

DOI: <https://doi.org/10.47300/actasidi-unicyt-2025-78>

FACTORES QUE DETERMINAN EL ESTABLECIMIENTO DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER, TERCER Y SEXTO SEMESTRE DE LA CARRERA DE CONTADURÍA EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN GUADALAJARA, JALISCO.

Preciado Pérez Samantha Michelle

Centro Universitario UTEG; Licenciatura en nutrición
Guadalajara, México

021230026@alumnos.uteg.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-7885-9711>

Fernández Ruvalcaba Andrea Gabriela

Centro Universitario UTEG; Licenciatura en nutrición
Guadalajara, México

071180435@alumnos.uteg.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-1551-5944>

Jiménez Naves Emilio

Centro Universitario UTEG; Licenciatura en nutrición
Guadalajara México

003190092@alumnos.uteg.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-8399-4034>

Estrada Contreras Karla Elizabeth

Centro Universitario UTEG; Licenciatura en nutrición
Jalisco, México

kestrada@uteg.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9125-983X>

RESUMEN

Introducción: La etapa universitaria constituye un periodo decisivo en la formación de hábitos alimentarios, donde la carga académica, el tiempo limitado, las restricciones económicas y la escasa formación nutricional favorecen conductas inadecuadas que repercuten negativamente en la salud y el bienestar estudiantil. Objetivo: Determinar los factores que establecen hábitos alimentarios de los estudiantes universitarios de contaduría en una universidad privada. Material y Métodos: Estudio descriptivo-transversal y correlacional. Muestra a conveniencia. Instrumento: Cuestionario de factores sobre hábitos alimentarios, donde influencia negativa (F1.Economico <2 ptos, F2.Social <4 ptos, F3.Cultural <8 ptos, F4.Academico <4 ptos), aplicado mediante google forms. Análisis estadísticos descriptivos y correlación de Spearman. Resultados: n51, 51% hombres, 49% mujeres, medias: 20.79 años (D.E. 1.60), rango 18-25 años. Se presento una influencia positiva para los factores económico (11.34%), culturales (40%), sociales (25.71%) y académicos (22.85%) predominantemente en el grupo de 20-24 años, lo que sugiere que en

esta etapa, las limitaciones económicas tienen menor peso. Se observó correlación positiva moderada significativa entre la edad y grado académico (ρ 0.438), entre la interpretación cultural y académica (ρ 0.566) así como una correlación negativa baja significativa entre edad e interpretación cultural (ρ -0.366). Conclusión: Los hallazgos muestran que los hábitos alimentarios de los estudiantes no dependen únicamente de elecciones individuales, sino que se encuentran determinados principalmente por factores culturales, seguidos de los sociales y académicos, los cuales en conjunto moldean sus prácticas de alimentación, mientras que los económicos determinan sus posibilidades de mantener un estilo de vida saludable.

Palabras clave: Estudiantes universitarios, factores culturales, factores económicos, factores socioeconómicos, hábitos alimentarios.

ABSTRACT

Introduction: The university stage constitutes a decisive period for the formation of eating habits, where academic workload, limited time, economic restrictions, and insufficient nutritional education often lead to inadequate behaviors that negatively affect students' health and well-being. **Objective:** To determine the factors influencing the eating habits of accounting students at a private university. **Materials and Methods:** Descriptive, cross-sectional, and correlational study. Convenience sampling was used. Instrument: Questionnaire on factors associated with eating habits, where negative influence was defined as F1. Economic <2 points, F2. Social <4 points, F3. Cultural <8 points, and F4. Academic <4 points, administered through Google Forms. Statistical analysis included descriptive statistics and Spearman correlation. **Results:** n51; 51% male, 49% female; mean age = 20.79 years (SD = 1.60), range 18–25 years. Positive influence was observed for economic (11.34%), cultural (40%), social (25.71%), and academic (22.85%) factors, predominantly among the 20–24 age group, suggesting that economic limitations carry less weight at this stage. A significant moderate positive correlation was found between age and academic level (ρ = 0.438), as well as between cultural and academic interpretation (ρ = 0.566). A significant low negative correlation was observed between age and cultural interpretation (ρ = -0.366). **Conclusion:** The findings indicate that the eating habits of university students are not solely determined by individual choices, but are primarily shaped by cultural factors, followed by social and academic ones, which together influence their dietary practices. In contrast, economic factors play a more determinant role in defining students' ability to sustain a healthy lifestyle.

Keywords: Cultural factors, dietary habits, economic factors, socioeconomic factors, university students.

1. INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, la alimentación ha pasado de ser una necesidad biológica a convertirse en un fenómeno profundamente condicionado por factores sociales, culturales, económicas y psicológicos. En el plano social, influyen las dinámicas con amigos y familiares que moldean las elecciones de alimentos; en el cultural, las tradiciones y tendencias actuales definen lo que se considera aceptable o deseable consumir; en el económico, el poder adquisitivo determina la calidad y variedad de los alimentos a los que se accede; y en el psicológico, el estrés y la presión académica impactan en el apetito y en la organización de los horarios de comida. En conjunto, estos factores explican por qué, aun con conocimientos sobre alimentación saludable, los estudiantes enfrentan barreras que dificultan mantener prácticas adecuadas de forma constante.

La etapa universitaria, por sus características particulares, representa un momento clave en la formación de hábitos alimentarios. es durante esta fase que muchos jóvenes, por primera vez, asumen la responsabilidad de sus decisiones cotidianas, entre ellas, la manera en que se alimentan sin embargo, este nuevo nivel de autonomía no siempre se acompaña de una

adecuada formación o conciencia sobre la importancia de una dieta equilibrada, lo que da lugar a prácticas alimenticias deficientes que, con el tiempo, pueden generar consecuencias en la salud física, emocional y académica.

Investigaciones realizadas en universidades en Latinoamérica han demostrado que los estudiantes universitarios presentan una serie de patrones alimenticios poco saludables, entre los que se incluyen el consumo excesivo de alimentos procesados, el alto consumo de bebidas azucaradas, la omisión de comidas (especialmente el desayuno), la baja ingesta de frutas y verduras, y la preferencia por alimentos de bajo valor nutricional debido a su bajo costo o fácil acceso. Estas prácticas alimentarias están directamente relacionadas con el desarrollo de enfermedades no transmisibles como la obesidad, la hipertensión, la diabetes tipo 2 y diversas alteraciones metabólicas. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), tres de los siete principales factores de riesgo de mortalidad prematura están asociados directamente con la alimentación inadecuada. En el contexto mexicano, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 ha documentado un preocupante aumento del 41% en los índices de sobrepeso y obesidad entre la población joven; lo alarmante es que esta problemática no solo se presenta con relación a la edad, sino también en el factor académico, donde se esperaría un mayor nivel académico, mayor nivel de conciencia respecto a los hábitos saludables. Este dato cuestiona la idea de que el conocimiento es por sí solo suficiente para garantizar prácticas de autocuidado, y nos obliga a considerar otros factores que pueden estar incidiendo en los hábitos alimentarios de los estudiantes universitarios (Maza-Ávila et al., 2022; Sosa, 2019).

El presente estudio se enfoca específicamente en los estudiantes de la carrera de Contaduría de una universidad privada en Guadalajara, Jalisco. Esta población, aunque representa una parte considerable del estudiantado universitario, ha sido poco atendida en investigaciones relacionadas con la salud alimentaria. A diferencia de los estudiantes de carreras afines a la salud, los futuros contadores no reciben formación sobre nutrición, estilos de vida saludables o autocuidado, lo que los coloca en una posición de vulnerabilidad frente a la desinformación y a la adopción de prácticas poco saludables además, la exigencia académica, los horarios extendidos y el estrés que genera su formación pueden influir en sus decisiones alimentarias, privilegiando la rapidez, la accesibilidad y el bajo costo sobre la calidad nutricional.

Este trabajo se propone analizar los factores que influyen en la formación de los hábitos alimentarios de estudiantes de primer, tercer y sexto semestre de la carrera de Contaduría. El estudio parte de la hipótesis de que estos hábitos están determinados por una combinación de factores económicos, sociales, culturales y personales, y no únicamente por el conocimiento sobre nutrición.

Desde una perspectiva social y educativa, esta investigación se justifica plenamente. Los resultados podrán ser utilizados por las instituciones educativas como base para implementar programas de promoción de la salud alimentaria, adaptados a las necesidades específicas de estudiantes de carreras no relacionadas con la salud asimismo, permitirá reflexionar sobre la necesidad de incluir contenidos de bienestar integral en todos los planes de estudio, promoviendo una formación universitaria más humana, consciente y saludable, con el fin de fomentar estilos de vida más saludables y sostenibles entre los futuros profesionales del país (Secretaría de Salud, 2005 Schnettler et al., 2013; WHO et al., 2025).

2. MARCO CONCEPTUAL

Investigaciones previas como la de Callisaya (2016), quien analizó los hábitos alimentarios de riesgo nutricional en estudiantes universitarios en Bolivia; Tapasco Ayala (2022), quien exploró los factores subjetivos que influyen en la alimentación universitaria; y el estudio de Duarte-Cuervo et al. (2015), que identificó los factores relacionados con las prácticas alimentarias en universidades de Bogotá, destacando la influencia del entorno, el tiempo disponible, los recursos económicos, y los vínculos sociales, así como la de la Universidad Metropolitana (Barranquilla)

que aportó una visión contextual distinta al provenir de otra región del país, lo que enriqueció la comparación y permitió identificar semejanzas y diferencias entre estudiantes costeños y bogotanos en cuanto a preferencias alimentarias, recursos económicos y disponibilidad de alimentos por su parte, la Universidad del Rosario (Bogotá) facilitó la participación de estudiantes de diferentes programas académicos, lo que permitió analizar cómo la carga horaria y las demandas específicas de cada carrera inciden en la organización de los tiempos de comida y en las decisiones alimentarias cotidianas.

El estudio realizado por Duarte et al (2015) destacó por su aporte en cuanto a la diversidad cultural y socioeconómica de sus estudiantes; gracias a ello fue posible observar cómo los factores económicos y culturales se entrelazan en la construcción de los hábitos alimentarios y cómo estas diferencias influyen en la calidad de la dieta, además de analizar el rol de los vínculos sociales. Enfatizando la influencia de amigos y familiares en la selección de alimentos, así como la preferencia por la comida casera frente a las opciones rápidas, evidenciando la relevancia del entorno inmediato en las decisiones de consumo.

3. MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo-transversal correlacional, muestreo aleatorio simple con alumnos de contaduría de primero, tercero y sexto semestre. Se aplicó el cuestionario validado para identificar los factores que determinan los hábitos alimentarios mediante Google Forms, previo consentimiento informado, el cual se divide en seis factores con 41 preguntas: F1.Económico. 4 preguntas, incluyendo datos socio demográficos, F2.Social. 7 preguntas, F3.Cultural. 14 preguntas y F4.Académico. 7 preguntas; para su interpretación se consideró influencia negativa (F1.Económico <2 puntos, F2.Social <4 puntos, F3.Cultural <8 puntos, F4.Académico <4 puntos). Análisis estadísticos descriptivos y correlación de Spearman.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La muestra estuvo conformada por 51 estudiantes de la carrera de Contaduría de una universidad privada en Guadalajara, específicamente de los semestres primero, tercero y sexto. Del total de participantes, el 51% fueron hombres y el 49% mujeres, lo cual permitió una representación equilibrada entre ambos géneros.

Al analizar los factores evaluados económico (11.34%), cultural (40%), social (25.71%) y académico (22.85%), se encontró que en todos predominan las percepciones positivas sobre las negativas, concentrándose principalmente en el grupo de 20 a 24 años.

Con la rho de Spearman se permitió identificar asociaciones relevantes. Para la relación entre edad y grado académico mostró una correlación positiva moderada (rho 0.438), lo que significa que, conforme aumenta la edad, es más probable que los estudiantes se encuentren en semestre avanzados. Esto puede influir en los hábitos alimentarios, ya que los estudiantes de mayor edad tienden a cocinar más en casa, administrar de manera distinta sus gastos en comida o priorizar opciones prácticas por la falta de tiempo.

Por otra parte, la relación entre edad e interpretación cultural presentó una correlación negativa baja (rho -0.366), lo que sugiere que los estudiantes más jóvenes muestran menor interés por aspectos culturales que los de mayor edad. En el factor de la alimentación, esto podría traducirse en una mayor disposición de los jóvenes a experimentar con tendencias emergentes, como el

veganismo o la comida internacional, mientras que los mayores suelen mantener prácticas más tradicionales.

El análisis reveló una correlación positiva moderada entre interpretación cultural e interpretación académica ($\rho = 0.566$). Esto indica que, a medida que los estudiantes desarrollan mayor sensibilidad cultural, también tienden a valorar más los aspectos académicos, lo cual podría repercutir en una actitud más crítica y consciente hacia la alimentación.

5. CONCLUSIONES

Los hábitos alimentarios de los estudiantes no dependen únicamente de elecciones individuales, sino que se encuentran determinados principalmente por factores culturales, seguidos de los sociales y académicos, los cuales en conjunto moldean sus prácticas de alimentación, mientras que los económicos determinan sus posibilidades de mantener un estilo de vida saludable.

Los hallazgos confirman que los factores socioeconómicos, sociales, culturales y académicos inciden significativamente en la selección, frecuencia y calidad de los alimentos consumidos, generando patrones con impacto en la salud física, emocional y el rendimiento académico. Este estudio aporta información útil para diseñar programas de promoción de la salud alimentaria en universidades, con estrategias de orientación nutricional, apoyo psicoeducativo y campañas de concientización, especialmente dirigidas a estudiantes de primeros semestres. Al contrastar los resultados con otras investigaciones, se identificaron coincidencias: Duarte-Cuervo et al. (2015) destacan el costo, la disponibilidad y el tiempo como determinantes; Tapasco Ayala (2022) resalta la influencia del estrés académico y la familia; y Callisaya (2016) evidencia cómo las limitaciones económicas restringen la calidad de la dieta. La relevancia del tema se sustenta en que la etapa universitaria es clave para consolidar hábitos que perdurarán en la adultez; de no ser saludables, aumentan el riesgo de enfermedades crónicas como obesidad, diabetes o cardiovasculares (OMS, 2024). Por ello, se recomienda continuar con investigaciones, idealmente longitudinales, que permitan analizar la evolución de los hábitos alimentarios a lo largo de la formación universitaria.

REFERENCIAS

- Callisaya, M. (2016). Hábitos alimentarios de riesgo nutricional en estudiantes de primer año de la carrera Ciencias de la Educación en la Universidad Mayor de San Andrés de la Ciudad de La Paz (p. 29). [Tesis de licenciatura, Universidad Mayor de San Andrés].
- Duarte-Cuervo, Clara Y, Ramos-Caballero, Diana M, Latorre-Guapo, Ángela C, & González-Robayo, Pedro N. (2015). Factores relacionados con las prácticas alimentarias de estudiantes de tres universidades de Bogotá. *Revista de Salud Pública*, 17(6), 925-937. <https://doi.org/10.15446/rsap.v17n6.38368>
- Maza-Ávila, F. J., Caneda-Bermejo, M. C., & Vivas-Castillo, 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.25.47.4530>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2024). Informe sobre los factores de riesgo para la salud. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>

- Schnettler, B., Denegri, M., Miranda, H., Sepúlveda, J., Orellana, L., Paiva, G., & Grunert, K. G. (2013). Hábitos alimentarios y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios del sur de Chile. *Nutrición Hospitalaria*, 28(6), 2221–2228.
- Secretaría de Salud. (2005). NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. El Plato del Bien Comer. <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nomssa.html>
- Shamah-Levy, T., Romero-Martínez, M., Barrientos-Gutiérrez, T., Cuevas-Nasu, L., Bautista-Arredondo, S., Colchero, M. A., ... & Rivera-Dommarco, J. A. (2021). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19: Resultados nacionales. *Salud Pública de México*, 63(6), 692-701. <https://doi.org/10.21149/12829>
- Sosa Flores, A. (2019). Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios [Tesis de licenciatura] (pp. 19–21). Universidad Autónoma de Sinaloa. <http://medicinavirtual.uas.edu.mx/mdcs/recursos/tesis/2019/12.pdf>
- Tapasco D. (2022). Factores subjetivos que influyen en los hábitos de alimentación de los estudiantes universitarios. Trabajo de grado profesional Universidad de Antioquia. Repositorio institucional Universidad de Antioquia. <http://biblioteca.digital.udea>.

Los autores del trabajo autorizan a la Universidad Internacional de Ciencia y Tecnología (UNICYT) a publicar este resumen en extenso en las Actas del Congreso IDI-UNICYT 2025 en Acceso Abierto (Open Access) en formato digital (PDF) e integrarlos en diversas plataformas online bajo la licencia CC: Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>.

La Universidad Internacional de Ciencia y Tecnología y los miembros del Comité Organizador del Congreso IDI-UNICYT 2025 no son responsables del contenido ni de las implicaciones de lo expresado en este artículo.