










**Categoría: Investigación aplicada en salud y medicina**

**ORIGINAL**

## **Dietary habits of first-year nursing students**

### **Hábitos de alimentación de estudiantes de primer año de Enfermería**

Estefania Ruth Delgadillo <sup>1</sup>  , Jenny Rosemary Geisse Vyhmeister <sup>1</sup>  , Débora Noe Garis <sup>2</sup>  ,  
Carlos Jesús Canova-Barrios <sup>1,2</sup>  

<sup>1</sup> Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES). Buenos Aires, Argentina.

<sup>2</sup> Escuela Metropolitana de Altos Estudios (EMAE). Buenos Aires, Argentina.

**Citar como:** Delgadillo ER, Geisse Vyhmeister JR, Garis DN, Canova-Barrios CJ. Dietary habits of first-year nursing students. SCT Proceedings in Interdisciplinary Insights and Innovations.2025;3:516. DOI: <https://doi.org/10.56294/piii2025516>  
DOI: <https://doi.org/10.56294/piii2025516>.

**Recibido:** 12-11-2024

**Revisado:** 06-12-2024

**Aceptado:** 10-02-2025

**Publicado:** 13-02-2025

**Editor:** Emanuel Maldonado 

#### **ABSTRACT**

**Objective:** To analyze the dietary habits of nursing students at a private university in the city of Buenos Aires, Argentina.

**Methodology:** Descriptive, cross-sectional and quantitative study. An instrument consisting of 31 questions was used and non-probability sampling was applied.

**Results:** 49 students participated with a mean age of 26.16 years (SD: 6.67), female (81.63%) and a mean body mass index (BMI) of 28.02 kg/m<sup>2</sup>. Eating habits were mostly described as partially adequate (63.27%). The mean compliance with the ideal diet was 57.24% (SD:14.33, 95%CI:53.13-61.36), with the dimension "consumption of recommended foods" being the worst with a compliance of 30.27% of the ideal value (SD:18.26, 95%CI:25.03-35.52).

**Conclusions:** Dietary habits were partially adequate, characterized by low intake of fruits, vegetables and water. Although the mean BMI was higher in students whose habits were considered inadequate, this was not statistically significant. Variables such as age and gender were not associated with BMI.

**Keywords:** Student Health; Nursing Students; Healthy Diet; Dietary Patterns.

#### **RESUMEN**

**Objetivo:** Analizar los hábitos de alimentación de los estudiantes de la carrera de Enfermería de una institución de educación superior de carácter privado de la Ciudad de Buenos Aires, Argentina.

**Metodología:** Estudio descriptivo, transversal y cuantitativo. Se implementó un instrumento conformado por 31 preguntas y se implementó un muestreo no probabilístico.

**Resultados:** participaron 49 estudiantes con una media de edad 26,16 años (DE:6,67), de género femenino (81,63%) y con una media de índice de masa corporal (IMC) de 28,02 kg/m<sup>2</sup>. Los hábitos de alimentación fueron en su mayoría caracterizados como parcialmente adecuados (63,27%). Se halló una media de cumplimiento de alimentación ideal de un 57,24% (DE:14,33, IC95%:53,13-61,36), siendo la

dimensión “Consumo de alimentos recomendados” la peor evaluada con un cumplimiento del 30,27% del valor ideal (DE:18,26, IC95%:25,03-35,52).

Conclusión: Los hábitos de alimentación fueron parcialmente adecuados, caracterizados por una baja ingesta de frutas, verduras y agua. Aunque la media del IMC fue más alta en los estudiantes cuyos hábitos fueron valorados como inadecuados, este dato no fue estadísticamente significativo. Variables como la edad y el género no se relacionaron con el IMC.

**Palabras clave:** Salud del estudiante; Estudiantes de enfermería; Dieta saludable; Patrones dietéticos.

## INTRODUCCIÓN

La alimentación es un pilar fundamental en el mantenimiento de la salud y el bienestar general.(1) De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS),(2) la alimentación poco saludable o insalubre se relaciona con un mayor riesgo de padecer patologías cardio metabólicas como la Diabetes Mellitus tipo II, hipercolesterolemia, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.

Los hábitos de alimentación inician en la niñez, y se van modificados a lo largo de la vida a causa de variables económicas, sociales, religiosas, e inclusive por la disponibilidad y preferencia por ciertos alimentos. En dicho contexto, el inicio de la vida universitaria trae aparejado una reducción del tiempo libre para preparar alimentos, derivando en que los estudiantes de nivel superior opten por aquellos con un alto aporte energético, mayormente del tipo “comida rápida” y que no respeten la cantidad ni calidad de lo ingerido.(1) Se considera que la alimentación saludable es aquella que incluye un aporte calórico acorde al gasto energético, 400 gramos de frutas y hortalizas por día, menos de 5 gramos diarios de sal y menos de 50 gramos de azúcares (idealmente menos de 25 gramos/día).(2)

Muchos estudiantes de nivel superior, haciendo un énfasis en quienes cursan la carrera de Enfermería, pertenecen un nivel socioeconómico medio-bajo, lo cual incide en la selección e ingesta de alimentos diarios, optando por aquellos que son más económicos, los cuales pocas veces se corresponden con los lineamientos de una alimentación saludable.(3) En adición, es importante mencionar que los estudiantes universitarios son una población en riesgo dado que van teniendo cambios fisiológicos a causa de sus edades, sumado a las consecuencias del consumismo influenciado por las redes y los lugares a su alrededor, así como dentro de su mismo establecimiento de estudio, los cuales pueden repercutir directamente en el profesional que se convertirán para la sociedad.

Durante la formación, los futuros profesionales de enfermería van adquiriendo conocimientos vinculados con el cuidado de la salud, incluyendo el autocuidado, por lo que es de esperarse que mejore la disposición y las habilidades para mantener su propia salud.(4,5) Pese a lo anterior, diversos estudios han descrito no solo la instauración de hábitos de alimentación poco saludables durante el proceso formativo,(6) sino que estos muchas veces son perpetuados hasta la vida profesional, poniendo en riesgo el cumplimiento de las tareas y el crecimiento y mantenimiento de la masa profesional de trabajadores de enfermería, con un potencial impacto sobre el debilitamiento de los servicios de salud.(7,8)

Basados en lo anterior, el objetivo del presente trabajo es analizar los hábitos de alimentación de los estudiantes de la carrera de Enfermería de una institución de educación superior de carácter privado de la Ciudad de Buenos Aires, Argentina.

## MÉTODOS

Estudio de tipo descriptivo, transversal y cuantitativo. La población estuvo compuesta por los estudiantes de primer año de la carrera de Enfermería de una institución de educación superior de carácter privado de la Ciudad de Buenos Aires, Argentina, en el primer cuatrimestre de 2024. La muestra estuvo compuesta por 49 estudiantes que accedieron voluntariamente a participar del estudio, firmando el Consentimiento Informado. Se implementó un muestreo de tipo no probabilístico.

Se incluyó a los estudiantes matriculados en primer cuatrimestre del 2024 inscritos en el primer año del plan de estudios, y se excluyó a aquellos que estuviesen en situación de repitencia.

Para la recolección de datos se implementó el instrumento para la valoración de hábitos alimentarios de Flores Vázquez y Macedo Ojeda.(9) Este instrumento es de carácter autoadministrado y está compuesto por 27 reactivos de opción múltiple. En cuanto a sus dimensiones las preguntas son agrupadas dentro de tres secciones del siguiente modo: la primera parte evalúa la frecuencia y cantidad de consumos de alimentos recomendado y consta de 4 ítems (6 reactivos), la segunda parte evalúa el consumo de alimentos no recomendados y consta 7 ítems (9 reactivos) y la tercera parte evalúa la frecuencia, compañía y lugar de los tiempos de comida y se conforma de 3 ítems (12 reactivos). Para el análisis se asignó una puntuación de 0 a 3 puntos en los ítems de una sola pregunta, y de 0 a 1,5 en aquellos con dos o más preguntas, por lo cual, la primer sección tiene un puntaje máximo de 12 puntos, la segunda un máximo de 21 puntos y la tercera, 18 puntos para un total de 51 puntos. Los puntajes menores a 25,5 son considerados como “alimentación inadecuada”, entre los 25,5 y 38,5 corresponden a la categoría “alimentación parcialmente inadecuada” y cuando superan los 38,5 puntos a “alimentación saludable”.(9)

Se incorporaron dos preguntas destinadas a caracterizar a la muestra (género y edad) y dos para valorar su índice de masa corporal (peso y talla). Se clasificó a los estudiantes de acuerdo con los valores de IMC en seis categorías: bajo peso (<18,5 kg/m<sup>2</sup>), normopeso (18,5 - 24,9 kg/m<sup>2</sup>), sobrepeso (25,0 - 29,9 kg/m<sup>2</sup>), obesidad grado I (30 - 34,9 kg/m<sup>2</sup>), grado II (35 - 39,9 kg/m<sup>2</sup>) y grado III ( $\geq$  40 kg/m<sup>2</sup>). (3)

El instrumento fue cargado al software Google Forms y los resultados fueron extraídos en una base de datos en el programa Microsoft Excel. Se realizó el análisis de la información con el programa Infostat v/L. Se realizó el cálculo de media, desviación estándar e intervalos de confianza al 95% (IC95%) a las variables cuantitativas, mientras, se calcularon frecuencias absolutas y relativas a las variables categóricas. Dado el comportamiento de los datos, se implementaron pruebas de estadística paramétrica como la prueba t de Student, análisis de la varianza (ANOVA), prueba de correlación de Pearson y test de asociación de Chi 2 (X<sup>2</sup>). Se fijó un nivel de significancia estadística de p=0,05. Se incorporaron tablas y gráficos para facilitar la comprensión de los hallazgos.

Respecto a los recaudos éticos, se implementó el Consentimiento Informado escrito y no se recolectaron datos personales o filiatorios asegurando el anonimato de los participantes. Se respetaron las leyes nacionales e internacionales en materia de ética de la investigación y protección de sujetos en investigación. El presente estudio es considerado “sin riesgo” puesto su carácter observacional y anónimo.

## RESULTADOS

La muestra estuvo conformada por 49 estudiantes de Enfermería con una media de edad de 26,16 años (DE:6,67) y de género femenino (81,63%).

Consumo de alimentos recomendados

Cuando se indagó respecto a la frecuencia semanal de consumo de frutas, verduras y lácteos, se encontró que en su mayoría se consumían de tres a cuatro días por semana tanto frutas (40,82%) como verduras (44,90%), y en el caso de los lácteos fueron ingeridos dos días o menos por semana (63,27%). Menos de una cuarta parte de los encuestados reportó consumir diariamente estos grupos de alimentos (Tabla 1).

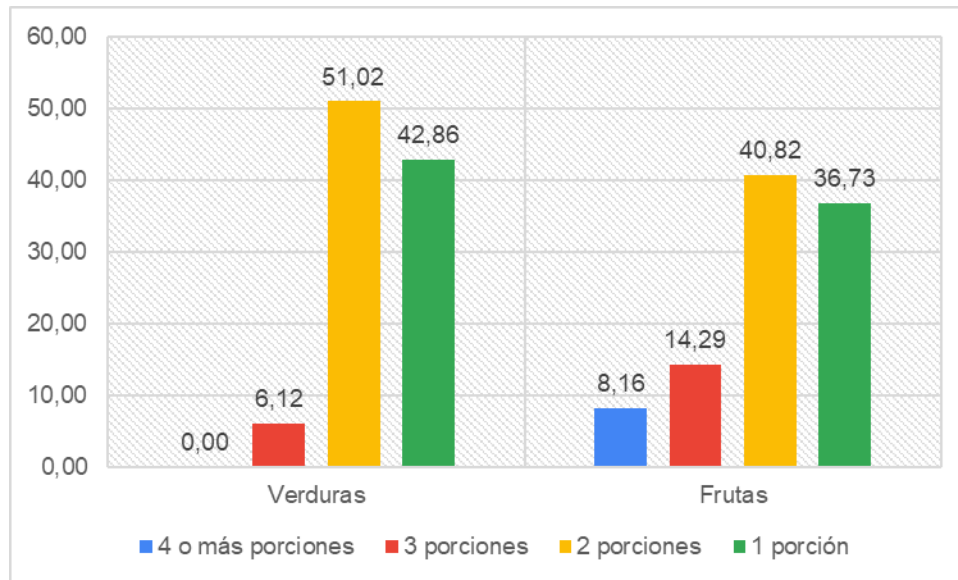
Tabla 1: Frecuencia semanal de consumo de frutas, verduras y lácteos.

Frecuencia semanal de consumo de alimentos	Diario		5-6 días		3-4 días		0-2 días	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Verduras	7	14,29	2	4,08	20	40,82	20	40,82
Frutas	8	16,33	4	8,16	22	44,90	15	30,61
Lácteos	5	10,20	4	8,16	9	18,37	31	63,27

Fuente: elaboración propia.

Al consultar sobre el consumo semanal de porciones de frutas y verduras se encontró que en su mayoría los estudiantes reportaron consumir dos porciones en un 51,02 y 40,82%, respectivamente (Gráfico 1).

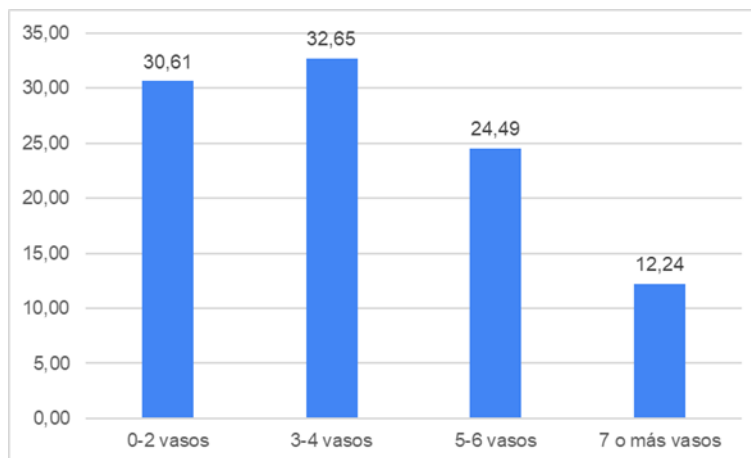
Gráfico 1: Consumo semanal de alimentos. Expresado en porciones.



Fuente: elaboración propia.

En cuanto al consumo de agua, se halló que el 32,65% consume de 3 a 4 vasos diarios y solo el 12,24% cumple con el consumo ideal de 7 o más vasos diarios (Gráfico 2).

Gráfico 2: Consumo diario de agua



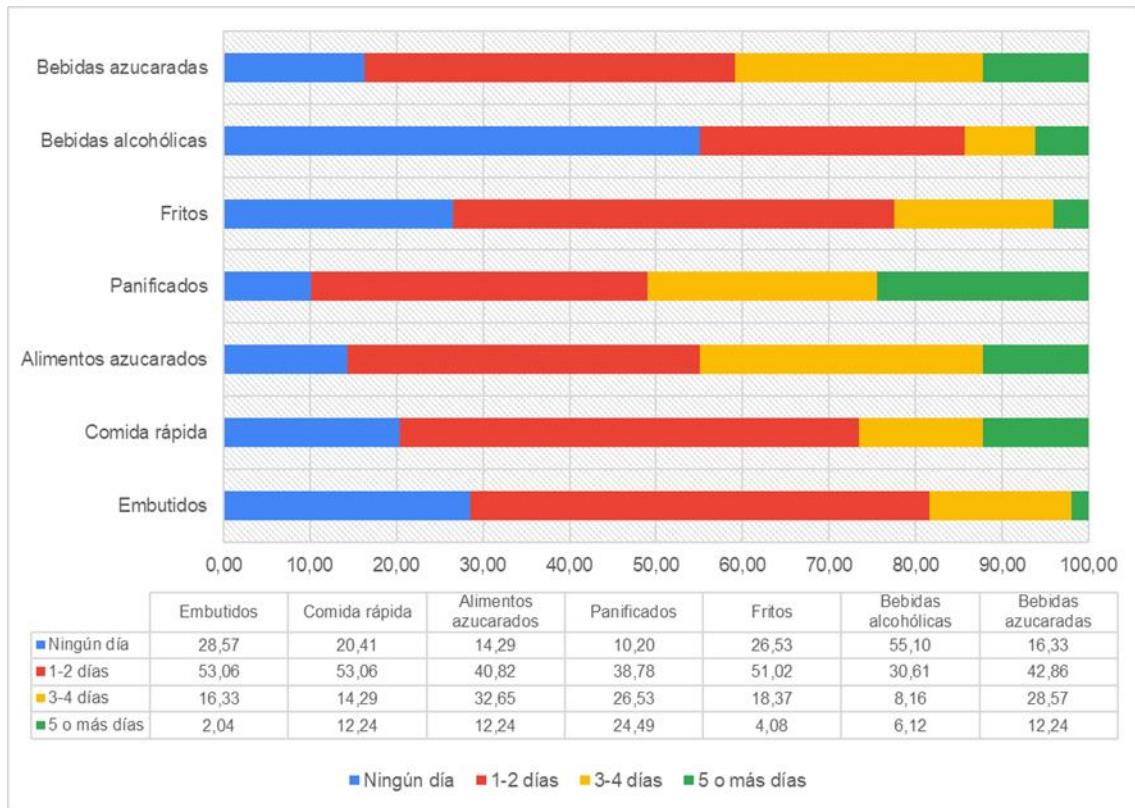
Fuente: elaboración propia.

#### Consumo de alimentos no recomendados

Relativo a la frecuencia de consumo por semana de los alimentos no recomendados (aquellos con alto contenido de azúcar, sal, grasa o alcohol), se encontró estos fueron ingeridos entre uno y dos días por semana por cerca de la mitad de los encuestados, con excepción de las bebidas alcohólicas en la cual los

encuestados reportaron no consumirlas (Gráfico 3). El 42,86% reportó ingerir al menos un vaso (200 ml) diario de bebidas azucaradas (gaseosas, jugos embotellados, entre otros) y un 10,20% ingiere cuatro o más vasos por día.

Gráfico 3: Frecuencia de consumo semanal de alimentos no recomendados.



Fuente: elaboración propia.

#### Frecuencia, lugar y compañía de los tiempos de comida

Respecto a la frecuencia de ingesta de las comidas diarias se encontró que en su mayoría ingerían solo tres comidas por día, siendo el almuerzo la de mayor nivel de consumo diario, alcanzando el 65,31% de frecuencia, seguido de la cena en un 57,14%, y en contraste, el 32,65% no consumía algún refrigerio o merienda en el día (Tabla 2). Estas comidas fueron ingeridas en su mayoría en casa (Tabla 3) y en compañía de la familia o solo (Tabla 4).

Tabla 2: Frecuencia semanal de consumo de comidas del día.

Frecuencia semanal de comidas	6-7 días		4-5 días		2-3 días		0-1 día	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Desayuno	25	51,02	9	18,37	7	14,29	8	16,33
Almuerzo	32	65,31	8	16,33	5	10,20	4	8,16
Cena	28	57,14	9	18,37	8	16,33	4	8,16
Refrigerio	14	28,57	7	14,29	12	24,49	16	32,65

Fuente: elaboración propia.

Tabla 3: Lugar donde se consumen mayormente las comidas diarias.

Lugar de consumo de comidas diarias	En casa		Fuera de casa, pero de preparación en casa		Local o restaurante		Puestos ambulantes	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Desayuno	25	51,02	16	32,65	2	4,08	6	12,24
Almuerzo	28	57,14	11	22,45	6	12,24	4	8,16
Cena	38	77,55	9	18,37	1	2,04	1	2,04
Refrigerio	22	44,90	13	26,53	3	6,12	11	22,45

Fuente: elaboración propia.

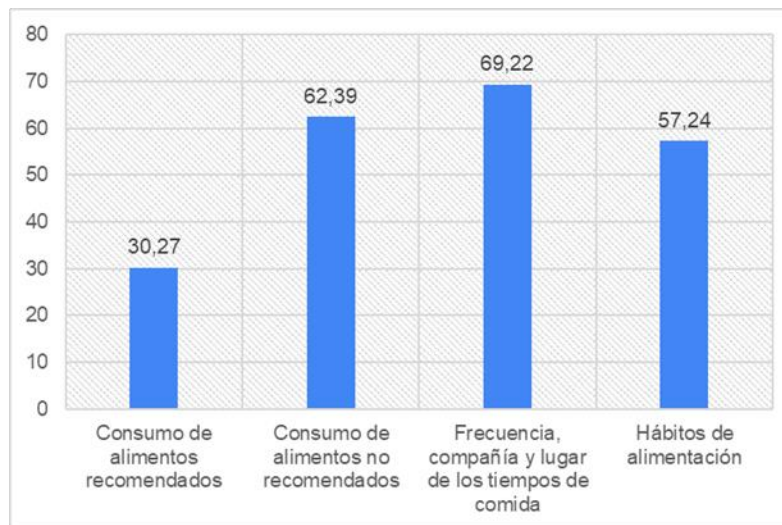
Tabla 4: Con quién se suele consumir las comidas diarias.

Con quién consume las comidas diarias	Familia		Amigos		Conocidos		Solo(a)	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Desayuno	16	32,65	14	28,57	2	4,08	17	34,69
Almuerzo	26	53,06	3	6,12	9	18,37	11	22,45
Cena	38	77,55	1	2,04	2	4,08	8	16,33
Refrigerio	23	46,94	9	18,37	3	6,12	14	28,57

Fuente: elaboración propia.

Al analizar los hábitos de alimentación se encontró que fueron caracterizados como inadecuados (30,61%), parcialmente adecuados (63,27%) y adecuados (6,12%). Se halló una media de cumplimiento de la alimentación ideal de un 57,24% (DE:14,33, IC95%:53,13-61,36), siendo la dimensión "Consumo de alimentos recomendados" la peor evaluada con un cumplimiento del 30,27% del valor ideal (DE:18,26, IC95%:25,03-35,52) (Gráfico 4).

Gráfico 4: Comportamiento de las dimensiones y hábitos de alimentación en estudiantes de enfermería.



Fuente: elaboración propia.

Los encuestados tuvieron un índice de masa corporal (IMC) de 28,02 kg/m<sup>2</sup>. El 53,03% tenían un peso adecuado para la talla (normopeso) y un 26,53% tenían obesidad en sus distintos grados. No se encontró correlación entre los hábitos de alimentación y el IMC en los estudiantes de enfermería ( $p > 0,05$ ), aunque la media de IMC fue más alta en los estudiantes cuyos hábitos de alimentación fueron valorados como inadecuados. Variables como la edad y el género no se relacionaron con el IMC.

## DISCUSIÓN

La alimentación adecuada es un componente esencial para el bienestar físico y mental de las personas, y en el caso de los estudiantes universitarios incide sobre el rendimiento académico y en el mantenimiento de la salud general. (10) Los estudiantes de enfermería en particular enfrentan desafíos únicos debido a las demandas de su formación académica y práctica clínica, los cuales pueden influir significativamente en sus hábitos alimenticios, lo que a su vez puede afectar su salud y su capacidad para proporcionar atención de calidad a los pacientes. (11)

Los hábitos de alimentación inadecuados en los estudiantes universitarios han sido objeto de preocupación debido a su asociación con diversos problemas de salud, como la obesidad, enfermedades cardiovasculares y trastornos alimentarios. (12-14) En el contexto de los estudiantes de enfermería, estos problemas adquieren una dimensión adicional, ya que su formación y práctica profesional requieren niveles óptimos de salud física y mental. Además, como futuros profesionales de la salud, su comportamiento y hábitos pueden influir en sus futuros pacientes, subrayando la importancia de adoptar y promover estilos de vida saludables. (15)



En el presente estudio encontramos que los hábitos de alimentación fueron evaluados como parcialmente inadecuados. Este resultado es similar a los hallazgos de Ninasunta & Chipantiza(16) quienes valoraron en una muestra de 285 estudiantes de enfermería sus hábitos de alimentación y los conocimientos sobre el tema, concluyendo que el 58% de estos no aplican las recomendaciones de hábitos de alimentación saludable abordadas en la formación. Otro estudio reciente realizado en Argentina(15) con una muestra de 1718 estudiantes de enfermería reportó que solo 28,23% de los encuestados tuvieron un patrón de alimentación saludable. Este aspecto puede estar relacionado con las demandas propias del periodo formativo que reducen el tiempo destinado a comer, generando preferencias por comidas rápidas y con alto contenido energético, sumado al estrés derivado de la formación que genera cambios en la frecuencia de consumo de alimentos. Algunos trabajos como el de Carrascal Oyarce(17) reportaron hábitos adecuados de alimentación en más de la mitad de los encuestados, lo cual puede relacionarse con la edad de los estudiantes y su convivencia con sus padres que se encargan de la alimentación. En Argentina los estudiantes de enfermería pese a que muchos conviven con sus familias, también son laboralmente activos, lo cual incide negativamente en cómo se alimentan.(15)

Se encontró además en nuestro estudio un bajo consumo de frutas y verduras por parte de los estudiantes, lo cual coincide con los resultados de trabajos como el de Bueno Brito et al.,(13) quienes hallaron frecuencias de consumo similares. Por otro lado, la ingesta de alimentos con alto contenido de grasa, azúcar y sal fue moderada, contrastado con otros estudios que identificaron un alto consumo semanal de estos alimentos.(11,13)

Finalmente, si bien la media del índice de masa corporal categorizaba a los estudiantes en situación de sobrepeso, no se identificó relación estadística entre este y los hábitos de alimentación, aunque diversos estudios han reportado una relación directa entre una alimentación inadecuada y los hábitos de ingesta.(18,19) Estos datos mostraron ser similares a otros estudios realizados en Argentina y Latinoamérica que incluyeron a estudiantes en similares condiciones.(20-24)

Es importante concientizar a los estudiantes sobre la importancia de tener buenos hábitos de alimentación y promover además la realización de actividad física regular, dado que estos aspectos pueden incidir no solo sobre su salud, sino también en su rendimiento académico y en la capacidad para brindar cuidados a sus pacientes de forma adecuada.(1,3,14,15,25,26)

## **CONCLUSIONES**

Se encuestó a 49 estudiantes de enfermería, los cuales presentaron en su mayoría una dieta parcialmente inadecuada con un consumo por debajo del óptimo de frutas, verduras y alimentos lácteos. Una décima parte de los encuestados reportó consumir una cantidad adecuada de agua en función de las sugerencias de la Organización Mundial de la Salud.

Al consultar sobre el consumo de alimentos no recomendados se halló que eran consumidos en una frecuencia baja por semana (entre uno y dos días/semana), y hubo un consumo bajo o nulo de alcohol en más de la mitad de los estudiantes.

La mayoría de los estudiantes reportaron consumir las tres comidas principales casi todos los días de la semana, sin embargo, hubo un bajo consumo de meriendas o refrigerios. Estas comidas fueron mayormente preparadas y consumidas en casa, y en compañía de la familia.

Más de la mitad de los estudiantes cumplen con la alimentación ideal, aunque con un bajo consumo de los denominados alimentos recomendados. Solo el 6,12% presentó una alimentación adecuada marcada por un consumo adecuado de alimentos recomendados, una ingesta baja de alimentos no recomendados y cumplir con la frecuencia, lugar y compañía recomendada para la ingesta.

## REFERENCIAS

1. Ortigoza A, Canova-Barrios C. Estilos de vida de estudiantes de la Escuela Universitaria de Enfermería de la Universidad Nacional de Tucumán, Argentina. *Rev Finlay*. 2023;13(2). <https://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/1256>
2. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana, 2018. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
3. Canova-Barrios C, Almeida JA, Condori Aracayo ER, Mansilla MA, Garis DN. Calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes de tecnicatura en enfermería. *Rev Chil Enferm*. 2023;5(2):44-56. <https://doi.org/10.5354/2452-5839.2023.72003>
4. Romero-Blanco C, Hernández-Martínez A, Parra-Fernández ML, Onieva-Zafra MD, Prado-Laguna MDC, Rodríguez-Almagro J. Food Addiction and Lifestyle Habits among University Students. *Nutrients*. 2021;13(4):1352. <https://doi.org/10.3390/nu13041352>
5. Zaghmir DEF, Ibrahim AM. Efficiency of an intervention study on nursing students' knowledge and practices regarding nutrition and dietary habits. *Libyan J Med*. 2023;18(1):2281121. <https://doi.org/10.1080/19932820.2023.2281121>
6. AlJohani S, Salam M, BaniMustafa A, et al. Dietary Habits of Students Enrolled in Faculties of Health Sciences: A Cross-sectional Study. *Cureus*. 2019;11(10):e6012. <https://doi.org/10.7759/cureus.6012>
7. Estrada-Araoz EG, Mamani-Roque M. Assessment of the level of nutrition knowledge in nursing university students. *Salud, Ciencia y Tecnología*. 2023;3:622. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023622>
8. Ruiz-Cuellar C. Estilos de vida y estado nutricional de las enfermeras de la Red de Salud Sur de Santa Cruz de la Sierra. *Revista Ciencia y Cultura*. 2023;Vol. Esp:15-18. <https://revistacientifica.difuciencia.com/index.php/ueb/article/view/22>
9. Flores Vázquez A, Macedo Ojeda G. Validación de un cuestionario autocompletado de hábitos alimentarios para adolescentes, en Jalisco, México. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2016;22(2):26-31. <https://doi.org/10.14642/RENC.2016.22.2.5138>
10. Villavicencio Guardia M, Deza y Falcón I, Dávila Soto R. Estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de una facultad de enfermería en Perú. *Conrado*. 2020;16(74):112-119. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442020000300112&lng=es&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000300112&lng=es&tlng=en)
11. Solís MG, Padilla MM, Torres GK. Hábitos alimentarios y estado nutricional de estudiantes de Enfermería en la Universidad Católica de Cuenca, Campus Macas, Ecuador, período 2023. *LATAM*. 2023; 4(3):1475-1488. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1176>
12. Jiménez DA, Medina ME, Ortigoza A, Canova-Barrios C. Estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de una institución pública de Tucumán, Argentina. 2024;4(1):52-58. <https://doi.org/10.56183/iberojhr.v4i1.606>

13. Bueno Brito C, Pérez Castro E, Brito Delgado O, Delgado Delgado J. Hábitos de Vida en Estudiantes de Enfermería de una Universidad Pública del sur de México. *Ciencia Latina*. 2024;7(6):8895-91. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i1.9903](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.9903)
14. Canova-Barrios C, Vizgarra YN, Abarza DG, Cano CB, Méndez PG. Lifestyles of Nursing Students. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*. 2023;2:399. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023399>
15. Canova-Barrios C, Nores RI, Méndez PG, Farfán AB, Moreno LA, Silvestre N de F, et al. Estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de Argentina (Lifestyles of nursing students in Argentina). *Retos*. 2024;56:817-23. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.105167>
16. Ninasunta Toapanta D, Chipantiza Córdova TE. Conocimientos nutricionales de los estudiantes de enfermería y los hábitos alimenticios. *Horizontes de Enfermería*. 2023;13:22-36. <https://doi.org/10.32645/13906984.1227>
17. Carrascal Oyarce TJ. Hábitos alimentarios en los estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Amazonas - 2017 [Tesis de grado]. Repositorio Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14077/1469>
18. Platikanova M, Yordanova A, Hristova P. Dependence of Body Mass Index on Some Dietary Habits: An Application of Classification and Regression Tree. *Iran J Public Health*. 2022;51(6):1283-1294. <https://doi.org/10.18502/ijph.v51i6.9672>
19. Villafuerte Arias J, Coloma Guerrero C, Gómez Espinoza L, Enríquez Jácome M Ángel, Chávez Arizala JF. Healthy eating and nutrition, a review of the theoretical aspects of a healthy diet. *AG Salud*. 2025;3:112. <https://doi.org/10.62486/agsalud2025112>
20. Cara Rodríguez R, Cara Rodríguez M, Gálvez Rodríguez MM, Martínez Pérez C, Rodríguez López CM. Hábitos de vida y rendimiento académico en periodo evaluativo en estudiantes de enfermería. *Rev Cubana Enfermer*. 2021;37(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192021000200012&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000200012&lng=es)
21. Espeche R, Rojo D. Percepción sobre alimentación y modo de consumo de estudiantes de la asignatura Enseñanza en Enfermería. *Enfermería (Montev.)*. 2021;10(2):145-159. <https://doi.org/10.22235/ech.v10i2.2417>
22. Mamani-Roque M, Estrada-Araoz EG, Mamani-Roque MR, Aguilar-Velásquez RA, Jara-Rodríguez F, Roque-Guizada CE. Physical activity and dietary habits in university students: A correlational study. *Salud, Ciencia y Tecnología*. 2023;3:627. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023627>
23. Barrientos Lujan PK, Apaza-Huanca B, Carrillo-Campos II, Aguirre Cruz B, Espejo-Alanoca D, Gomez Rosales RR, et al. Knowledge, attitudes and behaviors regarding nutrition among students of the School of Public Health - Tekove Katu in Bolivia. *Health Leadership and Quality of Life*. 2025;4:160. <https://doi.org/10.56294/hl2025160>
24. Canova-Barrios CJ, Robledo GP, Segovia AB, Manzur KM. Calidad de vida relacionada con la salud y hábitos de autocuidado en estudiantes de Enfermería. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*. 2023;2:516. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023516>
25. Cruz JP, Felicilda-Reynaldo RFD, Lam SC, et al. Quality of life of nursing students from nine countries: A cross-sectional study. *Nurse Educ Today*. 2018;66:135-142. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.04.016>
26. Viteri C, Cabrera J, Iza P, Moreno C, Guanga V. Consumption of processed and ultra-processed foods by a young population of Ecuador. An analysis in light of the PAHO model. *Salud, Ciencia y Tecnología*. 2024;4:875

### **FINANCIACIÓN**

Ninguna.

### **CONFLICTO DE INTERÉS**

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

### **CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA**

*Conceptualización:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Curación de datos:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Análisis formal:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Investigación:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Metodología:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Administración del proyecto:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Redacción - borrador original:* Estefania Ruth Delgadillo.

*Redacción - revisión y edición:* Estefania Ruth Delgadillo.