantes de las carreras profesionales de Nutrición y Gastronomía de la Universidad Le Cordon Bleu Perú. Se tuvo como objetivo principal realizar una comparación entre los estilos de vida alimentaria de los estudiantes para ello se tomó dos muestras de 12 estudiantes por carrera y se aplicaron las pruebas de Kolmogorov para determinar si las distribuciones son normales en las muestras, se aplicó la prueba Pearson para determinar la correlación entre las variables y por último se aplicaron las pruebas de Chi Cuadrado y Spearman para medir la independencia de las variables los resultados finales fueron que no hay relación entre los estilos de vida de los estudiantes de ambas carreras pero existe una tendencia que los estudiantes de nutrición tienen mejor costumbre y hábito alimentario que los estudiantes de gastronomía.

**Palabras claves:** Hábitos y Costumbres Alimentarias; Índice de Masa Corporal.

<sup>1</sup> Universidad Le Cordon Bleu Perú - Lima

<sup>2</sup> Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho

<sup>a</sup> Lic. Matemática Aplicada, <sup>b</sup> Lic. Bromatología y Nutrición

## ABSTRACT

In the present research of body mass index (BMI) were measured and food habits and practices of students in the careers of Nutrition and Food, University Le Cordon Bleu Peru met. It's main objective was to make a comparison between food life style of students to do two samples of 12 students took career Kolmogorov and were applied to determine whether the distributions are normal in the samples, the test was applied Pearson to determine the correlation between variables and finally the Chi square and Spearman were applied to measure the independent variables were the final results no relationship between the lifestyles of students of both races but there is a tendency students have better nutrition food habit and habit that students cuisine.

**Key words:** Dietary Habits and Customs; Body Mass Index.

## INTRODUCCIÓN

La dieta es una de los componentes de los estilos de vida que ejerce una mayor influencia sobre la salud, determinado de forma decisiva el desarrollo físico y el crecimiento, la reproducción y el rendimiento físico e intelectual. (Fernandez – Crehuet J, Pinedo A, 1988, pg. 250 a 260).

Los adolescentes no sólo están madurando físicamente, sino también desde el punto de vista cognitivo si psicosocial. Andan en busca de una identidad tratan de lograr independencia y aceptación y se preocupan por su aspecto. Las comidas regulares, los refrigerios, el tomar alimentos fuera de su casa, el seguir patrones alimentarios alternativos caracterizan a los hábitos alimentarios de este grupo de edad. Tales hábitos están sujetos a la influencia de familia, compañeros y medios masivos. (Mahank, Escott–StumpS, 1999, pg. 288 a 289)

Los estudiantes universitarios conforman un grupo juvenil con estilo de vida propio y diferenciado del resto de jóvenes. Estilo de vida es un conjunto de patrones que estructuran la organización temporal, el sistema social de relaciones y las pautas de consumo y/o actividades (culturales y de ocio). (Rodríguez, S. Julio y Agulló T.

Esteban, 1999, pg. 247 a 259).

Uno de los principales problemas es la crisis alimentaria mundial que acompañado de los malos hábitos alimentarios, no solo producen déficit nutricional por defecto, sino por exceso también, en dependencias del alimento seleccionado, lo que repercute en enfermedades no transmisibles tales como: enfermedades cardiovasculares, Diabetes Mellitus, Hipertensión Arterial, Obesidad, Osteoporosis, y algunos tipos de cáncer entre otros. Todo esto como consecuencia en gran parte del desequilibrio en el consumo de alimentos.

En Sudamérica, Perú es el segundo país que presenta mayor cantidad de pobladores con sobrepeso, esto se debe a los malos hábitos alimenticios y que, es un país que presenta una gastronomía megadiversa, producto básicamente de la influencia de dos culturas, el antiguo Perú y la española, aque esto se añade la de los inmigrantes, por lo que es acogida en todos los niveles.

En el 2007, Monge realiza estudios en 39 internos de una Facultad de Medicina y halla un limitado consumo de frutas, lácteos, huevos, y poca ingesta de líquidos durante

el día, sólo el 41% tiene hábitos alimentarios adecuados, el 85% presenta un IMC normal; y no encuentra relación entre hábitos alimentarios e IMC. (Monge J, 2007).

El siguiente trabajo tiene como finalidad brindar información si existe relación entre las costumbres y hábitos alimentarios de los estudiantes de las carreras profesionales de Nutrición y Gastronomía en la Universidad Le Cordon Bleu y determinar la relación de las costumbres y hábitos alimentarios de los estudiantes de la carrera profesional de Nutrición con los estudiantes de la carrera profesional de gastronomía de la Universidad Le Cordon Bleu Perú.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

**Participantes:** La investigación se realice dentro de la Universidad Le Cordon Bleu Lima, con los alumnos matriculados en el ciclo 2014-II

**Tipo de Estudio:** La investigación es del tipo Correlacional - Descriptivo

**Muestra:** Consiste de dos grupos de 12 estudiantes por carrera para medir sus relaciones.

**Instrumentos de Recolección de la Información:**

**Ficha Técnica:** Para medir su edad, peso, talla, IMC.

**Cuestionario:** Para conocer sus costumbres y hábitos alimentarios.

**Análisis documental:** Este instrument nos permitirá obtener información sobre el efecto de la nutrición y el estado de salud de los estudiantes.

### **Procedimientos:**

1. Formular el cuestionario
2. Validación de los cuestionarios.
3. Aplicación de la prueba piloto.
4. Determinación del estado nutricional de los alumnos según estándares de la OMS.
5. Aplicación de las encuestas a los estudiantes seleccionados aleatoriamente de las carreras profesionales de Nutrición y Gastronomía.

### **Técnicas de Análisis y Procedimiento de datos**

Para el análisis estadístico se utilizará el software estadístico SPSS con licencia de prueba y el programa Microsoft Excel con los cuales se calcularán los siguientes estadísticos: Moda, Desviación Estándar, Varianza, la prueba de Kolmogorov Smirnov para verificar la distribución normal, la prueba T-Student (T), correlación lineal, la prueba "Chi Cuadrada", y la prueba de Spearman para el logro de los objetivos.

**Figura 01: Toma de medidas**



**RESULTADOS**

HIP 01: Existe Relación en las costumbres (IMC) en los estudiantes de Nutrición y alimentarias con su Índice de Masa Corporal Gastronomía.

**TABLA 1. Relación Costumbres Alimentarias – Estado Nutricional**

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson (Estudiantes Nutrición)	0,099	1	0,753
Chi-cuadrado de Pearson (Estudiantes Gastronomía)	0,889	2	0,641

HIP. 02: Existe relación entre los hábitos (IMC) en los estudiantes de Nutrición y alimentarios y el Índice de Masa Corporal Gastronomía

**TABLA 2. Relación Hábitos Alimentarios – Estado Nutricional**

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson (Estudiantes Nutrición)	1,527	1	0,217
Chi-cuadrado de Pearson (Estudiantes Gastronomía)	0,343	2	0,842

HIP 03: Los Estados Nutricionales de los estudiantes de Nutrición y Gastronomía son Iguales.

**TABLA 3. Prueba de muestras relacionadas**

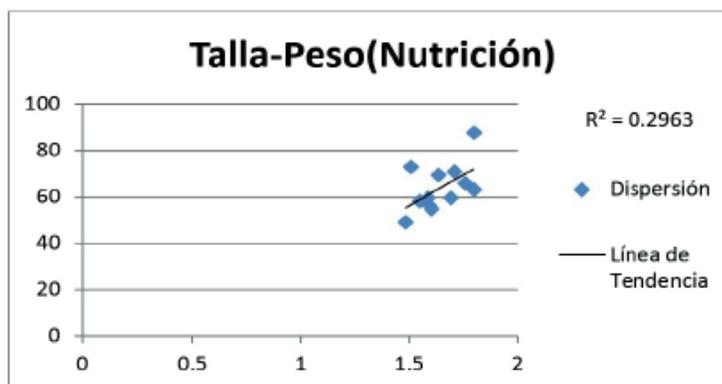
Diferencias relacionadas		t	gl	Sig. (bilateral)
95% Intervalo de confianza para la diferencia				
Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior
-5,18973	,73973	-1,652	11	,127

HIP 04: Existe correlación entre las Tallas y los IMC de los estudiantes de las carreras de Nutrición y Gastronomía.

**TABLA 4. Correlaciones - Estudiantes de Nutrición**

Rho de Spearman	PESO	TALLA	PESO	TALLA
		Coefficiente de correlación	1,000	,494
		Sig. (bilateral)	.	,103
	TALLA	Coefficiente de correlación	,494	1,000
		Sig. (bilateral)	,103	.
		N	12	12

**Figura 2. Diagrama de Dispersión**



**TABLA 5. Correlaciones - Estudiantes de Gastronomía**

		PESO	TALLA
PESO	Correlación de Pearson	1	,712
	Sig. (bilateral)		,009
TALLA	Correlación de Pearson	,712	1
	Sig. (bilateral)	,009	
	N	12	12

## DISCUSIÓN

HIP 01: Existe Relación en las costumbres alimentarias con su Índice de Masa Corporal (IMC) en los estudiantes de Nutrición y Gastronomía.

La tabla 1 nos indica que no existe una relación entre las costumbres alimentarias con el índice de masa corporal, para los estudiantes de las carreras de Nutrición y Gastronomía, esto se comprueba con la prueba de Chi cuadrado cuyo  $>0.05$ ) lo cual indica que se rechaza la relación.

HIP 02: Existe relación entre los hábitos alimentarios y el Índice de Masa Corporal (IMC) en los estudiantes de Nutrición y Gastronomía, esto se comprueba con la prueba de Chi cuadrado cuyo  $>0.05$ ) lo cual indica que se rechaza la relación.

HIP 03: Los Estados Nutricionales de los estudiantes de Nutrición y Gastronomía son Iguales.

La prueba de significancia vista en la table 3 con(  $>0.05$ ) nos indica que los estados nutricional es de los estudiantes de la carrera de Nutrición respecto a la carrera de Gastronomía son diferentes.

HIP04: Existe correlación entre las Tallas y los IMC de los estudiantes de las carreras de Nutrición y Gastronomía.

De acuerdo a las tabla 4 la prueba de  $>0.05$ , nos indican que no existe correlación entre la talla y el IMC de los estudiantes de Nutrición.

De acuerdo alas tabla 5 la prueba de significancia  $<0.05$ , nos indican que existe correlación entre la talla y el IMC de los estudiantes de Gastronomía.

## CONCLUSIONES

•A pesar que las observaciones indiquen que los hábitos y costumbres alimentarias aparenten tener relación con los estados nutricionales, no necesariamente tiene que guardar relación, esto puede ser ocasionado por efectos hormonales, el estado fisiológico presentes en las personas.

•Los IMC de los estudiantes de la carrera profesional de Nutrición tienden a ser mejores que los estudiantes de la carrera de Gastronomía, causa de ello es que los

Estudiantes de gastronomía están en contacto la mayor parte del tiempo con los alimentos.

•A pesar que los IMC de los estudiantes de Nutrición indiquen un mayor estado nutricional que los estudiantes de gastronomía, no existe relación entre su talla y peso, en cambio para los estudiantes de gastronomía la relación es fuerte.

## AGRADECIMIENTOS

Un agradecimiento especial a los estudiantes de Gastronomía y Nutrición de la Universidad Le Cordon Bleu por su colaboración en la Investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Fernandez – Crehuet J, Pinedo A (1988). Alimentación, Nutrición y Salud Pública. Salvat Editores SA,; 250 – 260. Barcelona España.

Mahan K, Escott – Stump S. (1999) Nutrición y dietoterapia de Krause. Editorial Mc Graw hill. 10ª Edición. 288 – 289. México.

Rodríguez, S. Julio y Agulló T. Esteban (1999). "Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de

los Estudiantes Universitarios". *Psicothema*  
Vol. 11, Nº 2, pp. 247-259. Obiedo-España.

Monge J. (2007). Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal de los internos de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Tesis para optar el grado de Licenciada en Enfermería, UNMSM. Perú.

### **CORRESPONDENCIA**

Stalein Jackson Támara  
stalein.tamara@ulcb.edu.pe