Artículo Original / Original Article

Adaptación y validación de cuestionario para medir hábitos alimentarios en educación superior

Adaptation and validation of a questionnaire to measure food habits in higher education

RESUMEN

Validar instrumentos de medición de datos es fundamental para constituir conocimiento certero y objetivo respecto a los hábitos en ingesta alimentaria. El artículo pretende adaptar y validar para el contexto de educación superior un cuestionario que originalmente es de atención primaria, y que se transforme en un insumo válido para medir hábitos alimentarios en estudiantes universitarios. Basados en un cuestionario validado por Pino, Díaz y López en el 2011, se ajustaron las preguntas para un contexto de educación terciaria. El instrumento se aplicó a una muestra estratificada de 405 estudiantes de pregrado de una universidad perteneciente al Consejo de Rectores de Chile (CRUCH) de la región del Maule. Los datos fueron procesados mediante el paquete estadístico SPSS 20, y contó con los respectivos resguardos éticos mediante consentimiento informado firmado. Siguiendo los pertinentes análisis estadísticos para la validación del instrumento, podemos dar cuenta de un cuestionario confiable y aceptable ($\alpha = 0,815$), estableciéndose 10 dimensiones con 35 preguntas. Se concluye un instrumento válido y adaptado para ser aplicado en estudiantes con el fin de identificar sus hábitos alimentarios en educación superior.

Palabras clave: Adaptación; Educación superior; Encuesta nutricional; Hábitos alimenticios; Validación.

ABSTRACT

Validating data measurement instruments is essential to establish accurate and objective knowledge regarding dietary habits. This article aims to adapt and validate a questionnaire to measure dietary habits originally designed for the primary care setting for use in the context of higher education. Based on a questionnaire validated by Pino, Díaz and López in 2011, the questions were adjusted for a tertiary education context. The instrument was applied to a sample of 405 undergraduate students of a university belonging to the Council of Rectors of Chile (CRUCH) of the Maule region, stratified by college year. Data were analysed using SPSS 20; signed informed consent was obtained. Following the relevant statistical analysis for the validation of an instrument, 10 dimensions with 35 questions were established.

Claudio Díaz^{1*}, José L. Pino^{2,4}, Carolina Oyarzo³,
Valeria Aravena³, Jorge Torres⁴.

1. Instituto de Estudios Humanísticos "Juan Ignacio Molina" y
Facultad de Psicología, Universidad de Talca. Chile.

2. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos,
Universidad de Chile. Chile.

3. Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela de Nutrición y Dietética,
Universidad Católica del Maule. Chile.

4. Facultad de Salud, Universidad Santo Tomás. Chile.

*Correspondencia: Claudio Díaz Herrera.
Instituto de Estudios Humanísticos "Juan Ignacio Molina",
Universidad de Talca.

Av. Lircay S/N, Talca, Región del Maule, Chile.

Fono: (71) 2200459.

*Email: cldiaz@utalca.cl

Este trabajo fue recibido el 08 de agosto de 2018.

Aceptado con modificaciones: 16 de septiembre de 2018.

Aceptado para ser publicado: 21 de enero de 2019.

Results indicated that the instrument is trustworthy and acceptable ($\alpha = 0.815$). We conclude that the instrument is a valid adaptation and can be applied to higher education students in order to identify their eating habits.

Keywords: Adaptation; Food habits; Higher education; Nutrition survey; Validation.

INTRODUCCIÓN

Existe una necesidad de construir, validar y adaptar instrumentos que logren medir eficazmente hábitos alimentarios, esto se debe a razón de los cambios y efectos colaterales provocados por la emergencia de un mundo moderno^{1,2}, así como los problemas de salud que la población enfrenta a niveles nunca antes vistos³.

Lo anterior ha provocado cambios en la forma de alimentación y actividad física, los que parecen ser elementos centrales para considerar a la obesidad como una verdadera epidemia de estos nuevos tiempos⁴.

En efecto, la publicidad, la capacidad de asociar ciertos tipos de alimentos a clases sociales, las disposiciones actitudinales de los individuos según su capacidad de ingreso económico que terminan por asociar un específico acceso alimentario, contribuyen a un tipo de alimentación que se va transformando con el devenir de los tiempos y contextos sociales⁵.

En este sentido y debido a las profundas transformaciones de un mundo cada vez más moderno y con mayores índices educativos, evidencia empírica da cuenta de la preocupación por los problemas que acarrea pertenecer a un rango etario dedicado a los estudios de nivel superior. Quienes forman parte integrante de estudios universitarios, se transforman en un segmento de la población, que se ve expuesta a cambios en sus rutinas diarias, y con ello a modificaciones en sus prácticas alimentarias, lo que incluye eliminar tiempos de alimentación fundamentales o bien, se encuentran sujetos a la necesidad de consumir alimentos poco nutritivos, otorgando un cariz de vulnerabilidad a esta población y con ello aumentando los factores de riesgo^{6,7,8,9,10,11,12,13,14}.

Según lo anterior, resulta relevante analizar estandarizadamente las formas en las cuales se lleva a cabo el comportamiento alimentario¹⁵, el cual se traducirá en los respectivos hábitos de consumo de alimentos en el individuo¹⁶ quienes le terminan de dar un sentido a esta práctica¹⁷, para nuestro caso particular práctica alimentaria^{18,19,20}.

A juicio de los autores mencionados³, existirían pocos instrumentos que logren medir hábitos alimentarios en etapa educativa. Por otro lado, en la adolescencia española se encuentran aportes relacionados a esta necesidad de una valoración de la actitud hacia la alimentación⁴.

Ahora bien, validaciones de instrumentos que miden hábitos alimentarios en población educativa encontramos los trabajos de Lera, Fretes, González, Salinas y Vio del 2015²¹; o parte del equipo del Instituto de Nutrición y Tecnología de alimentos (INTA) de la Universidad de Chile quienes validan un instrumento esta vez en familias chilenas de escolares de 4 a 7 años²².

En relación a las conductas alimentarias centradas en educación superior, podemos connotar carencia de instrumentos al respecto, considerando la relevancia en la relación existente entre ser humano y los alimentos en un contexto determinado¹⁵. Lo anterior, independiente de la existencia o no de conocimientos nutricionales durante el proceso educativo como plantea Montero, Úbeda y García²³; así como los factores sociales en la conducta alimentaria de los estudiantes²⁴.

De esta manera, podemos dar cuenta de validaciones a cuestionarios que miden hábitos alimentarios como los que inspiran el presente estudio^{2,25}, u otros aportes a nivel general como los que miden consumo de grasas y azúcares²⁶.

Según lo anterior, el artículo tiene por objetivo adaptar y

validar para el contexto de educación superior, un cuestionario que se transforme en un insumo válido para medir hábitos alimentarios en estudiantes universitarios.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio de diseño no experimental y de tipo transversal. Se basó en el instrumento validado por Pino, Díaz y López², el cual mide aspectos individuales de los sujetos, en relación a conductas y hábitos alimenticios en usuarios de atención primaria en salud (ECHAAP). El instrumento original se constituye por un total de 38 preguntas escala tipo Likert, las que filtradas lograron obtener 11 dimensiones.

El instrumento final adaptado para educación superior (Encuesta de Conductas y Hábitos Alimentarios en Educación Superior – ECHAES), fue analizado mediante aplicación piloto y validación de expertos, esta última con la participación de dos nutricionistas y un sociólogo, quienes contemplaron la pertinencia y validación interna en un contexto de educación superior. Por tanto, se restó la dimensión número dos del instrumento original, equivalente a tres preguntas que apuntaban a la etiqueta de “seguimiento de indicadores de salud”, las cuales son propias de un contexto de atención primaria en salud (APS).

En consecuencia, se aplicaron 35 ítems de escala Likert de cinco alternativas, correspondientes a 10 dimensiones del instrumento ECHAAP y que corresponden a conductas y hábitos alimentarios.

Tamaño muestral

Contemplando una población total de 1.410 estudiantes de una universidad en la región del Maule perteneciente al Consejo de Rectores de Chile (CRUCH). Se determinó una muestra de 405 estudiantes, pertenecientes a la totalidad de carreras que forman parte de la universidad. Con el objeto de lograr mayor validez en la muestra, se trabajó con el respectivo marco muestral y con un tipo de muestra probabilística estratificada según cada carrera^{27,28}. Se consideró un 5% de error en esta muestra, un 97% de nivel de confianza y una proporción esperada de pérdidas de 15%. Los datos fueron recopilados en el mes de octubre del año académico 2015 en la misma casa de estudios superiores.

Finalmente, el estudio contempló los respectivos resguardos éticos mediante consentimiento informado firmado en dos copias y aprobado por el respectivo comité de ética. En dicho documento se establece que quienes participan en el estudio no reciben compensación de algún tipo, siendo estrictamente voluntaria; anónima en su autoaplicación y en su procesamiento en la base de datos, esto mediante la asignación del instrumento con un orden aleatorios según nivel y carrera; por último, el documento expresa que la recopilación y uso de resultados es con fines estrictamente académicos.

Análisis estadístico de los datos

Luego del levantamiento de datos, se construyó una matriz de datos en el programa Microsoft Excel 2013, la

cual fue exportada al paquete estadístico IBM SPSS 20.

La estructura matricial se construyó a través de un Análisis factorial usando como método de extracción el Análisis de Componentes Principales, con una solución rotada aplicando la metodología Varimax. Las dimensiones se construyeron teniendo en cuenta una saturación mayor a 1,0. Durante el análisis los valores de coeficientes fueron ordenados de mayor a menor y se consideraron los valores iguales o mayores a 0,20, para facilitar la lectura e interpretación de los datos²⁹. El análisis de consistencia interna total y por dimensión se realizó mediante la aplicación del coeficiente alpha de Cronbach. Para estudiar la interrelación de las preguntas que conforman las dimensiones en relación al puntaje de la dimensión y del total del puntaje, se utilizaron coeficientes de correlación de Pearson.

Para determinar los puntos de corte del puntaje resultante del instrumento, se utilizaron los valores de percentil 25, entre percentil 25 y percentil 75 y mayor a percentil 75. Todas las inferencias se realizaron contemplando un 95% de confianza y nivel de significación de 0,05.

RESULTADOS

Participaron 405 estudiantes de una universidad de carácter privado, con aportes estatales y perteneciente al CRUCH de la región del Maule, de los cuales el 80% lo constituyeron mujeres (n= 317). Al momento de la investigación se observó una edad media de 21,88 $\pm$ 3,63 años, teniendo los varones una edad significativamente mayor (22,67 $\pm$ 4,32 vs 21,70 $\pm$ 4,44 años p= 0,036).

El estadístico Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) fue de 0,802 y la prueba de esfericidad de Bartlett de $\alpha < 0,05$ (Chi2= 3181,055; 595 gl; p<0,0001), por lo cual se realizó análisis factorial con método Varimax (Tabla 1).

Al evaluar la fiabilidad de las preguntas que formaron parte del análisis factorial, el alpha de Cronbach es adecuado (α -Cronbach= 0,815). Las preguntas lograron construir una matriz con 10 dimensiones, que logran explicar un 55,3% de la varianza. La consistencia interna logro ser mejor al aplicar la totalidad de las preguntas (datos no mostrados).

Al estudiar las correlaciones de cada una de las preguntas respecto a su dimensión y al total del instrumento, se observa que están correlacionadas significativamente exceptuando las preguntas P3 y P10 de las dimensiones 5 y 3 respectivamente con el puntaje total del instrumento, y P35r con el puntaje de la propia dimensión (D5) (Tablas 2 y 3).

Las dimensiones logradas por el Análisis Factorial se denominaron: Preocupación alimentaria, Guías alimentarias, Alimentación fuera de horarios, Conciencia de Alimentación, Conductas alimentarias-sedentarias, Productos Cárneos, Lácteos y Cereales, Recomendaciones para Actividad Física, Actitud de alimentación y Actividad Sedentaria respectivamente, de acuerdo a las preguntas que estaban contenidas en ellas. Las dimensiones 2 y 3 (Guías alimentarias, Alimentación fuera de horarios) aportan la mayor ponderación. Cada dimensión aporta en proporción para lograr el puntaje final, el cual puede clasificar a los estudiantes. Por tanto, la

suma total de las proporciones respectivas de cada puntaje de dimensión será el resultado con el cual se podrá clasificar la conducta y hábitos alimentarios. El puntaje promedio de 12,84 $\pm$ 1,83 puntos, con un mínimo de 7,5 y máximo de 18,7 puntos (Tabla 4).

El puntaje total de las 10 dimensiones del instrumento, permite clasificar de acuerdo a tres puntos de corte: aquellos que presenten una sumatoria total menor o igual a 11,5 puntos, se les clasificará con conductas y hábitos "Deficientes". Quienes obtengan un puntaje total en el rango de 11,51 y 14,13 puntos, se clasificarán como Conductas y hábitos alimentarios "Suficientes". Mientras quienes presenten un puntaje igual o superior a 14,14 puntos, se les catalogarán como personas de conductas y hábitos alimentarios "Saludables" (Tabla 4).

DISCUSIÓN

La evidencia puede dar cuenta de la importancia del cuidado nutricional desde los mil primeros días de vida, impactando en el crecimiento e índice de masa corporal en el transcurso de la vida, lo que también se asocia a condiciones estructurales sociales y económicas de los sujetos en su contexto determinado³⁰.

En este sentido, el inapelable aumento de malnutrición y obesidad como epidemia del nuevo siglo⁴ conlleva la necesidad de estar constantemente observando el fenómeno alimentario en diferentes contextos y etapas etarias del desarrollo del ser humano.

Lo anterior sin lugar a dudas, alza a un lugar de suma importancia el uso de instrumentos cuantitativos que observen las formas de alimentación, en el entendido que siempre son un desafío, debido a errores en la medición así como la variabilidad en los tipos de ingesta de los individuos, debiendo cuidar la emergencia de sesgos en la investigación, en la medición de la información respecto a ingestas lo más cercanas a la realidad, o bien la necesidad de estar en constante evaluación de los diseños de estudio^{31,32}.

De esta forma, el objeto de medir conductas y hábitos alimentarios obedece a indagar una concepción más holística y que vaya más allá de la medición de una ingesta alimentaria² y que pueda ser aplicado en otros contextos tanto para una adaptación del instrumento, o bien para su uso diagnóstico en otros centros de estudios de educación superior. Por tanto, la medición como observación de propiedades cuantitativas responde a condiciones empíricas como estadísticas, sin embargo, lamentablemente la discusión de ambigüedad no está lejos de superarse, ya que, emerge la tensión entre lo observable y no observable³³.

En términos analíticos, la encuesta sometida a evaluación factorial contiene treinta y cinco de las 38 preguntas originales, agrupándose en 10 dimensiones:

Preocupación alimentaria; que refiere al interés por un peso saludable y consumo de alimentación saludable. *Guías alimentarias*; el cual versa respecto a identificar el conocimiento de los individuos respecto

Tabla 1. Matriz de Componentes Rotados de la Encuesta de Conductas y Hábitos Alimentarios en Estudiantes de Educación Superior - ECHAES (n= 405).

	COMPONENTE									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1. Calorías contenidas de alimentos	0,854									
P2. Revisión etiquetado para conocer cal.	0,833									
P7. Consumo alimentos evitando frituras y grasas	0,533	0,319	0,248		0,219					
P6. Consumo lácteos descremados	0,415				0,321		0,349			
P25. Consumo bebida de fantasía en la semana	0,414		0,234		0,215	0,261	0,226			
P13. Consumo de legumbres semanal		0,671					-0,250			
P14. Porciones de verduras que consume al día		0,623								
P15. Consumo de frutas diarias	0,221	0,593					0,206			
P29. Realiza 4 comidas recomendadas diarias (desayuno, almuerzo, once, cena)		0,502								
P16. Cantidad de consumo de pescados semanal		0,486				-0,317	0,289	-0,216		
P5. Consumo bajo en cal. al comer a deshoras	0,452	0,454		0,213						
P12. Con ansiedad o bajo ánimo come a deshoras			0,786							
P11. Le da hambre cuando está aburrido			0,740							
P30. Se sienta a comer con mucha hambre			0,520		0,219					
P10. Consumo de alimentos entre las 4 recomendadas		-0,376	0,453		0,211	-0,249				
P4. Apoyo social para bajar de peso	0,364		0,429		0,253	-0,271	-0,209		0,207	
P9. Consumo diario de golosinas o snack	0,334		0,361		0,213				0,305	
P33. Deja de comer cuando está saciado				0,740						
P18. Se sirve raciones pequeñas	0,326			0,622	0,201					
P19. Come sólo cuando tiene hambre	0,214			0,592						
P35. Cantidad de veces semanal consumo pastas					0,724					
P3. Practica dieta de algún tipo	0,385	0,251			0,470	-0,244	-0,233			
P28. Consumo de pan diario	0,341			-0,221	0,454				0,234	
P24. Mientras como veo TV o leo			0,307	0,256	0,357					0,275
P8. Días por semana que consume comida rápida		0,229	0,253		0,336	0,279		0,203	0,291	-0,300
P26. Cantidad de consumo de carnes semanal ^a						0,744				
P23. Come carnes grasas	0,202				0,357	0,627				
P27. Consumo diario de lácteos							0,711			
P34. Cantidad de veces semanal consumo cereales		0,232					0,503	0,269		-0,361
P22. Camina a diario al menos 30 minutos				0,275				0,742		
P20. Actividad física por semana								0,621		0,286
P21. Consumo de vasos de agua diario	0,276	0,269			0,235		0,247	0,358	-0,201	
P32. Come sentado									0,767	
P31. Come despacio				0,334			0,272		0,551	
P17. Cantidad de horas al día sentado								0,229		0,784

^aCarnes: rojas, cerdo, pollo, pescado.

Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser. Se han eliminado los pesos con valores menor o igual a 0,20.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 2. Correlaciones de Pearson Inter – Ítem de las Dimensiones de la Encuesta de Conductas y Hábitos Alimentarios en Estudiantes de Educación Superior - ECHAES (n= 405).

CORRELACIONES												
		Promedio Total	D 1	D 2	D 3	D 4	D 5	D 6	D 7	D 8	D 9	D 10
Promedio Total	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	1	0,804** 0,000	0,696** 0,000	0,565** 0,000	0,508** 0,000	0,580** 0,000	0,343** 0,000	0,411** 0,000	0,518** 0,000	0,355** 0,000	0,152** 0,002
D1	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)		1	0,497** 0,000	0,309** 0,000	0,311** 0,000	0,417** 0,000	0,256** 0,000	0,282** 0,000	0,360** 0,000	0,145** 0,004	0,039 0,434
D2	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)			1	0,199** 0,000	0,183** 0,000	0,322** 0,000	0,136** 0,006	0,317** 0,000	0,374** 0,000	0,138** 0,006	0,081 0,103
D3	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)				1	0,288** 0,000	0,335** 0,000	0,135** 0,007	0,018 0,718	0,089 0,076	0,197** 0,000	0,064 0,202
D4	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)					1	0,151** 0,002	0,099* 0,048	0,088 0,078	0,162** 0,001	0,339** 0,000	0,011 0,832
D5	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)						1	0,216** 0,000	0,133** 0,007	0,229** 0,000	0,042 0,405	0,079 0,115
D6	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)							1	-0,017 0,731	0,012 0,804	0,073 0,146	0,053 0,293
D7	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)								1	0,233** 0,000	0,183** 0,000	-0,037 0,463
D8	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)									1	0,062 0,218	0,163** 0,001
D9	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)										1	0,007 0,896
D10	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)											1

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral). D: Dimensión.

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia.

a guías alimentarias del Ministerio de Salud, orientado a alimentos de menor consumo como frutas, verduras, pescado y legumbres. *Alimentación fuera de horarios*; respecto a consumo alimentario entre comidas, el cual está asociado a comportamiento psicológico. *Conciencia de Alimentación*; en relación a la capacidad del sujeto para controlar la ingesta alimentaria en pos de un consumo que apunte a una alimentación adecuada en sus cantidades. *Conductas alimentarias sedentarias*; el cual refiere al factor de tiempo inactivo diario y su relación con el menor consumo de alimentos poco nutritivos y balanceados.

Productos Cárneos; el cual versa en la cantidad y calidad respecto a este alimento altamente proteico y graso. *Lácteos y Cereales*; que refiere a la cantidad de lácteos y cereales que consume el individuo. *Recomendaciones para Actividad Física*; que se relaciona con la disposición hacia evitar el sedentarismo y consumo de agua al día; Actitud de alimentación; el cual mide la actitud corporal y temporal del acto de ingesta alimentaria. Y, por último, *Actividad Sedentaria*; que pretende evaluar el tiempo que el sujeto invierte en posición de reposo para este caso particular sentado.

Tabla 3. Correlaciones de Pearson Inter-Dimensión, Ítem-Total y Dimensión-Total de la Estructura Factorial.

Preguntas	Ítem dimensión	Ítem total	Preguntas	Ítem dimensión	Ítem total
P1	0,799**	0,612**	P35r	-0,036	0,205**
P2	0,781**	0,594**	P3	0,613**	0,391
P7	0,728**	0,664**	P28	0,554**	0,399**
P6	0,657**	0,488**	P24	0,569**	0,339**
P25	0,648**	0,566**	P8	0,428**	0,372**
Total Dimensión 1		0,804**	Total Dimensión 5		0,580**
P13	0,527**	0,305**	P26	0,830**	0,134*
P14	0,664**	0,449**	P23	0,826**	0,436**
P15	0,702**	0,509**	Total Dimensión 6		0,343**
P29	0,591**	0,358**	P27	0,731**	0,245**
P16	0,468**	0,259**	P34	0,848**	0,392**
P5	0,687**	0,603**	Total Dimensión 7		0,411**
Total Dimensión 2		0,696**	P22	0,731**	0,336**
P12	0,680**	0,418**	P20	0,698**	0,337**
P11	0,673**	0,389**	P21	0,669**	0,418**
P30	0,513**	0,333**	Total Dimensión 8		0,518**
P10	0,517**	0,045	P32	0,681**	0,166*
P4r	-0,247**	-	P31	0,913**	0,366**
P9	0,484**	-0,185**	Total Dimensión 9		0,355**
Total Dimensión 3		0,565**	P17	1,00**	0,152*
P33	0,737**	0,265**	Total Dimensión 10		0,152*
P18	0,759**	0,507**	* p<0,05; ** p<0,01 (prueba bilateral)		
P19	0,763**	0,378**	n=405 casos		
Total Dimensión 4		0,508**			

Fuente: elaboración propia.

Esta estructura del cuestionario resulta de bajo costo en su aplicación, simple de entender para el encuestado, contribuyendo a generar una visión amplia que se centra en la valoración de conductas².

Sin lugar a dudas y tal como muestra la evidencia teórica y empírica referenciada en el presente artículo, sigue existiendo una necesidad de validación de instrumentos que midan conductas y hábitos alimentarios en diferentes contextos sociales, educacionales, organizacionales e institucionales, posicionando este estudio de propiedades psicométricas en un lugar relevante y aplicable para el diagnóstico organizacional y epidemiológico.

Una de las limitaciones del estudio, fue no incorporar algún indicador de estado nutricional como por ejemplo

Índice de Masa Corporal (IMC) o peso aceptable, al establecer las categorías de hábitos y conductas alimentarias, con el fin de enlazar el puntaje de la encuesta con el diagnóstico nutricional para evaluar su concordancia, trabajo que deberá ser realizado en una próxima investigación. También es necesario aplicar y validar el instrumento en otras poblaciones y determinar si la estructura es semejante para dichos grupos de personas.

CONCLUSIÓN

Podemos concluir que el instrumento ECHAES aporta a un tipo de medición válido, de confianza, económico, de simple aplicación y adaptado a educación superior. Logra apuntar a evaluar más allá de una ingesta alimentaria

Tabla 4. Etiqueta y valores descriptivos del puntaje total de la Encuesta de Conductas y Hábitos Alimentarios en Estudiantes de Educación Superior con Estructura Factorial en base a 10 dimensiones.

Dimensión	Etiqueta	N° Preg	Ponderación			
1	Preocupación alimentaria	5	Sumatoria * 0,143			
2	Guías alimentarias	6	Sumatoria * 0,171			
3	Alimentación fuera de horarios	6	Sumatoria * 0,171			
4	Conciencia de Alimentación	3	Sumatoria * 0,086			
5	Conductas alimentarias-sedentarias	5	Sumatoria * 0,143			
6	Productos Cárneos	2	Sumatoria * 0,057			
7	Lácteos y Cereales	2	Sumatoria * 0,057			
8	Recomendaciones para Actividad Física	3	Sumatoria * 0,086			
9	Actitud de alimentación	2	Sumatoria * 0,057			
10	Actividad Sedentaria	1	Sumatoria * 0,029			
Total		35	Sumatoria de las 10 dimensiones			
Media ± DE 12,84 ± 1,83	Shapiro-Wilk					
	estad	gl	P	<P25	P25 – P75	>P75
	0,996	402	0,474	11,50 pts	11,51 – 14,13 pts	14,14 pts
Mín= 7,5 Máx= 18,7	Clasificación:		Conducta y hábitos alimentarios Deficientes	Conducta y hábitos alimentarios Suficientes	Conducta y hábitos alimentarios Saludables	

DE = Desviación estándar.

Fuente: elaboración propia.

individual y colectiva, sino que tributa hacia la observación desde una mirada holística, social y cultural a los hábitos alimentarios de una población potencialmente vulnerable a la hora de analizar hábitos alimentarios en educación terciaria.

BIBLIOGRAFÍA

- Pérez O, Nazar A, Salvatierra B, Pérez-Gil S, Rodríguez L, Castillo M, et al. Frequency of the consumption of industrialized modern food in the habitual diet in Mayan communities of Yucatan, Mexico. *Socials studys* 2012; 20(39): 156-184.
- Pino JL, Díaz C, López MÁ. Development of a questionnaire to measure behavior and food habits in users of primary health care. *Rev Chil Nutr* 2011; 38(1): 41-51.
- Guerrero G, López J, Villaseñor N, Gutiérrez C, Sánchez Y, Santiago L, et al. Design and validation of a questionnaire to assess health habits of school children aged 8-12D. *Rev Chil Salud Pública* 2014; 18(3): 249-256.
- Lima-Serrano M, Lima-Rodríguez J, Sáez-Bueno Á. Design and Validation of Scales to Measure Adolescent Attitude toward Eating and toward Physical Activity. *Rev Esp Salud Pública* 2012; 86(3): 253-268.
- Barthes R. *For a psycho-sociology of contemporary food.* *Empiric* 2006;(11): 205-224.
- Lorenzini R, Betancur D, Chel L, Segura M, Castellanos A. Nutritional status of university students from México in relation with their lifestyle. *Nutr hosp* 2015; 32(1): 94-100.
- Pi R, Vidal P, Brassesco B, Viola L, Aballay L. Nutritional status in university students: its relation to the number of daily intakes and macronutrients consumption. *Nutr hosp* 2011; 31(4): 1748-1756.
- Iglesias M, Mata G, Pérez A, Hernández S, García R, Rapadaki C. Nutritional status of students at university in Madrid. *Nutr. Clín. Diet. Hosp* 2013; 33(1): 23-30.
- Pérez L, Mingo T, Bayona I, Ferrer M, Márquez E, Ramírez R, et al. Diet quality in college students with different academic profile. *Nutr hosp* 2015; 31(5): 2230-2239.
- Rizo-Baeza M, González-Brauer N, Cortés E. Quality of the diet and lifestyles in health sciences students. *Nutr hosp* 2014; 29(1): 153-157.
- Durán S, Valdés p, Godoy A, Herrera T. Eating habits and physical condition of physical education students. *Rev Chil Nutr* 2014; 41(3): 251-259.
- Espinoza L, Rodríguez F, Gálvez J, Mac Millan N. Eating habits and physical activity in university students. *Rev Chil*

- Nutr 2011; 38(4): 458-465.
13. Cervera F, Serrano R, Vico C, Milla M, García MJ. Food habits and nutritional assessment in a university population. *Nutr hosp* 2013; 28(2): 438-446.
 14. Córdoba D, Carmona MTO, Márquez O. Life style and nutritional status in university students: A descriptive, cross-sectional study. *Medwave*. 2013; 13(11).
 15. Márquez-Sandoval Y, Salazar-Ruiz E, Macedo-Ojeda C, Altamirano-Martínez M, Bernal-Orozco M, Salas-Salvadó J, et al. Design and validation of a questionnaire to assess dietary behavior in Mexican students in the area of health. *Nutr hosp* 2014; 30(1): 153-164.
 16. Domínguez-Vásquez P, Olivares S, Santos JL. Eating behavior and childhood obesity: family influence. *Arch Latinoam Nutr* 2008; 58(3): 249-255.
 17. Bourdieu P. *Practical Reason*. Buenos Aires: Siglo XXI; 2007.
 18. Díaz C, Oyarzo C. Traditional food in the region of the Maule of Chile. Representation of clients and managers of traditional restaurants. [online] 2017; 27 (50) [citado 2018-04-21]. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572017000200003&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0188-4557. <http://dx.doi.org/10.24836/es.v27i50.428>.
 19. Montecino S. Towards a genealogy of taste and the transmission of culinary knowledge in a city in northern Chile. *Journal chilean literature* [online] 2009; (72) [citado 2018-04-20]. Disponible en: <https://revistaliteratura.uchile.cl/index.php/RCL/article/view/18883/19994>. ISSN: 0718-2295.
 20. Montecino S. Stones, myths and foods, ancient sounds of Chilean cuisine: the calapurca and the curanto. *Atenea*. 2003; (487): 33-49. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_issues&pid=0718-0462&lng=es&nrm=iso
 21. Lera L, Fretes C, González C, Salinas J, Vio F. Validity of an instrument for assessing food consumption, food habits and cooking skills in 8-11years old students. *Nutr hosp* 2015; 31(5): 1977-1988.
 22. Lera L, Salinas J, Fretes C, Vio F. Validation of an instrument to measure food practices in Chilean families of school children aged 4-7 years. *Nutr hosp* [online] 2013; 28 (6) [citado 2018-04-20], pp. 1961-1970. Disponible en: <<http://dx.doi.org/10.3305/nh.2013.28.6.6859>>. ISSN 1699-5198.
 23. Montero A, Úbeda N, García A. Evaluation of dietary habits of a population of university students in relation with their nutritional knowledge. *Nutr hosp* 2006; 21(4): 466-473.
 24. Troncoso C, Amaya J. Social factors in feeding behavior of university students. *Rev Chil Nutr* 2009; 36(4): 1090-1097.
 25. Pardo A, Ruiz M, Jódar J, Garrido J, De Rosendo J, Usán L. Development of a questionnaire for the assessment and quantification of overweight and obesity related lifestyles. *Nutr hosp* 2004; 19(2): 99-109.
 26. Aráuz Hernández AG, Roselló Araya M, Guzmán Padilla S, Padilla Vargas G. Validation of a questionnaire of dietary habits associated with the consumption of fats and sugars. *Arch Latinoam Nutr* 2008; 58(4): 392-396.
 27. Hernández R, Fernández C, Baptista P. *Investigation methodology*. México D.F: Mc Graw Hill; 2010.
 28. Sierra R. *Social research techniques: Theory and exercises*. Madrid: Thomson; 2007.
 29. Cabero M^a, De Paz Y, Martín Q. *Statistical treatment of data with SPSS. Resolved and commented practices*. España: Paraninfo; 2007.
 30. Vitoria C. The thousand days opportunity for nutritional interventions. From conception to two years of life. *Arch Argent Pediatr* 2012; 110(4): 311-317.
 31. Serra-Majem L, Pfrimer K, Doreste-Alonso J, Ribas-Barba L, A SV, Ortiz-Andrellucchi A, et al. Dietary assessment methods for intakes of iron, calcium, selenium, zinc and iodine. *British Journal of Nutrition* 2009; 102(1 Suppl): 38-55.
 32. Ngo J, Engelen A, Molag M, Roesle J, García-Segovia P, Serra-Majem L. A review of the use of information and communication technologies for dietary assessment. *British Journal of Nutrition* 2009; 101(2 Suppl): S102-112.
 33. Bunge M, Ardila R. *Philosophy of psychology*. México D.F: Siglo XXI; 2002.