



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO  
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM AMECAMECA  
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM NEZAHUALCÓYOTL  
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM VALLE DE CHALCO  
MAESTRÍA EN SOCIOLOGÍA DE LA SALUD

**TESIS**

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE  
**MAESTRA EN SOCIOLOGÍA DE LA SALUD**

***“ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE  
LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN JÓVENES  
UNIVERSITARIOS”***

PRESENTA:

**LES. ARIADNA MARTINEZ FLORES**

TUTOR ACADÉMICO:

**DRA. GEORGINA CONTRERAS LANDGRAVE**

COMITÉ TUTORIAL:

**DR. MANUEL LEONARDO IBARRA ESPINOSA  
DR. ESTEBAN JAIME CAMACHO RUIZ**



**CONACYT**

Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología

**Amecameca Estado de México, 04 de Abril 2018**

# VOTO APROBATORIO



Universidad Autónoma del Estado de México  
Centro Universitario UAEM Amecameca  
Maestría en Sociología de la Salud

Nezahualcóyotl Edo. de México, 08 de febrero de 2018

**DRA. OFELIA MÁRQUEZ MOLINA  
COORDINADORA DE LA MAESTRÍA EN  
SOCIOLOGÍA DE LA SALUD  
PRESENTE**

Sirva este conducto para enviarle un saludo y a la vez le comunico que los miembros del Comité de Tutores de la alumna Ariadna Martínez Flores, hemos concluido la revisión de la tesis que lleva por título **“ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS”** la cual cumple con todos los requisitos necesario.

Por lo anterior, otorgamos por unanimidad de votos la presente:

## ACTA DE VOTO APROBATORIO

y se proceda a la impresión de la tesis.

Sin más por el momento, reiteramos a Usted nuestro reconocimiento.

**ATENTAMENTE  
“PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO”**

*“2018, Año del 190 Aniversario de la Universidad Autónoma del Estado de México”*

### COMITÉ DE TUTORES

#### NOMBRE

Dra. Georgina Contreras Landgrave

Dr. Manuel Leonardo Ibarra Espinosa

Dr. Esteban Jaime Camacho Ruiz

#### FIRMA

#### ALUMNA

Ccp. Subdirección Académica del CU UAEM Amecameca  
cpc. Archivo

\* Km. 2.5 Carretera Amecameca - Ayapango.  
Amecameca, Estado de México  
Tel. (597) 9782158 / 59  
www.uaemex.mx

**CU Amecameca**

## AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a Dios, por ayudarme a cumplir una meta más de muchas que vendrán, por darme salud y fuerza para seguir esforzándome cada día por conseguir mis sueños con trabajo y esfuerzo.

A mí madre por ser mi apoyo, guía y cómplice en cada una de las metas que me propongo, formas parte importante en la realización de este proyecto de muchos que vendrán, además por tu amor y apoyo incondicional que me impulsan a seguir formándome personal y profesionalmente. Gracias madre por ser mí más grande impulso, por consolarme y tranquilizarme en los momentos en donde más lo he necesitado, nunca voy a encontrar las palabras para expresar lo que significas para mí, por todo lo que has hecho y sigues haciendo por mí. Gracias Mamá, Te Amo.

A mí padre por impulsarme a cumplir cada uno de los sueños que me propongo con trabajo y esfuerzo, por estar allí en los momentos donde lo he necesitado. Gracias por ese apoyo incondicional.

A mí hermana por ser cómplice en cada una de las metas que me propongo, por brindarme apoyo cuando lo necesito, por escucharme cada vez que se me ocurre una idea o un sueño por realizar, gracias por esas palabras de aliento que me impulsan a seguir preparándome en lo personal y profesional.

A mí hermoso sobrino, gracias por ser mí inspiración para seguir preparándome como profesionalista, pero sobre todo me impulsas a ser una mejor persona cada día, me das fuerza y apoyo en todo momento, gracias por tu amor incondicional y desinteresado, gracias por formar parte de una meta más de muchas que vendrán. Te Amo Liam.

Le quiero agradecer a mi querida Universidad, por permitirme seguir formándome como profesionalista en sus aulas, por abrirme sus puertas para seguir superándome

en todos los aspectos, gracias por todas las enseñanzas que he recibido, por impulsarme a seguir preparándome siempre.

Le quiero agradecer a la Dra. Georgina Contreras Landgrave por su voto de confianza al aceptar formar parte de este proyecto de investigación, por sus continuas enseñanzas, por invitarme a seguir superándome y por siempre contar con su apoyo.

A todos los que participaron voluntaria e involuntariamente en la realización de esta investigación.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco al Consejo Nacional de Ciencia de Ciencia y Tecnología por otorgarme la beca PNPC, gracias a su apoyo se hizo posible la realización de este proyecto de investigación.



## **DEDICATORIAS**

Quiero dedicar este trabajo de investigación a mí familia, gracias por ese amor y apoyo incondicional que me inspira a ser una mejor persona cada día en todos los aspectos de mi vida. Los Amo.

## ÍNDICE

<b>I. RESUMEN DE LA TESIS</b>	
<b>II. INTRODUCCIÓN</b>	<b>17</b>
<b>III. PRESENTACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO</b>	<b>19</b>
<b>IV. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>20</b>
<b>V. SUSTENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL</b>	<b>23</b>
<b>a) LO TEÓRICO</b>	<b>23</b>
• La sociedad	23
• La sociedad como elemento complejo (Morín)	24
• La sociedad como estructura estructurante (Bourdieu)	25
• La sociedad y la teoría las representaciones sociales (Moscovici)	26
<b>b) LO CONCEPTUAL</b>	<b>27</b>
❖ ASPECTOS BIOLÓGICOS Y PSICOLÓGICOS	27
❖ Juventud	27
❖ Percepción	27
❖ ASPECTOS SOCIALES	28
❖ Estilos de vida	28
❖ Universidad	30
❖ Conducta	30

❖	<b>Conducta alimentaria</b>	<b>30</b>
❖	<b>Influencia</b>	<b>31</b>
❖	<b>Determinantes de la alimentación</b>	<b>31</b>
❖	<b>Determinantes de la salud</b>	<b>31</b>
❖	<b>Modelos de los determinantes sociales</b>	<b>32</b>
❖	<b>Enfoque biológico</b>	<b>32</b>
❖	<b>Enfoque social</b>	<b>33</b>
❖	<b>Factores protectores</b>	<b>34</b>
❖	<b>Factores de riesgo</b>	<b>35</b>
❖	<b>Determinantes familiares</b>	<b>35</b>
❖	<b>La Familia como factor protector</b>	<b>37</b>
❖	<b>La familia como factor de riesgo</b>	<b>38</b>
❖	<b>Hábitos</b>	<b>38</b>
❖	<b>Actividades</b>	<b>38</b>
❖	<b>Práctica</b>	<b>38</b>
❖	<b>Costumbre</b>	<b>39</b>
❖	<b>Tradiciones</b>	<b>39</b>
❖	<b>Valores individuales</b>	<b>39</b>
❖	<b>Valores colectivos</b>	<b>39</b>
❖	<b>Ocio</b>	<b>39</b>
❖	<b>Escolaridad</b>	<b>39</b>
❖	<b>Género</b>	<b>40</b>



❖ Clase social	40
❖ Trabajo	40
❖ Salario	40
❖ ASPECTOS NORMATIVOS	40
❖ Norma oficial mexicana 043	40
❖ Norma oficial mexicana 009	41
❖ FONDICT	42
<b>VI. APORTACIONES AL ESTADO DEL CONOCIMIENTO</b>	<b>43</b>
<b>VII. SUPUESTO HIPOTÉTICO</b>	<b>54</b>
<b>VIII. OBJETIVOS</b>	<b>55</b>
<b>IX. JUSTIFICACIÓN</b>	<b>56</b>
<b>X. DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA</b>	<b>59</b>
<b>XI. RESULTADOS</b>	<b>64</b>
<b>XII. DISCUSIÓN</b>	<b>75</b>
<b>XIII. CONCLUSIONES</b>	<b>91</b>
<b>XIV. LIMITACIONES Y SUGERENCIAS</b>	<b>95</b>
<b>XV. REFERENCIAS</b>	<b>96</b>
<b>XVI. ANEXOS</b>	<b>107</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>FIGURA 1. MODELO DE DETERMINANTES DE LA SALUD DE LALONDE</b>	<b>33</b>
<b>FIGURA 2. MODELO DE DETERMINANTES DE DAHLGREN Y WHITEHEAD</b>	<b>34</b>

## RESUMEN DE TESIS

La presente investigación aborda el tema de los estilos de vida y su relación con la conducta alimentaria de los jóvenes universitarios, cabe señalar que la conducta alimentaria es un eje conductor que desencadena problemas graves de salud como las conductas alimentarias de riesgo, los trastornos de la conducta alimentaria y de la composición corporal. Con relación a lo anterior se han realizado estudios en Europa, Estados Unidos y México principalmente, los cuales dieron como resultados que existe un alto porcentaje de jóvenes que presentan conductas alimentarias de riesgo, también, es importante mencionar que los estudios que se han realizado en cuanto al tema de los estilos de vida de los universitarios y su conducta alimentaria se han abordado desde un enfoque biológico, lo cual no ha permitido conocer de manera integral los factores que también influyen en ellos, por lo tanto resulta urgente abordar el tema desde una mirada social, es decir una visión amplia para entender y resolver las problemáticas de salud que se presentan derivadas del estilo de vida y la conducta alimentaria. Con relación a lo anterior se tuvo como objetivo general determinar la influencia de los estilos de vida de jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria y la percepción que tienen sobre ella, asimismo se crearon los siguientes objetivos específicos, definir los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios, describir las conductas alimentarias que presentan los jóvenes universitarios, descubrir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria, distinguir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria y determinar la influencia de los estilos de vida sobre la conducta alimentaria de jóvenes universitarios. El supuesto hipotético fue al conocer los estilos de vida que presentan los jóvenes universitarios, se podrán relacionar con sus conductas alimentarias y la percepción de que ella tiene.

El marco teórico que reforzó la investigación se centró en tres autores sociales los cuales explican que las problemáticas de salud que se presentan en el colectivo son resultado de las condiciones sociales con las cuales en individuo convive diariamente, el primer teórico fue Edgar Morín quien define a la sociedad como un elemento complejo que interacciona con muchos elementos más, los cuales influyen directamente en el comportamiento de las personas, por lo tanto se deben conocer todos esos elementos para poder explicar y entender la realidad. El siguiente autor fue Pierre Bourdieu a través de la estructura estructurante la cual genera el hábitus, es decir un modelo en el cual se interpreta la realidad y se reproduce por medio de un sistema de disposiciones que se crean en etapas iniciales en la vida del individuo. Por último, fue Serge Moscovici, el cual explica la teoría de las representaciones sociales y su relación con la sociedad, explicando que una representación social es un conocimiento nuevo, creado a partir de la información recibida del medio exterior, la cual se procesa para después difundirla en el colectivo. La metodología utilizada fue cualitativa, transversal, descriptiva y no experimental, la investigación se desarrolló en el Centro Universitario UAEM, ubicado al oriente del Estado de México, con 8 alumnos de la Licenciatura en Educación para la Salud, de ambos turnos. 4 mujeres y 4 hombres, respectivamente. El instrumento recolector de la información fue una entrevista semiestructurada de acuerdo con las categorías estilos de vida, conducta alimentaria, percepción e influencia y las subcategorías género, trabajo, tradiciones y valores, además la información que se recolectó de los entrevistados se procesó mediante el análisis de discurso. Los principales resultados obtenidos de acuerdo con las categorías y subcategorías fueron, en la categoría conducta alimentaria la pregunta fue ¿Preparas tus alimentos? Los entrevistados respondieron: “Sí” (Venus, Neptuno, Júpiter, Plutón), en contraste, solamente uno de ellos negó preparar sus alimentos “No” (Marte, 2017), mientras que tres de ellos contestaron “Alguna vez” (Mercurio, Saturno, Urano, 2017). La siguiente categoría fue percepción, la pregunta ¿Te gusta cómo te alimentas? Los entrevistados dijeron “Sí.” (Neptuno, Plutón, Mercurio, 2017), “...No.” (Venus, Urano, Júpiter, Marte, 2017), “En la escuela no y en mi casa sí...” (Saturno, 2017). Otra categoría fue influencia y se les cuestionó ¿Desayunas cuando estas con tus

amigos? Los entrevistados dijeron “Sí” (Venus, Urano, Neptuno, Júpiter, Mercurio, Marte, 2017), en oposición los demás contestaron “No” (Saturno, Plutón, 2017). Por último, en la categoría estilos de vida se les realizó la pregunta ¿Con que frecuencia desayunas? Los entrevistados contestaron “es que por lo regular no desayuno...” (Venus, 2017), “... si son dos veces es mucho” (Saturno, 2017), “pues muy pocas veces...” (Urano, 2017), “todos los días” (Neptuno, Mercurio, Marte, 2017), “casi nunca” (Júpiter, 2017), “como tres veces a la semana” (Plutón, 2017). Los resultados de las subcategorías fueron género, a la pregunta ¿Cocinas tus alimentos en casa? Las respuestas de las mujeres fueron “Sí.” (Venus, Neptuno, Mercurio, 2017), pero en contraste una de ellas contestó “Poco.” (Júpiter, 2017), con similitud los hombres dijeron “Sí.” (Saturno, Plutón, Marte, 2017), mientras que solo uno de ellos señaló “No.” (Urano, 2017), la siguiente subcategoría fue trabajo, se les preguntó ¿Realizas otra actividad a parte de estudiar? Ellos contestaron “No.” (Venus, Saturno, Urano, Mercurio, Marte, 2017), “Si.” (Neptuno, Júpiter, Plutón, 2017). Otra subcategoría fue tradiciones, se les formuló la pregunta ¿Qué acostumbres cenar con tu familia? Los entrevistados contestaron “comida casera” (Venus, 2017), “guisado” (Saturno, 2017), “pan, cereal...” (Urano, 2017), “tacos de cabeza...” (Neptuno, 2017), “cereal, sopa...” (Júpiter, 2017), “el guisado de la comida más un pan” (Plutón, 2017), “en fines de semana, vamos a los tacos” (Mercurio, 2017), “a veces me invitan a los tacos” (Marte, 2017). Por último, la subcategoría valores se les cuestionó ¿Puedes rechazar libremente los alimentos que se sirven en tu casa? Los entrevistados contestaron “Sí” (Saturno, Neptuno, Júpiter, Plutón, Marte 2017), seguido de los que dijeron “No” (Urano, Venus, 2017), además del que respondió “Algunas veces...” (Mercurio, 2017). En conclusión, los estilos de vida influyen directamente en la conducta alimentaria de los jóvenes universitarios.

Palabras clave estilos de vida, conducta alimentaria, jóvenes, universidad.

## **ABSTRACT**

This research deals with the subject of lifestyles and their relationship with the eating behavior of college students, it should be noted that eating behavior is a driving axis that leads to serious health problems such as risky eating behaviors, eating disorders, food behavior and body composition. In relation to the above, studies have been carried out in Europe, the United States and Mexico mainly, which showed that there is a high percentage of young people who present risky eating behaviors, it is also important to mention that the studies that have been carried out in Regarding the lifestyles of college students and their eating behavior, they have been approached from a biological perspective, which has not allowed us to comprehensively know the factors that also influence them, therefore it is urgent to address the issue from a social look, that is, a broad vision to understand and solve the health problems that arise from the lifestyle and eating behavior. In relation to the above, the general objective was to determine the influence of the lifestyles of college students on their eating behavior and the perception they have of it, as well as the following specific objectives, to define the lifestyles that young people have. college students, describe the eating behaviors that college students present, discover the perception that college students have about their eating behavior, distinguish the perception that college students have about their eating behavior and determine the influence of lifestyles on eating behavior of young college students. The hypothetical assumption was to know the lifestyles that young college students present, they can relate to their eating behaviors and the perception that they have.

The theoretical framework that reinforced the research focused on three social authors who explain that the health problems that arise in the collective are the result of the social conditions with which the individual coexists daily, the first theorist was Edgar Morin who defines society as a complex element that interacts with many other elements, which directly influence the behavior of people, therefore all these elements must be known to explain and understand reality. The next author was Pierre Bourdieu through the structuring structure which generates *habitus* a model in which reality is interpreted and reproduced by means of a system of dispositions that are created in initial stages in the life of the individual. Finally, it was Serge Moscovici, who explains the theory of social representations and their relationship with society, explaining that a social representation is a new knowledge, created from the information received from the external environment, which is processed for later spread it in the collective. The methodology used was qualitative, transversal, descriptive and not experimental, the research was developed in the UAEM University Center, located east of the State of Mexico, with 8 students of the Bachelor of Health Education, both shifts. 4 women and 4 men, respectively. The information gathering instrument was a semi-structured interview according to the categories of lifestyles, eating behavior, perception and influence and the subcategories of gender, work, traditions and values, in addition the information that was collected from the interviewees was processed through the analysis of speech. The main results obtained according to the categories and subcategories were, in the food behavior category, the question was: Do you prepare your food? Respondents answered: "Yes" (Venus, Neptune, Jupiter, Pluto), in contrast, only one of them refused to prepare their food "No" (Mars, 2017), while three of them answered "Once" (Mercury, Saturn, Uranus, 2017). The next category was perception, the question Do you like how you feed? The interviewees said "Yes." (Neptune, Pluto, Mercury, 2017), "... No." (Venus, Uranus, Jupiter, Mars, 2017), "Not in school and in my house yes ..." (Saturn, 2017). Another category was influence, and they were questioned. Have breakfast when you are with your friends? The interviewees said "Yes" (Venus, Uranus, Neptune, Jupiter, Mercury, Mars, 2017), in opposition the others answered "No" (Saturn, Pluto, 2017). Finally, in the category of lifestyles, the question was asked: How

often do you have breakfast? The interviewees answered, "it is usually not breakfast ..." (Venus, 2017), "... if they are twice it is a lot" (Saturn, 2017), "very rarely ..." (Uranus, 2017), "all the days "(Neptune, Mercury, Mars, 2017)," almost never "(Jupiter, 2017)," like three times a week "(Pluto, 2017). The results of the subcategories were gender, to the question Do you cook your food at home? The women's answers were "Yes." (Venus, Neptune, Mercury, 2017), but in contrast one of them answered "Little." (Jupiter, 2017), with similarity the men said "Yes." (Saturn, Pluton, Mars, 2017), while only one of them indicated "No." (Uranus, 2017), the next subcategory was work, they were asked: Do you do another activity besides studying? They answered "No." (Venus, Saturn, Uranus, Mercury, Mars, 2017), "Yes." (Neptune, Jupiter, Pluton, 2017). Another subcategory was traditions, they were asked the question: What do you usually dine with your family? Respondents answered "homemade food" (Venus, 2017), "stew" (Saturno, 2017), "bread, cereal ..." (Uranus, 2017), "head tacos ..." (Neptuno, 2017), "cereal, soup ... "(Jupiter, 2017)," the stew of food plus bread "(Pluton, 2017)," on weekends, we go to the tacos "(Mercurio, 2017)," sometimes they invite me to the tacos " (Mars, 2017). Finally, the values sub-category were questioned. Can you freely reject the food that is served in your home? The interviewees answered "Yes" (Saturn, Neptune, Jupiter, Pluton, Mars 2017), followed by those who said "No" (Uranus, Venus, 2017), in addition to the one who replied "Sometimes ..." (Mercury, 2017). In conclusion, lifestyles directly influence the eating behavior of college students.

Keywords lifestyles, eating behavior, youth, university



## I. INTRODUCCIÓN

En países de América Latina incluido México, se cuenta con poca información sobre la relación que tiene el estilo de vida con la conducta alimentaria del estudiante universitario, primero porque es abordado desde el plano biológico y segundo por las investigaciones insuficientes que se han realizado respecto al tema, por tanto resulta importante abordar estos temas desde el campo de la Sociología de la Salud, es decir desde un enfoque multifactorial, en donde la conducta alimentaria no sea solo un fenómeno biológico, sino también permite explicar que existe una serie de condiciones sociales que influyen directamente ella. Asimismo, resulta urgente conocer la influencia que tienen los estilos de vida con la conducta alimentaria por las problemáticas de salud como los trastornos de la conducta alimentaria y los de la composición corporal, que se están presentando en una etapa crucial de vida en donde el estudiante se está formando personal y profesionalmente.

Cabe señalar que existen tres millones de personas mayormente jóvenes y adolescentes los que los padecen trastornos de la conducta alimentaria en México (Instituto Nacional de Psiquiatría, 2012), además la Organización Mundial de la Salud estipula que deben considerarse los trastornos de la composición corporal derivados de la conducta alimentaria que son el sobrepeso y la obesidad, donde México se ubica en el primer lugar en adultos y el segundo en la categoría infantil

a nivel mundial, ya que cuenta con 48 millones de obesos. Por lo tanto, es necesario conocer el problema desde su raíz, identificando cuales son los componentes que forman el estilo de vida de la población y a su vez la relación con las conductas alimentarias.

El objetivo general de la investigación fue determinar la influencia de los estilos de vida de jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria y la percepción que tienen sobre ella, como supuesto hipotético conocer los estilos de vida que presentan los jóvenes universitarios, se podrán relacionar con sus conductas alimentarias y la percepción de que ella tiene, se realizó de forma cualitativa, transversal, no experimental y descriptiva, se desarrolló en un Centro Universitario UAEM, ubicado al oriente del Estado de México. El instrumento recolector de la información fue una entrevista semiestructurada con las categorías, conducta alimentaria, percepción, influencia y estilos de vida, fue aplicada a 8 alumnos, 4 mujeres y 4 hombres. La información que se recolectó de los entrevistados se procesó mediante el análisis de discurso.

Con respecto a la distribución de la investigación se presenta en el siguiente orden: Introducción, presentación del objeto de estudio, planteamiento del problema, sustento teórico-conceptual, aspectos normativos, aportaciones al estado del conocimiento, supuesto hipotético, objetivos, justificación, descripción metodológica, resultados, discusión, conclusiones, referencias y anexos.

## **II. PRESENTACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO**

El objeto de estudio es la conducta alimentaria que se refiere al comportamiento habitual relacionado con hábitos alimentarios, selección de alimentos, preparaciones y volúmenes consumidos de estos alimentos, los que influyen directamente en el estado nutricional de los individuos pertenecientes a diversos grupos etarios (Osorio, 2002), pero también tal definición, abarca aspectos internos del individuo como las creencias, costumbres, hábitos, entre otros que aprende en el entorno familiar y en el contexto social, asimismo de un tiempo a la fecha diversos estudios han relacionado la creación y modificación de esta conducta con el contexto social en el que se desenvuelve el individuo a lo largo de sus distintas etapas de la vida, ya que su influencia es tan importante que éste tiende a replicarlas mecánicamente. Además, el aumento de conductas alimentarias de riesgo en los últimos tiempos está íntimamente relacionado con los estilos de vida de los individuos, por lo tanto, resulta urgente describir y entender cuál es la influencia entre dichos estilos y la conducta alimentaria, dada que esta es un eje conductor para presentar conductas alimentarias de riesgo y posteriormente un posible trastorno de la conducta alimentaria.

Es importante señalar que se han realizado pocos estudios en materia de conducta alimentaria y su posible relación con los estilos de vida, es decir la conducta ha sido estudiada desde una mirada biológica, omitiendo de manera

significativa otros factores que también influyen en ella tanto para realizarla de forma saludable o nociva según sea el caso. Por lo tanto, resulta urgente cambiar la visión y conocer desde el plano social los factores que se relacionan estrechamente con la conducta alimentaria de los universitarios.

### **III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La conducta alimentaria se define como un comportamiento habitual relacionado con hábitos alimentarios, selección de alimentos, preparaciones y volúmenes consumidos de estos alimentos, los que influyen directamente en el estado nutricional de los individuos pertenecientes a diversos grupos etarios Osorio (2002).

Derivado de lo anterior surgen las conductas alimentarias de riesgo que hace referencia a las manifestaciones similares a los trastornos de conducta alimentaria solo que éstas se dan con menor frecuencia e intensidad (Unikel, 2004), posteriormente se presentan los trastornos de la conducta alimentaria que es un fenómeno multicausal en el cual los medios de comunicación forman parte esencial para que se presente por el constante bombardeo del ideal corporal así como su relación con el éxito y la felicidad, es decir el ideal de belleza está íntimamente ligado con la valoración personal, el autoestima entre otros conceptos culturales que van moldeando el estilo de vida de los individuos sometiéndolos a regímenes estrictos que lo perjudican en todos los aspectos de su vida (Raich, 2008).

Asimismo, se han realizado diversos estudios poblacionales realizados en España, Estados Unidos y México revelaron que el 15% de las mujeres adolescentes y el 8% de los varones presentan conductas alimentarias de riesgo (López, Sánchez, Fauquet, Portell y Raich, 2011).

Por otra parte, en Colombia de un tiempo a la fecha se ha tratado de saber si existe una relación entre los desórdenes alimentarios y los estilos de vida, ya que los hábitos alimenticios, la actividad física y el consumo de alcohol entre otros, pueden favorecer a la aparición de conductas nocivas que a su vez pueden derivar en problemas de salud (García, García, Tapiero y Ramos, 2012). Ellos hacen referencia al término desorden alimentario porque consideran que la presencia de diversos factores son los causantes de que esté se presente y optan por no utilizar las palabras trastorno alimentario sugiriendo que esté solo culpa al individuo y no responsabiliza al entorno social.

Según la Asociación de Lucha contra Bulimia y Anorexia (ALUBA, 2011) los trastornos de la conducta alimentaria están creciendo en América Latina además descubrieron que son de origen genético y social, siendo este último el que tiene un porcentaje mayor para que el trastorno se presente. En Uruguay hay presencia de trastornos de la conducta alimentaria, pero ellos la nombran como patologías de tipo alimentario e indican el 88% de los pacientes que lo padecen son mujeres, mientras que el 12% son varones cabe señalar que esto se presenta en la adolescencia y que en los hombres ha aumentado al doble las cifras que se tenían en años anteriores.

Cabe señalar que la presencia de trastornos de la conducta alimentaria ha crecido en México, existen tres millones de personas mayormente jóvenes y adolescentes los que los padecen, las cifras son alarmantes ya que este problema puede causar miles de decesos, cabe señalar que este no es un padecimiento que ataque solo a niveles económicos al contrario es un trastorno que no discrimina ni género, edad, estrato social, además es relevante señalar que el aumento de trastornos de la

conducta alimentaria, siendo preponderante el género femenino, mientras que los varones representan la mitad del porcentaje es importante enfatizar que el rango de edad en la cual se presentan es de los 12 a los 17 años.

Además, desde tiempos remotos se ha asociado al trastorno de la conducta alimentaria con el género femenino por el rol sexual, pero es de vital importancia conocer que el modelo estético corporal se ha ido modificando a través del tiempo y que, en la actualidad, también está siendo influenciado el varón por la idea de la perfección del cuerpo (Behar, 2011).

Por lo tanto, es necesario adentrarse en los determinantes sociales que conducen a los jóvenes a desarrollar estas conductas alimentarias, se debe tener una mirada amplia e identificar cuál es el papel que tienen sus estilos de vida que conllevan a que los jóvenes presenten esas conductas, los cuales pueden desencadenar trastornos de la conducta alimentaria. Esta problemática abarca a toda la población juvenil no importando género ni nivel académico, de manera que aún en planteles educativos de nivel superior se han detectado dichos trastornos.

Por lo anterior surgen las siguientes interrogantes, ¿Cuáles son los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios?, ¿Cuáles son las conductas alimentarias que presentan los jóvenes universitarios?, ¿Cuál es la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria?, ¿Existe influencia de los estilos de vida y la conducta alimentaria en jóvenes universitarios?

La respuesta a estas preguntas guiará la presente investigación.

#### **IV. SUSTENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL**

La presente investigación fue de carácter cualitativo caracterizado por ser un proceso interpretativo de indagación, que examina un problema humano o social (Creswell,1998), el método fue hermenéutico porque busca comprender al sujeto (Heidegger,1986), también fenomenológico el cual se basa en comprender cualidades y valores que posee el individuo, permitiendo explicar la naturaleza de los hechos y describir el fenómeno social (Husserl, 1990).

Se pretendió entender cómo influyen los estilos de vida de los jóvenes universitarios en su conducta alimentaria y la percepción que tienen de ella, porque las conductas alimentarias hoy día forman parte de un fenómeno social actual.

##### ***a). Lo teórico***

Desde el campo de la Sociología de la Salud, se abordan las problemáticas de salud desde el campo social, con un enfoque multifactorial; en donde las enfermedades o padecimientos que afectan a la población no son solo fenómenos biológicos, sino se consideran y se acepta que existe una serie de condiciones que en la sociedad que influyen directamente para que se generen, además permite conocer las conexiones que existen entre esas condiciones y la conducta

del individuo, en concreto la sociología de la salud contribuye a generar un conocimiento en el cual se integran las distintas visiones que expliquen la realidad del individuo.

## **La Sociedad**

Se define como un grupo de personas que vive en un territorio determinado, sometido a un sistema común de autoridad política y que es consciente de poseer una identidad que lo distingue de otros grupos (Giddens, 1999).

- **La sociedad como elemento complejo**

Según Morín (1994) define a la sociedad como un elemento complejo que interacciona con muchos elementos más, en los cuales está presente la incertidumbre, las indeterminaciones y los fenómenos fortuitos que aparecen como resultado de la organización de las estructuras. Dicho pensamiento se crea, como una necesidad para entender y transformar la realidad humana.

Asimismo, la sociedad es un sistema entendido como una unidad global organizada, formada por las relaciones entre los individuos y los demás componentes presentes en ella, debe ser entendida como una institución que interacciona diariamente con elementos difíciles, la combinación de ellos propicia la creación de un nuevo sistema complejo se hace presente por la evolución y modificación del contexto social, incorporando una dinámica distinta capaz de abordar los desafíos específicos que se requieren para entender la realidad. Además, señala que las causas tienen una estrecha relación con las consecuencias de los fenómenos que se presentan, aunque resulten por si mismas opuestas también son un complemento sin el cual no se mostraría la problemática en cuestión (Morín, 1994).

Lo anterior dio paso a la teoría de la complejidad, la cual cuestiona la existencia de solo dos vertientes como respuesta a la presencia de las problemáticas sociales,



asimismo expone la idea de explicar los fenómenos desde distintas miradas, tomando en cuenta las diferentes condiciones que propician la transformación del contexto a través del tiempo, esta teoría propicia la creación del pensamiento complejo, que es el resultado de un juego constante de interacciones que obliga a entender no solo el contexto social sino también las partes que lo conforman (Morín, 1994).

El estudiante universitario forma parte de una familia, la cual es un sistema complejo que le ha enseñado desde la niñez estilos de vida que se relacionan con su conducta alimentaria, pero a la par también convive diariamente con otro sistema complejo que es el contexto universitario, el cual establece una dinámica interna distinta a la del núcleo familiar, dando como resultado la modificación de sus estilos de vida.

- **La sociedad como estructura-estructurante**

Según Bourdieu (1991) la “estructura estructurante” genera el “hábitus”, este es denominado como el sistema de disposiciones duraderas y transferibles, es decir que se crean desde etapas iniciales de la vida por lo tanto permanecen en el individuo y éste los replica hacia las demás generaciones, el hábitus también es considerado un modelo con el cual se interpreta la realidad y se reproduce por medio de la práctica, para que este se presente se debe contar con individuos que participen como actores en su medio, las prácticas que realizan son producto de lo aprendido en su contexto social, lo cual le permite saber lo que tiene que hacer en una situación determinada.

Además, la estructura estructurante, es una organización perdurable y controladora, la cual expresa la tradición heredada y a su vez produce acciones que influyen en las relaciones con el colectivo social. Además dicha estructura no expresa lo que los individuos desean hacer, sino lo que deben hacer de acuerdo a su contexto, generando el “hábitus” que son acciones duraderas y transferibles, diseñadas para funcionar, como elementos que generan y organizan las prácticas que llevan a un fin específico, lo anterior se realiza de forma mecánica, es decir el mismo

ambiente dirige la forma de actuar del individuo, las características que presenta el “hábitus” se introducen en el individuo para formarlo, pero al mismo tiempo éste termina modificándolo. Por otra parte las estructuras estructuradas que generan el hábitus están predisuestas para funcionar, como principios generadores y organizadores de prácticas y representaciones, además son conformadas por la exposición a las condiciones sociales que llevan a los individuos a interiorizar las necesidades del entorno, dichas estructuras están históricamente definidas por el medio en el que vive el individuo, por ejemplo la cultura, el gobierno, las costumbres y la religión, éstas se adquieren desde temprana edad y al paso del tiempo participa en ellas, pero también las transforma generando otras estructuras de acuerdo a sus pensamientos y percepciones, entendiéndose como la modificación de lo aprendido añadiéndoles un toque personal, resultado de la interacción con su entorno social (Bourdieu, 1991).

La primera estructura estructurante del estudiante es su núcleo familiar, la cual ha influido directamente en sus estilos de vida y conducta alimentaria, propiciados por factores sociales de los cuales no tienen control. Pero también el estudiante forma parte de la estructura universitaria, la cual le dicta la manera de actuar y relacionarse de acuerdo con las exigencias de su ambiente académico.

- **La sociedad y la teoría de las representaciones sociales**

La teoría de las representaciones sociales y su relación con la sociedad se presenta por medio de las conductas de las personas, que son resultado de la influencia de los contextos, es decir esta postura afirma que los individuos son conductores y procesadores activos de información difundida en su medio social (Moscovici, 1988).

Dicha teoría se basa en dos aspectos clave, el primero se refiere a las explicaciones e interpretaciones que las personas realizan de su realidad y el segundo aspecto señala que la finalidad de estas representaciones es comprender y afrontar su entorno social, además trata de explicar que los estilos

de vida están determinados por la condición de vida social y natural, puesto que están inmersos en un contexto social y psicológico. (Moscovici, 1988).

Las funciones de la representación social son la elaboración de comportamientos y la comunicación entre las personas, por medio de conocimientos y de actividades psicológicas, además, estos conocimientos se generan a través del procesamiento de su realidad social, lo cual les permite relacionarse en su vida cotidiana, es decir es un comportamiento que realiza el individuo para darle una definición y un significado a lo que está viviendo, por medio de ello hace tangible lo que su medio social le comunica, asimismo, forma parte de un proceso de formación de comportamientos a partir de la comunicación social, lo que el contexto le transmite de manera cotidiana, el individuo lo procesa, lo entiende y después lo manifiesta dentro de su ambiente social. Lo anterior forma parte de una visión compartida de la realidad producida por una referencia en común, con lo cual el individuo es capaz de relacionarse con otros individuos (Moscovici, 1979).

Las representaciones sociales del estudiante se crean por la influencia de su ambiente familiar y universitario, es decir la representación social es la manera en la cual el estudiante expresa lo que sus contextos le transmiten diariamente, procesándolo y generando conocimiento nuevo con el cual se adapta a su realidad.

## ***b. Lo conceptual***

- **Aspectos biológicos y psicológicos**

Se asignó a los conceptos de juventud y percepción en estos aspectos, porque forman parte de un proceso que el cuerpo del individuo realiza y manifiesta de manera interna.

- ❖ **Juventud**

Es un momento muy especial de transición entre la infancia y la edad adulta, es en el que se procesa la construcción de identidades y la incorporación de la vida

social (Organización de las Naciones Unidas, 1999), también llamada aquella etapa de la vida entre los 10 y 19 años que se caracteriza por la paulatina madurez de los caracteres sexuales secundarios, el desarrollo de una identidad adulta y por último, por la progresiva independencia socioeconómica de los padres (Organización Mundial de la Salud, 2000).

### ❖ **Percepción**

Se refiere al proceso cognitivo de la conciencia que consiste en el reconocimiento, interpretación y significación para la elaboración de juicios en torno a las sensaciones obtenidas del ambiente físico y social, en el que intervienen otros procesos psíquicos entre los que se encuentran el aprendizaje, la memoria y la simbolización (Allport, 1974). Asimismo, es un estado subjetivo a través del cual se realiza una abstracción del mundo externo o de hechos relevantes. (Wertheimer y Friedman ,1982).

También se define como un proceso parcial, porque el observador no percibe las cosas en su totalidad, dado que las situaciones y perspectivas en las que se tienen las sensaciones son variables y lo que se obtiene es sólo un aspecto de los objetos en un momento determinado (Merleau-Ponty, 1975), además, es el proceso cognitivo de la conciencia que consiste en el reconocimiento, interpretación y significación para la elaboración de juicios en torno a las sensaciones obtenidas del ambiente físico y social, en el que intervienen otros procesos psíquicos entre los que se encuentran el aprendizaje, la memoria y la simbolización (Coren, 1979).

Por último, también se le conoce al proceso construido involuntariamente en el que interviene la selección de preferencias, prioridades, diferencias cualitativas y cuantitativas del individuo acerca de lo que percibe (este proceso se denomina preparación); al mismo tiempo, rechazan que la conciencia y la introspección sean elementos característicos de la percepción (Abbagnano, 1986).

### **Aspectos sociales**

Los siguientes conceptos fueron agrupados de dicha forma, porque cada uno de ellos tiene una estrecha relación con el contexto social.

- **Estilos de vida**

La Organización Mundial de la Salud (1999) los define como una forma de vida que se basa en patrones de comportamientos identificables, determinados por la interacción entre las características individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales.

Mientras que Perea (2004) los explica como un conjunto de comportamientos que desarrollan las personas, que unas veces son saludables y otras son nocivas para la salud

También son una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales, además son considerados un patrón único de conductas y hábitos con los cuales el individuo lucha por conseguir la superioridad (Adler, 1973). Asimismo se definen como la forma de vida de las personas o de los grupos (Pastor, 1999), un modo característico de actuar de un grupo de personas que se encuentran sometidas a similares prácticas habituales en relación con lo que producen, que viven dentro un mismo contexto con similares características; valores, actitudes; así como un conjunto de prácticas más o menos integradas que un individuo adopta, no sólo porque satisfacen necesidades utilitarias en el manejo de su entorno y su supervivencia, sino porque dan forma a una serie de relaciones concretas que dan sentido e identidad a la existencia (Wittgenstein, 2004).

Además, es el modo, forma y manera de vivir (Perea, 2004) la posición social hecha práctica (Bourdieu, 1988), los hábitos constitutivos en los modos de vivir, así como formas de estar en el mundo y de relacionarse con las otras clases (Weber, 1944), las son costumbres que se adquieren por aprendizaje imitativo en la niñez o por la larga y constante repetición de una misma conducta (Barrios,

2007), También comprenden como los saberes, concepciones, prácticas, hábitos y valores individuales y colectivos que favorecen o no la conservación de la salud (Universidad Autónoma del Estado de México, 2007), también se les conoce como el conjunto de valores, normas, actitudes, hábitos y conductas (Moreno, 2004), además de las decisiones de las personas que afectan a su salud y sobre las cuales ellas tienen más o menos control (Lalonde,1974) y los patrones de conductas relacionados con la salud, determinado por las elecciones que hacen las personas de las opciones disponibles acordes con las oportunidades que les ofrece su propia vida (Cockerham ,2007).

En esta investigación los estilos de vida que se investigaron tuvieron relación con los hábitos alimentarios que tienen los jóvenes universitarios como el tipo de alimentos que consumen, las cantidades, la frecuencia y la preparación de los alimentos dentro del contexto familiar y universitario.

- **Universidad**

Es un medio ambiente, un lugar donde un sortilegio atrapa al estudiante y lo une por fuerza para el resto de su vida (Noel, 2002), además un lugar en que se enseña el conocimiento universal (Newman, 1976), forma parte de instituciones peculiares debido a que, entre otras cosas, son centros de enseñanza con papeles de formación, educación e investigación; son centros de creatividad e innovación en los que se aplica el conocimiento desde enfoques disciplinarios e interdisciplinarios (Reig, Ferrer, Richar, 2001).

- **Conducta**

Es cualquier proceso o actividad humana o animal, que puede observarse o medirse objetivamente y con neutralidad (sin influencias de juicios de valores, preferencias personales o prejuicios y con el acuerdo de distintos observadores), que tienen como objetivo el cubrir una determinada situación carencial en las personas (Enciclopedia de psicología, 2002). También se les conoce como las

manifestaciones observables, las cuales son capaces de ser sometidas a prueba y a verificación (Watson, 1913).

Por otra parte, son el conjunto de respuestas significativas por las cuales un ser vivo en situación integra las tensiones que amenazan la unidad y el equilibrio del organismo (Lagache ,1949).

- **Conducta alimentaria**

Se le conoce como el comportamiento habitual relacionado con hábitos alimentarios, selección de alimentos, preparaciones y volúmenes consumidos de estos alimentos, los que influyen directamente en el estado nutricional de los individuos pertenecientes a diversos grupos etarios (Osorio, Weisstaub y Castillo, 2002).

Además, son el constructor de tres componentes individuales que afectan la elección de los alimentos: cognitivo, conductual y afectivo (Herman y Polivy, 1975) y el conjunto de acciones que establecen la relación del ser humano con los alimentos, se adquiere mediante la experiencia con la comida y la imitación de modelos paternos, viéndose implicadas tanto a las emociones que rodean al acto de comer como los rasgos culturales (Domínguez y Olivares, 2004).

- **Influencia**

Se refiere al resultado de una interacción en la cual una persona cambia algún aspecto de su conducta en la dirección intentada por otra, y poder se refiere a la fuerza que motiva el cambio (Biener, 1988). De igual rma al deseo e intención de persuadir, convencer o influir a los demás, con el fin de lograr que sigan un plan o una línea de acción, para que contribuyan a alcanzar sus objetivos (Esteban, 2000).

Asimismo, es un cambio en las creencias, actitudes, conducta o emociones de una persona, provocado por otra persona o personas (Raven y Rubin, 1983).

- **Determinantes de la Alimentación**

Se clasifican en factores internos: genético, fisiológico, grado de satisfacción de necesidades y placer, factores externos: sociales como cultura (etnia, creencias, hábitos alimentarios, valores sociales) y factores psicológicos (preferencias y rechazos) que unidos a los componentes del sistema de seguridad alimentaria nutricional repercuten en la selección, acceso, consumo e inocuidad de los alimentos (OMS, 2008).

- **Determinantes de la Salud**

Conjunto de factores personales, sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o poblaciones (OMS, 1998).

- **Modelos sobre los determinantes sociales**

A continuación, se describen los modelos sobre los determinantes desde el enfoque biológico y social.

- **Enfoque biológico**

Lalonde (1974) los clasifica en cuatro grandes grupos: la biología, el medio ambiente, los hábitos o estilos de vida y la organización de los servicios de salud, están definidos como los factores que influyen en la salud son múltiples e interrelacionados, son aquellos que guardan relación con las acciones de los individuos, como los comportamientos y los estilos de vida saludables, siendo determinados por los ingresos y la posición social, la educación, el trabajo y las condiciones laborales, el acceso a servicios sanitarios adecuados y los entornos físicos. Son distintas condiciones de vida que ejercen un claro impacto sobre la salud (Figura 1).



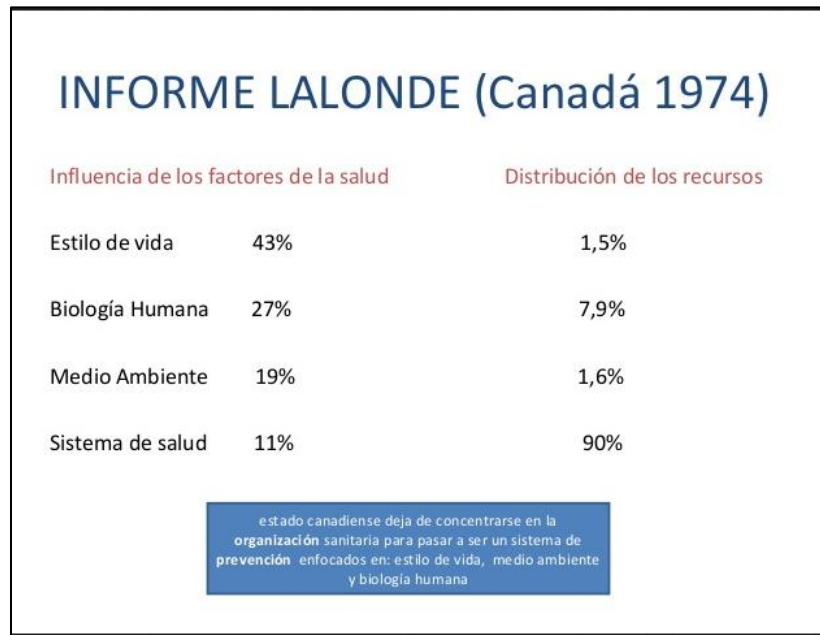


Figura 1. Fuente. Modelo de determinantes de la salud de Lalonde 1974.

- **Enfoque social**

Dahlgren- Whitehead (1993), los señala como las desigualdades sociales en salud son el resultado de las interacciones entre los diferentes niveles de las causas, lo individual a lo colectivo con respecto a las políticas nacionales de salud. Estos autores explican que los individuos están dotados de factores de riesgo como: la edad, el sexo, la genética, las condiciones sociales, el estilo de vida, el trabajo, entre otros (Figura 2).



Modelo de los determinantes sociales Dahlgren- Whitehead

Figura 2. Fuente: Dahlgren y Whitehead, 1993

Mackembach (1994), hace hincapié en los mecanismos que generan las desigualdades en la salud, los dividen en dos, el primero es los efectos de los problemas de salud en la edad adulta y la infancia por la relación socioeconómica y el segundo mecanismo se refiere a la representación de tres grupos de factores de riesgo que funcionan como intermediarios entre la posición socioeconómica y los problemas de salud, estos son estilo de vida, factores ambientales y psicosociales relacionados con el estrés.

Diderichsen y Hallqvist (1998), se refieren a la influencia que tienen los contextos sociales para crear la estratificación social y asignan al individuo distintas posiciones sociales que determinan su estado de salud, además explican que las

consecuencias sociales se refieren al impacto que un evento de salud puede tener en una persona o las circunstancias socioeconómicas de la familia.

Mientras que Marmont y Wilkinson (1999), puntualizan las áreas de las políticas públicas, abordan la importancia de los determinantes en todas las etapas de la vida, además de los efectos de la pobreza, las drogas, las condiciones de trabajo, el desempleo, el apoyo social entre otros. Explican que las políticas públicas pueden desempeñar un papel fundamental para una mejor salud en la población.

La Comisión de Determinantes Sociales (2005), señala que los determinantes estructurales son aquellos que generan estratificación social, entre ellos están el género, etnicidad y la sexualidad. También incluyen la categoría de determinantes intermedio como las condiciones de vida, trabajo, disponibilidad de alimentos etc.

Por último, Adolfo y colaboradores para Cuba (2007), explican que la determinación de la salud es un resultante del sistema social que se vive, de la ideología y la cultura, en el caso de Cuba la salud es resultado de la participación de una sociedad comprometida, incluida y cohesionada, este modelo destaca la voluntad política y la acción intersectorial de dicho país como la clave para tener esos resultados en salud.

### ❖ **Factores Protectores**

Se especializan en eliminar el riesgo de enfermedad o facilitan la resistencia a ella. El ejemplo clásico es la vacunación contra algunas enfermedades infecciosas. Asimismo, factores psicosociales como el apoyo social y un sentido de finalidad y dirección en la vida ayudan a proteger la salud (OMS, 2002).

Además, contribuyen al mantenimiento de la salud, algunos de los fundamentales son, por ejemplo, la seguridad económica, una vivienda digna y la seguridad alimentaria. El control sobre los acontecimientos de la vida y disfrutar de unas buenas relaciones familiares y otras relaciones sociales que producen una gratificación emocional son también importantes factores positivos para la salud (Wilkinson, 2005).

## ❖ Factores de Riesgo

Factores o condiciones de riesgo, estos son los causan problemas de salud y enfermedades que en teoría podrían prevenirse. Pueden ser sociales o económicos, o asociarse a riesgos para la salud específicos de un entorno o estilo de vida, como la contaminación atmosférica o el hábito de fumar.

## ❖ Determinantes Familiares

A partir de las aportaciones del modelo Dahlgren- Whitehead (1993), se propicia el adentrarse en los determinantes familiares, los cuales se encuentran inmersos en la capa de factores relacionados con el estilo de vida individual.

Este modelo señala que todas las personas están dotadas de condiciones de riesgo, como la edad, el sexo y su genética, que influyen en la salud, y si a esto se le suma las conductas personales y el estilo de vida, sin duda son pieza clave en la generación de un estado de salud o enfermedad. Asimismo, el estilo de vida de los individuos con una situación económica desfavorable, tienden a desarrollar mayor prevalencia en conductas de riesgo, como el tabaquismo y la mala alimentación.

Además, los comportamientos personales son impactados por las influencias sociales, ya sean de manera positiva o negativa, como el trabajo, que es otro factor importante a considerar, en el están inmersos aspectos como, las condiciones peligrosas en las que se labora, el salario, estrés y el poco acceso a los servicios necesarios, sin dejar de lado, que las condiciones económicas, culturales y ambientales, con los que cuenta la sociedad, en conjunto llegan a impactar todos los aspectos antes mencionados, lo cual afecta directamente en la salud del individuo y el colectivo social (Dahlgren y Whitehead, 1993).

Entre los principales determinantes sociales se encuentra, el medio familiar, poco se ha estudiado sobre éste y su estrecha relación con el estado de salud del individuo, a través de la enseñanza continua de estilos de vida saludables que propicien y fomenten la salud en sus integrantes.

Derivado de lo anterior es importante señalar que el núcleo familiar, debe cumplir ciertas funciones como son: alimentación, protección, cuidado, amor, seguridad, educación entre otros, esto con el propósito de proveer a la sociedad de individuos aptos y sanos (Oakley, 1976).

Las funciones de la familia en las etapas de vida del individuo son importantes, pero en la adolescencia se refuerza lo aprendido, satisfaciendo sus necesidades básicas, como alimentación, vivienda, educación y salud, que pueden o no verse afectadas por el ingreso económico familiar, este modo de vida se va aprendiendo contantemente, hasta llegar el momento en la cual, deben contar con las herramientas óptimas para subsistir por sí mismos, fuera del núcleo familiar replicando lo aprendido, también se afirma que la función de proteger a todos los miembros es prioritaria en el núcleo familiar, explicándoles los peligros y amenazas a los que pueden estar expuestos, por medio de la comunicación y la demostración de afecto, sin olvidar la implementación de límites, con lo anterior se disminuyen las conductas de riesgo en los individuos (Alvy, 1987).

En el ámbito familiar se aprenden y desarrollan funciones biológicas, psicológicas y sociales, a través de los progenitores quienes están encargados de educar y transmitir conductas saludables como son los estilos de vida, fomentando una adecuada comunicación entre los miembros y la imitación de conductas entre las personas que diario conviven, con el paso del tiempo van adquiriendo hábitos, preferencias y costumbres, que durante sus siguientes etapas de vida estarán presentes (Torres, 2001).

Asimismo, los estilos de vida saludables en los miembros de la familia se adquieren a través, de la enseñanza de conductas saludables, en los primeros años de vida de los hijos, para dar paso a la etapa de la adolescencia en la cual se afianzan las conductas aprendidas y se refuerza la personalidad, proporcionándole estabilidad emocional, que le ayudara a enfrentar los acontecimientos que se le presenten en su contexto social, también se promueve la socialización entre los miembros de la familia, para después realizarlo fuera de éste y por último por

medio de la prevención que se genera a partir de la adopción de conductas saludables (Navas, 2014).

Dichas conductas abarcan muchas actividades como son un ambiente seguro y estable, cuidados y atenciones, alimentación, higiene, entre otros, que forman parte de los objetivos de la familia y que repercuten en la salud de las personas.

Cabe señalar que en la familia es donde se aprenden aspectos importantes relacionados con el bienestar del individuo como enseñándole sobre salud y enfermedad, además de los cuidados a seguir y como resolver los conflictos que se presenten (Graham, 1984).

#### ❖ **La Familia como factor protector**

La familia es un factor protector para el individuo enseñando comportamientos sanos, por medio de los siguientes aspectos, la interacción de cada uno de ellos, la comunicación familiar, la disciplina y el manejo de normas dentro del núcleo. Los padres que promuevan la toma de decisiones y responsabilidades en los hijos desde las primeras etapas de la vida, lo anterior le servirá como herramientas familiares que los protegerán en todo momento del mundo exterior (Emde, 1989), además el funcionamiento familiar también, actúa como fortaleza de la familia y posibilita un desarrollo saludable en sus miembros, como muro de contención frente a las posibles adversidades (Bernal, 2003).

Otro factor positivo que favorece al individuo es, la relación con los padres, esto promueve la libertad de expresar los sentimientos, miedos e inseguridades de los hijos con el objetivo de sentirse apoyados y protegidos, generándoles herramientas con las cuales puedan construir relaciones sociales sanas y productivas (Emde, 1989).

#### ❖ **La Familia como factor de riesgo**

El entorno familiar también es un factor de riesgo para sus integrantes, los peligros para la salud del hombre provienen de dos factores como las prácticas de vida en las cuales están inmersos los comportamientos que se adquieren de los padres y la toma de decisiones con sus respectivas consecuencias, a lo anterior se le debe añadir que existen, modificaciones en las relaciones familiares, que son el resultado de las condiciones sociales y económicas, por tanto el individuo se ve en la necesidad de identificarse y relacionarse con las características especiales de su entorno social (Engels, 1963).

Además, dichos factores de riesgo juegan un papel determinante para su reproducción en otros entornos en los cuales participa el individuo, cabe mencionar que, si alguno de los integrantes de la familia presenta estilos de vida nocivos, significa que todo el núcleo familiar se conduce de manera similar, ocasionando que dichos comportamientos se tomen como normales y se reproduzcan automáticamente fuera de ese núcleo.

#### ❖ Hábitos

Son el resultado del ejercicio de actividades para poseer un bien o para lograr un fin determinado (Aspe y López, 1999).

#### ❖ Actividades

Se refiere al conjunto de fenómenos de la vida activa, como los instintos, las tendencias, la voluntad, el hábito, etc., que constituye una de las tres partes de la psicología clásica, junto con la sensibilidad y la inteligencia (Merani, 1979).

#### ❖ Práctica

Se refiere al mundo de lo real (González, 1997), también es lo concreto, lo particular y contextualizado, todo lo que no es teoría, lo abstracto, lo universal e independiente del contexto (Juliao, 1999).

#### ❖ Costumbre

Es el hábito de la observación pasada y la creencia o confianza en que lo ya conocido se repetirá de igual manera en el futuro (Hume, 1739).

#### ❖ **Tradiciones**

Son la transmisión de los elementos de una cultura de una generación a otra (Gómez de Silva 1988).

#### ❖ **Valores Individuales**

Se caracterizan por priorizar objetivos generales de promoción personal y apertura al cambio (Páez, 2004).

#### ❖ **Valores Colectivos**

Para el mismo autor y año anterior explica que están centrados en valores de lealtad y dependencia de los grupos a los que se pertenece, asociándose a objetivos generales de conservación (Páez, 2004).

#### ❖ **Ocio**

Es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de su obligación profesional, familiar y social (Dumazedier, 1966).

#### ❖ **Escolaridad**

Se presenta mayor aprendizaje y capacitación, además de un nivel educativo alto (Urcola, 2003).

#### ❖ **Género**



Son los conceptos sociales de las funciones, comportamientos, actividades y atributos que cada sociedad considera apropiados para los hombres y las mujeres (Organización Mundial de la Salud, 2016). También son las diferencias para el varón y la mujer en la asignación de roles y división social del trabajo (Urcola, 2003).

#### ❖ **Clase social**

Muestra el lugar que se ocupa en la estructura social de acuerdo con el nivel socioeconómico y grado relacional o vincular, pero también señala el hecho que la gente opta o decide, pero lo hace en condiciones sociales que determinan objetivamente las consecuencias de sus actos (Przewoeski, 1972).

#### ❖ **Trabajo**

Es una actividad humana, como eje central de la vida supone relaciones entre los hombres (Ley Federal del Trabajo, 1970).

#### ❖ **Salario**

Es la retribución que debe pagar el patrón al trabajador por su trabajo (Ley Federal del Trabajo, 1970).

#### ❖ **Aspectos normativos**

En México existe Normas oficiales emitidas por la Secretaría de Salud, las cuales son protocolos de atención en los servicios de salud de todo el país con un cumplimiento obligatorio.

#### ❖ **La Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012**

Es denominada “Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación”. Su objetivo y campo de aplicación, es establecer los criterios que deben seguirse para orientar a la población en materia de alimentación, además es de observancia obligatoria para

las personas físicas o morales de los sectores público, social y privado, que forman parte del Sistema Nacional de Salud, que ejercen actividades en materia de orientación alimentaria.

Tomando en cuenta la Educación para la Salud que se refiere al proceso de enseñanza-aprendizaje que permite, mediante el intercambio y análisis de la información, desarrollar habilidades y modificar actitudes, con el propósito de inducir comportamientos para cuidar la salud individual y colectiva.

Así como la orientación alimentaria debe llevarse a cabo mediante acciones de educación para la salud, haciendo énfasis en el desarrollo de capacidades y competencias, participación social y comunicación educativa. Los alimentos se agruparán en tres grupos: verduras y frutas, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal conforme al esquema del plato del bien comer.

Lo anterior toma en cuenta orientar a la población para planificar y distribuir la dieta familiar de acuerdo con la edad, estado de salud y nutrición de las personas que la integran, considerando los recursos económicos, disponibilidad de alimentos, costumbres y condiciones higiénicas.

#### ❖ **La Norma Oficial Mexicana Nom-009-Ssa2-2013.**

Se refiere a la Promoción de la Salud Escolar, tiene por objetivo, establecer los criterios, estrategias y actividades de las intervenciones del personal de salud en materia de promoción de la salud y prevención de enfermedades, dirigidas a la población escolar del Sistema Educativo Nacional, con la finalidad de fomentar un entorno favorable y una nueva cultura de la salud, mediante la educación para la salud, el desarrollo de competencias, el acceso a los servicios de salud y la participación social, que le permita a la población escolar conocer y modificar los determinantes de la salud.

Es de observancia obligatoria para todo el personal de salud de los sectores público, social y privado del Sistema Nacional de Salud en beneficio de la población escolar de nivel básico, medio-superior y superior.

En el apartado de disposiciones generales se plantea que se debe promover el consumo de una alimentación correcta y como componentes sustantivos de la promoción de la salud escolar la Educación para la salud y desarrollo de competencias.

### ❖ **FONDICT**

El Fondo de Fomento y Desarrollo de la Investigación Científica y Tecnológica (FONDICT) de la Universidad Autónoma del Estado de México, tienen entre otros fines destinar fondos a planes y proyectos de investigación científica, así como impulsar la participación de los sectores social, público y privado con el objetivo de fomentar actividades productivas.

Para el área exclusiva de cafeterías, se compromete a no vender ningún tipo de bebida alcohólica ni cigarros, así como cumplir oportunamente los requisitos sanitarios y de seguridad que establece el Centro de Investigación en Ciencias Médicas de la UAEM, de no resultar así se realizará la terminación su contrato.

Es importante recalcar que en el contrato realizado por FONDICT, no especifica ningún punto relacionado con los alimentos, como la variedad y la cantidad que se puede o debe vender a la población universitaria; lo cual se puede entender como que existe una libertad de venta sin mayor regulación en cuanto a la nutrición.

## V. APORTACIONES AL ESTADO DEL CONOCIMIENTO

La recopilación de la información se realizó con las palabras clave estilos de vida, conducta alimentaria, influencia, imagen corporal y hábitos alimentarios.

Los primeros artículos encontrados son de carácter clínico, mientras que los siguientes abarcan el aspecto psicológico y social enriqueciendo la investigación, están ordenados de manera cronológica, a su vez por país iniciando por España, seguido por países latinoamericanos para concluir con México.

Viñuela y Palencia (España, 2001) investigaron sobre el Estilo de vida en trastornos de la conducta alimentaria. El objetivo del estudio fue conocer las prácticas alimentarias en la vida de pacientes con un trastorno alimentario que acudieron a consulta por primera vez a recibir atención al hospital universitario de la Paz en Madrid. Se obtuvieron varios hallazgos entre los cuales están que en la mayoría de los pacientes sus madres no trabajan ya que se dedican exclusivamente al hogar, que su hábito alimentario es comer viendo la televisión además que un mayor porcentaje de la muestra indico que tienen amistades que presentan un trastorno de la conducta alimentaria. La investigación concluye que la presencia de un trastorno alimentario está ligada al grupo social, pero no al entorno familiar.

El Departamento de Epidemiología y Salud Pública de la Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra en Pamplona España (2003) publicó un artículo que tiene como título los trastornos del comportamiento alimentario en España: ¿estamos preparados para hacerles frente desde la salud pública? En él se expone que la prevalencia encontrada es preocupante, ya que las chicas escolarizadas de 12 a 21 años presentan TCA (trastorno de la conducta alimentaria) diagnosticado por psiquiatra. Existen factores familiares que predisponen a que dicho trastorno aparezca como problemas de alcohol y otras

drogas en los padres, el poco contacto entre padres e hijos y las discusiones entre los padres. También está cada vez más claro el efecto de determinantes externos o ambientales. Entre ellos, destacan las influencias que llegan a través de los medios de comunicación, el «bombardeo» mediático que presenta la delgadez como ideal y sinónimo del éxito ha crecido de forma paralela al aumento de los TCA. Por último, se hace un llamado a los medios de comunicación sobre el contenido de su programación a que no promueva las famosas dietas milagro ni los productos adelgazantes provocando un interés exagerado entre las adolescentes hacia la delgadez ya sea para conquistar a alguien o para ser exitosas.

En España en 2003 se realizó una investigación titulada *Hábitos alimentarios e imagen corporal en estudiantes universitarios sin trastornos alimentarios*, los autores son Fernández, Calado, Rodríguez & Fernández, en la cual se entrevista a 482 estudiantes universitarios/as a los que se les aplica el Eating Disorders Inventory y un cuestionario sobre comportamientos alimentarios e imagen corporal. Los resultados muestran la mayor preocupación de las mujeres por el peso y la imagen corporal, además en mayor ellas medida son las que recurren a las dietas para alcanzar el peso ideal. El colectivo de chicas presenta en mayor medida tanto variables cognoscitivas como de comportamiento de riesgo para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, lo que justifica la necesidad de implementar programas de prevención al colectivo de estudiantes universitarias.

Rivarola (2003) en Argentina investigó sobre *La imagen corporal en adolescentes mujeres: Su valor predictivo en trastornos alimentarios* evaluando la asociación entre trastornos alimentarios con la insatisfacción de la imagen corporal. Se analizó una muestra de mujeres argentinas sin diagnóstico médico de trastornos alimentarios. Se aplicaron los cuestionarios EDI-2 y BSQ. La muestra quedó conformada por dos grupos: 12 a 14 años y 18 a 20 años, el análisis de los resultados mostró una correlación positiva entre la insatisfacción con la imagen corporal y aspectos de los trastornos alimentarios, no encontrándose diferencias

entre ambos grupos. Los resultados obtenidos indican el valor predictivo de la insatisfacción con la imagen corporal en relación a la presencia de alteraciones alimentarias.

En España en el mismo año Ramos, Liberal y Latorre realizaron una investigación titulada *La imagen corporal en relación con los TCA en adolescentes vascos de 12 a 18 años* Los Trastornos de Conducta Alimentaria (anorexia, bulimia, vigorexia, ortorexia) se encuentran estrechamente relacionados, como causa y/o efecto, con las modificaciones de la imagen corporal. Conocida esta relación se han estudiado diferentes aspectos relacionados con la imagen corporal en jóvenes vascos: al 47% les gustaría estar más delgados; el 16% considera que la ropa le estaría mejor con una talla menos; el 37% considera que los jóvenes de su entorno pesan menos que ellas; se ha encontrado errores cognitivos con respecto al peso de los adolescentes de la misma edad en un 29%; en lo que concierne a la presión familiar el 79% responde recibir algún tipo de presión.

En el mismo país en 2006 Rodríguez, Goñi y Ruiz de Azúa investigaron sobre *Autoconcepto físico y estilos de vida en la adolescencia*, teniendo como objetivo identificar las eventuales relaciones que puedan producirse entre las respuestas de los cuestionarios, los principales resultados arrojados explican que la mayoría de la muestra practica algún deporte, no fuma, no consume alcohol y que tienen una alimentación sana de acuerdo a su edad. Concluyeron que existe una mayor vulnerabilidad ante las presiones socioculturales en cuanto a la difusión del modelo estético de la delgadez corporal se asocia también con un autoconcepto físico menor.

En México, Cortez, Carmiña; Saucedo y Molina en 2006 realizaron una investigación sobre *Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal de acuerdo al índice de masa corporal en una muestra de mujeres adultas de la ciudad de México*, teniendo como objetivo analizar la distribución y la relación que existe entre el Índice de Masa Corporal, las conductas alimentarias de riesgo en

insatisfacción corporal en mujeres de 25 a 45 años en la Ciudad de México. En la cual se utilizó un cuestionario autoaplicable que mide conductas alimentarias de riesgo además de medir insatisfacción corporal, talla y peso. Los resultados relevantes arrojados fueron el 17% tienen conductas compensatorias, el 44% se percibió normal y el 78% se mostró insatisfecha con su imagen corporal, lo anterior concluye la existencia de conductas alimentarias de riesgo en dichas mujeres que pueden provocar un trastorno de la conducta alimentarias, recayendo que la mayoría de las mujeres investigadas son madres y pueden repetir la conducta.

En España en el año 2008 Jáuregui, López, Montaña y Morales investigaron sobre *Percepción de la obesidad en jóvenes universitarios y pacientes con trastornos de la conducta alimentaria* en la cual encontraron que las personas obesas fueron calificadas fundamentalmente, como introvertidas, inhibidas y cooperadoras y los pacientes mostraron una opinión distinta eligiendo con más frecuencia ansioso, solitario, vago, apagado y dependiente. Concluyendo que en general hay una visión negativa en cuanto a las personas obesas.

En ese mismo año y país Márquez investigó sobre *Trastornos alimentarios en el deporte: factores de riesgo, consecuencias sobre la salud, tratamiento y prevención* encontrando que la presencia de trastornos alimentarios ocurre con mayor frecuencia en deportes donde se tenga control de peso, apareciendo mayormente en mujeres. Entre los factores que intervienen en que esto se presente están intentos de perder peso por recomendación del entrenador e incrementos del entrenamiento con lo anterior se concluye que se requiere un tratamiento multidisciplinar para la prevención y tratamiento de estos trastornos.

En Santiago de Chile, Troncoso y Amaya (2009) investigaron sobre *Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios* teniendo como objetivo interpretar la percepción de los estudiantes universitarios pertenecientes a la Universidad Católica de la Santísima Concepción, de las

condicionantes que el entorno familiar, social y plantel educacional ejercen en sus conductas alimentarias.

La metodología fue cualitativa mediante un diseño fenomenológico realizando una entrevista semi-estructurada profundizando con un grupo focal. Los resultados arrojados fueron las conductas alimentarias de los estudiantes entrevistados, interpretando estas influencias como favorables en el caso de la familia y desfavorables por parte del plantel universitario y los amigos de aulas para mantener conductas alimentarias saludables.

La investigación *Hábitos alimentarios e insatisfacción con la imagen corporal*. Un estudio comparativo entre mujeres y varones estudiantes de escuelas secundarias (2009), realizada por Murawski; Elizathe y Rutzstein en Argentina teniendo como objetivo comparar el grado de satisfacción con la imagen corporal, así como los hábitos, conductas y actitudes hacia la alimentación de mujeres y varones de escuelas secundarias. La muestra está conformada por 454 adolescentes, mujeres y varones, estudiantes de cuatro escuelas secundarias de la Ciudad de Buenos Aires y Gran Buenos Aires, con edades entre 13 y 18 años, utilizando un Cuestionario sociodemográfico, el Eating Disorder Inventory-2 (EDI-2) y el Figure Scale (FS). Además, los sujetos fueron pesados y medidos por un médico con el fin de calcular su Índice de Masa Corporal. Los principales resultados encontrados Las mujeres presentan puntajes significativos mayores en búsqueda de delgadez, bulimia e Insatisfacción con la imagen corporal, en conclusión, las mujeres se diferencian de los varones en cuanto a sus actitudes alimentarias y su grado de satisfacción con su propia imagen corporal.

En 2009 Lumbreras et al., investigaron sobre *Estilo de vida y riesgos para la salud en estudiantes universitarios: hallazgos para la prevención en México*, su objetivo fue evaluar el estilo de vida y el riesgo para desarrollar enfermedades crónicas, adicciones, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no planeados, violencia de pareja y enfermedades ocupacionales, en estudiantes de la



Universidad Autónoma de Tlaxcala. Se realizó un estudio transversal en 2,659 universitarios durante el año 2004, por medio de un cuestionario autoaplicable, se obtuvo información sociodemográfica y del estilo de vida. Los principales resultados fueron, la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue del 23 y 6%, respectivamente; asociándose éstos con el mayor uso de estrategias para perder peso y conductas de riesgo para desarrollar trastornos de la alimentación, el 63% no realiza ninguna actividad física, lo que se asoció al sobrepeso y la obesidad, respecto a las adicciones, el 20.1% reportó fumar cotidianamente, 22.6% refirió consumir bebidas alcohólicas frecuentemente y el 1.2% reportaron consumir drogas ilícitas de manera frecuente. Sus principales conclusiones, los resultados evidencian la necesidad de consolidar políticas universitarias en relación a proveer a los estudiantes -dentro de los horarios en la universidad- información básica sobre el cuidado de su salud y la práctica de actividades deportivas como parte de su formación, así como asegurar una alimentación saludable y el acceso a actividades artísticas y a eventos culturales y a dentro de los espacios universitarios.

En el mismo año se realizó una investigación titulada *Estilos de vida en estudiantes del área de la salud de Bucaramanga en Colombia* por los autores Arguello et al., evaluaron los estilos de vida de 378 estudiantes del área de la salud residentes en la ciudad de Bucaramanga. Se estudiaron cuatro dimensiones analíticas: ejercicio y actividad física; consumo de alcohol; consumo de cigarrillo y sustancias psicoactivas; y la sexualidad. La investigación concluyó que, acorde con estudios previos, la posesión de conocimiento no es suficiente para la adopción de conductas saludables, así como tampoco lo son el disponer de creencias adecuadas sobre la salud o de motivaciones consistentes frente a la práctica saludable. Se requiere un estudio explicativo de mayor envergadura que aborde las razones de las incongruencias entre las creencias y las motivaciones frente a las prácticas saludables.

En México, Saucedo y Peña (2010) realizaron la *Identificación de factores de riesgo asociados a trastornos de la conducta alimentaria y su relación con el Índice de Masa Corporal en universitarios del Instituto de Ciencias de la Salud*, encontrando que el factor de riesgo relacionado con el trastorno alimentario es la insatisfacción con la imagen corporal y entre mayor fuese su IMC mayor impacto sociocultural presentan cabe recalcar que existe mayor presencia de factores de riesgo en las mujeres y en sujetos con obesidad y sobrepeso.

Sánchez, Villareal y Valdivieso en 2010, realizaron una investigación en la Universidad de Nuevo León, México. *La cual se titula Psicología y desórdenes alimenticios*. Un modelo de campo psicosocial, la cual tienen como objetivo conocer la relación entre los desórdenes alimenticios y la psicología. Los principales resultados obtenidos fue la diferencia entre trastornos alimentarios y desordenes, el primero responsabiliza al individuo además es abordado desde el plano biológico y en el caso del desorden alimenticio este asegura que el individuo es influenciado por el entorno social provocando que esté se presente.

En Cartagena Colombia Duran, González y Cárdenas (2011) investigaron sobre los *Hábitos y trastornos alimenticios asociados a factores sociodemográficos, físicos y conductuales en universitarios*, encontrando que el motivo más frecuente por lo cual los estudiantes no se alimentan adecuadamente es la costumbre y la falta de tiempo además de presentar un bajo porcentaje de riesgo de padecer anorexia y bulimia. Entonces los hábitos y los trastornos de la alimentación de los estudiantes universitarios están directamente influidos por las actividades universitarias.

La investigación titulada *Características nutricionales y estilo de vida en universitarios* elaborada por Ledo, Varela, González & Vicente en 2011, tiene como objetivo valorar la situación antropométrica y estilo de vida de una muestra de universitarios. Se realizó una valoración antropométrica completa, incluyendo un análisis por impedancia bioeléctrica a estudiantes de último curso de Nutrición

Humana y Dietética, así como una encuesta sobre su estilo de vida (actividad física, tabaquismo y consumo de alcohol). Los principales resultados arrojados fueron un 27,8% hombres y un 6,5% mujeres estaban en rango de sobrepeso además el 67% de universitarios declararon realizar ejercicio físico habitualmente, pero consumían alcohol en altas cantidades. En conclusión, nos encontramos ante una población de sujetos jóvenes y sanos donde, sin embargo, aparece en mujeres en peso inferior al saludable, personas con sobrepeso, fumadores bebedores de alcohol de alta graduación de manera habitual, olvidados en los planes de promoción de la salud.

En el mismo año Paredes y González investigaron sobre *Percepción de imagen corporal y conductas alimentarias de riesgo en bailarinas de danza clásica del Liceo Municipal de la ciudad de Santa Fe en Argentina*. En los últimos años se produjo un incremento progresivo de la incidencia y prevalencia de Trastornos de la Conducta Alimentaria, esta es superior en los grupos poblacionales que llevan a cabo actividades relacionadas con el cuerpo y que pueden requerir una imagen delgada como es el caso de las bailarinas. El objetivo del presente trabajo fue analizar la percepción de la imagen corporal y las conductas alimentarias de riesgo para anorexia nerviosa en un grupo de 24 bailarinas de 13-23 años que asistían a los cursos de capacitación de danza clásica del Liceo Municipal de la Ciudad de Santa Fe. Las participantes respondieron un cuestionario autoadministrado, y se les realizaron mediciones antropométricas para determinar el IMC. Para valorar la percepción se utilizaron imágenes corporales. Un 50% de las bailarinas sobreestimaron su imagen corporal, porque eligieron imágenes que no se correspondían con sus parámetros antropométricos. A los fines de identificar las conductas alimentarias de riesgo para anorexia nerviosa se aplicó el cuestionario EAT-40. Se encontró que un 58,3% de las bailarinas clasificaron con riesgo, es decir que llevan a cabo conductas alimentarias anómalas, como por ejemplo se controlan en las comidas y les da mucho miedo pesar demasiado. Los resultados hallados dan cuenta de que las asistentes a los cursos de capacitación de danza clásica son un grupo vulnerable para el desarrollo de anorexia nerviosa,

ya que más de la mitad clasificó con riesgo y la mitad presentó el factor de precipitación distorsión de la imagen corporal.

El tema *Determinantes de los Estilos de Vida y su Implicación en la Salud de Jóvenes Universitarios* investigado por García, García, Tapiero & Ramos en Colombia (2012) trata sobre los estilos de vida enfocándose en cuatro más relevantes como (actividad física, hábitos alimenticios, consumo de tabaco y alcohol) dando como resultado que la interacción de los cuatro puede propiciar hábitos saludables o condiciones nocivas que pueden desembocar en enfermedades crónicas no trasmisibles. Se concluye que los universitarios están expuestos a una serie de factores que los predisponen a tener estilos de vida poco saludables, así que es necesario promover la modificación de conductas nocivas para generarles una mayor calidad de vida.

La investigación que lleva como título *Estilos de vida en relación a la alimentación y hábitos alimentarios dentro fuera del hogar, realizado en la Región Metropolitana de Santiago en Chile*, realizada por Schnettler, Peña, Mora & Miranda, en 2013 tiene como objetivo distinguir tipologías de consumidores en base a su estilo de vida en relación a la alimentación en las principales comunas de la Región Metropolitana de Santiago, Chile y caracterizarlas según sus hábitos de consumo de alimentos dentro y fuera del hogar, características sociodemográficas y su nivel de satisfacción con su alimentación. El material y método que implementaron la aplicación de un cuestionario estructurado a una muestra de 951 personas en las principales comunas de la Región Metropolitana de Santiago, se consultaron los hábitos de consumo de alimentos dentro y fuera del hogar y variables de clasificación sociodemográfica de los encuestados. Los resultados obtenidos son la frecuencia en que la persona almuerza y cena en su hogar, respecto a las comidas fuera del hogar se distinguieron según la frecuencia de comidas en restaurantes, locales de comida rápida y en la compra de comida preparada. Por último, se concluyó que el estilo de vida en relación a la alimentación con baja implicación y disfrute de los alimentos se asocia con un mayor nivel

socioeconómico y menor edad de las personas. Adicionalmente, se asocia con comportamientos alimentarios poco saludables y no beneficiosos para las personas, como una mayor frecuencia de comidas en restaurantes y de compra de comida preparada, junto a una menor frecuencia de comidas en el hogar, lo que influiría de manera menor en la satisfacción con los alimentos.

En 2014 Álvarez, Aguaded y Cabrera realizaron una investigación sobre *La alimentación familiar. Influencia en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria* en Sevilla, España; el objetivo de este trabajo fue analizar si la alimentación familiar influye en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria. Se realizó una revisión de diferentes artículos sobre el tema, obteniéndose varios resultados, observándose que la opinión de los familiares directos en la alimentación saludable, peso corporal y aspecto físico jugaba un papel importante en la aparición de los trastornos de la conducta alimentaria. Concluyeron que el hecho de comer en familia disminuía el uso de purgas, atracones y la realización de conductas no saludables, además que los entornos social y familiar influyen en la aparición y mantenimiento de trastornos de la conducta alimentaria.

En 2015 Peña & Reidl realizaron una investigación titulada *Las Emociones y la Conducta Alimentaria en la Universidad Nacional Autónoma de México*, el objetivo de su investigación fue identificar los alimentos consumidos con mayor frecuencia por los universitarios, empleando un formato tamaño carta con cinco categorías: desayuno, comida, cena, colaciones y antojos. Cada categoría tenía un espacio en donde los participantes podían enlistar los alimentos consumidos en la última semana. Obteniendo como resultados que las emociones que experimentan los universitarios durante la alimentación son en su mayoría agradables, sugieren que estas emociones representan uno de los factores socioculturales que motivan la conducta alimentaria. Se concluye que la importancia de las emociones agradables y su relación directa con la alimentación en población además se enfatiza en que las personas pueden no darse cuenta de los cambios en su

conducta alimentaria como consecuencia de los cambios en sus estados emocionales.

En el mismo año y país Saldaña realizó un estudio titulado *Estilo de vida y obesidad en estudiantes universitarios: una mirada con perspectiva de género*. El objetivo del estudio fue caracterizarla obesidad y el estilo de vida de estudiantes universitarios mujeres y hombres y analizar la información con perspectiva de género. Participaron 929 estudiantes, 301 hombres y 628 mujeres de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, con una edad promedio de 18. Se les aplicó un cuestionario de estilo de vida y percepción de obesidad, se midió talla, peso y se calculó el IMC. Los resultados mostraron diferencias genéricas tanto en estilo de vida como en percepción de obesidad e IMC, con mayor frecuencia en las mujeres. Se analizó la información desde la perspectiva de género y se documentó que el carácter relacional de hombres y mujeres permite evidenciar diferencias y desigualdades en cuanto a obesidad, estilo de vida y salud.

Las investigaciones antes mencionadas fueron clasificadas en cuatro enfoques, el primero de ellos es el biológico del cual se obtuvieron 10 investigaciones, el segundo es el social donde también se encontraron 10 artículos, el tercero es la combinación del enfoque biológico y el social donde se encontraron solo 2 investigaciones y la última clasificación fue el enfoque psicológico donde se encontraron 3 investigaciones.

Lo anterior expresa que las primeras investigaciones sobre estilos de **vida** y conducta alimentaria se limitaban al aspecto biológico, pero con el paso del tiempo se amplió la mirada para darle paso al enfoque social, el cual explico de manera distinta el fenómeno, esté a su vez le dio paso a la combinación de posturas con el objetivo de solucionar la problemática y por último se le agrego el enfoque psicológico para enriquecer las investigaciones.

## **VI. SUPUESTO HIPOTÉTICO**

*Al conocer los estilos de vida que presentan los jóvenes universitarios, se podrán relacionar con sus conductas alimentarias y la percepción de que ella tiene.*

## **VII. OBJETIVOS**

### **General**

Determinar la influencia de los estilos de vida de jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria y la percepción que tienen sobre ella.

### **Específicos**

- ❖ Definir los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios.
  
- ❖ Describir las conductas alimentarias que presentan los jóvenes universitarios.
  
- ❖ Descubrir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria.
  
- ❖ Distinguir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su



conducta alimentaria.

- ❖ Determinar la influencia de los estilos de vida sobre la conducta alimentaria de jóvenes universitarios.

## VIII. JUSTIFICACIÓN

Algunos de países de América Latina incluido México, cuentan con poca información sobre el papel que juega el estilo de vida con relación a la conducta alimentaria del individuo, sobre todo el porqué está se convierte en un eje conductor que puede provocar la presencia de los trastornos de la conducta alimentaria por eso es importante detectar y exponer la relevancia del tema, es necesario atacar el problema desde su raíz, identificando cuales son los componentes que forman el estilo de vida de la población y estos a su vez la relación con sus conductas alimentarias. Se debe tomar en cuenta que existe un esquema en el cual la conducta alimentaria es el primer factor de éste y puede desencadenar conductas alimentarias de riesgo que con el tiempo se transforman en trastornos de la conducta alimentaria.

También se deben tomar en consideración, los trastornos de la composición corporal derivados de la conducta alimentaria son el sobrepeso y la obesidad, está última fue declarada una epidemia global por la Organización Mundial de la Salud.

En México existen 48 millones de obesos, por esto se ubica en el primer lugar en adultos y el segundo en la categoría infantil a nivel mundial, la obesidad y el sobrepeso afectan a hombres y mayormente a mujeres.

Cabe señalar que la conducta alimentaria de los universitarios tiene relación con la calidad de está, existen factores que influyen directamente en la manera de alimentarse entre ellos, como la poca variedad de frutas y verduras en cafeterías de su espacio universitario, ocasionando que se consuma en mayores cantidades de alimentos con alto contenido calórico. El estilo de vida juega un papel fundamental en la conducta alimentaria y en la modificación de la misma debido a la influencia del medio y de los hábitos familiares.

De un tiempo a la fecha diversos autores han prestado atención a los estilos de vida como factores importantes que intervienen en la elaboración de las conductas alimentarias, la familia, la cultura, las tradiciones, el ocio y el entorno social entre otros están íntimamente ligados a la presencia de enfermedades relacionadas con la conducta alimentaria del individuo, es decir, los estilos de vida pueden ser un vehículo para desarrollar algún trastorno derivado de está y es cada vez es más frecuente su presencia en periodos vulnerables de la vida.

Por otra parte, entendemos que el estilo de vida se va formando a través de las primeras etapas de la vida, pero en la adolescencia y la juventud esté puede asentarse o modificarse de acuerdo con la confrontación con su núcleo universitario, de allí radica la importancia del tema.

Los estilos de vida son una opción que permite conocer la forma en la cual el individuo actúa de manera cotidiana, en la medida en que esté tenga conciencia del porqué tienen esos estilos de vida, se puede generar una modificación si estos le resultan poco saludables y perjudiciales para su salud.

Existe una brecha en cuestión del tema de los estilos de vida y la relación con la conducta alimentaria , la información sobre estos no es suficiente, primero porque es abordado desde un solo punto que es el plano biológico y segundo por las pocas instituciones interesadas en el tema y si a esto se le suma la existencia de pocas investigaciones que señalan el vínculo que existe entre la conducta

alimentaria y los estilos de vida, resulta de vital importancia abordar el tema desde la prevención.

Desde el campo de la Sociología de la Salud, se permite abordar las problemáticas de la salud desde el campo Social y con un enfoque multifactorial, en donde la conducta alimentaria no es solo un fenómeno biológico, sino también permite explicar que existe una serie de condiciones sociales que influyen directamente en que se presente.

Se pretende que los resultados de la presente investigación enriquecerán el campo de la Sociología de la salud, ya que se podrá sentar un precedente al considerar la influencia del entorno social en la aparición de enfermedades de los colectivos.

Considerando que el presente protocolo considera dos objetivos específicos cualitativos y dos cuantitativos se procedió a formular un Supuesto Hipotético.

## **IX. DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA**

### **Tipo de investigación**

La presente investigación se realizó de forma cualitativa se caracteriza por ser un proceso interpretativo de indagación, que examina un problema humano o social (Creswell,1998), ya que se identificaron diferentes categorías como estilos de vida, conducta alimentaria, percepción e influencia para dar cumplimiento a cada uno de los Objetivos Específicos y con ello al Objetivo General.

Fue transversal porque se recolectaron datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández el al, 2003). También se realizó un diseño no experimental que hace referencia a cualquier investigación en la que resulta imposible manipular variables o asignar aleatoriamente a los sujetos o a las condiciones (Kerlinger, 1979). Finalmente fue descriptiva porque busca especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (Danhke, 1989).

## **Ubicación de la investigación**

La investigación se desarrolló en el Centro Universitario UAEM, ubicado al oriente del Estado de México.

## **Población de estudio**

La población de estudio fueron los estudiantes de nivel superior inscritos en un Programa Educativo

## **Individuos**

8 alumnos de la Licenciatura en Educación para la Salud, de ambos turnos. 4 mujeres y 4 hombres, respectivamente.

## **Criterios de selección:**

Alumnos de la Centro Universitario UAEM, en ambos turnos y que asistieron en el periodo de recopilación de la información del Programa Educativo de Educación para la Salud de ambos turnos que dieron su conocimiento informado por escrito.

## **Criterios de exclusión:**

Alumnos que no pertenecieran al Centro Universitario UAEM, que no estuvieran inscritos, que no asistieron en el periodo de recopilación de la información, que no fueran de la licenciatura en Educación para la Salud y que no dieron su conocimiento informado por escrito

### **Criterios de eliminación:**

Alumnos que no estén inscritos en el programa de estudios y que proporcionen respuestas incompletas.

### **Recopilación de la información**

Con la finalidad de dar cumplimiento al Objetivo General de la presente investigación se consideraron cada uno de los Objetivos Específicos se realizaron las siguientes actividades.

*Para Definir los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios, Descubrir las conductas alimentarias que presentan los jóvenes universitarios, Descubrir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria,* se realizaron entrevistas para obtener información sobre las categorías de estilos de vida y percepción, así como las subcategorías de conducta alimentaria.

*Para Distinguir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria* se realizó un análisis del discurso sobre la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria.

Finalmente, *para Determinar la influencia de los estilos de vida sobre la conducta alimentaria de jóvenes universitarios,* se realizó un análisis del discurso sobre los estilos de vida y la conducta alimentaria.

Se les dio a conocer el consentimiento informado, con el fin de obtener la aceptación de su participación en la investigación por escrito.

Se realizaron sesiones con los entrevistados de segundo y último semestres de la Licenciatura en Educación para la Salud para realizarles las entrevistas.

Dichas entrevistas se realizaron en el turno matutino y vespertino respectivamente, de acuerdo con el horario de clases de los participantes

### **Tipo de fuentes:**

Para conocer las categorías se utilizaron fuentes primarias, es decir información de primera mano, se pueden considerar los libros, las revistas, los periódicos, los artículos, las monografías y las tesis (Danhke, 1989).

### **Instrumento:**

El instrumento recolector de la información (Anexo 2), fue una entrevista semiestructurada de acuerdo con las categorías estilos de vida, conducta alimentaria, percepción e influencia, considerando para ello las subcategorías género, trabajo, tradiciones y valores y sobre los estilos de vida se investigaron con relación a los hábitos alimentarios que tienen los jóvenes universitarios dentro del contexto universitario y familiar.

El instrumento resultante se piloteó en una etapa previa a su aplicación y al considerar que casi no se le realizaron adecuaciones la información resultante se convirtió en un artículo, mismo que se envió a la revista "Estudios Sociológicos" (anexo 3)

### **Análisis de la información**

La información que se recolectó de los individuos entrevistados se procesó mediante el análisis de discurso.

## **Presentación y análisis de los Resultados**

Los resultados que se obtuvieron se presentaron de manera de prosa organizados en torno a las categorías y su análisis se realizó según los objetivos específicos.

## **Aspectos éticos de la investigación**

El código Núremberg estipula que en los experimentos médicos en seres humanos se deben mantener límites definidos que satisfagan y den resultados provechosos para la sociedad, lo anterior mediante conceptos básicos que se describen a continuación.

El consentimiento informado esto quiere decir que la persona implicada debe tener capacidad legal para dar su consentimiento; que debe estar en una situación tal que pueda ejercer su libertad de escoger, sin la intervención de cualquier elemento y que debe tener el suficiente conocimiento y comprensión del asunto. También estipula que el experimento debe realizarse con la finalidad de obtener resultados fructíferos para el bien de la sociedad y debe ser conducido de manera tal que evite todo sufrimiento o daño innecesario (Tribunal Internacional de Núremberg, 1947).

La Ley General de Salud señala en el artículo 100 que se deberá contar con el consentimiento por escrito del sujeto en quien se realizará la investigación, o de su representante legal en caso de incapacidad legal de aquél, una vez enterado de los objetivos de la experimentación y de las posibles consecuencias positivas o negativas para su salud.



Además, el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de investigación estipula en el artículo 22 señala que el consentimiento informado deberá formularse por escrito y deberá formularse por escrito, así mismo será elaborado y revisado por el investigador principal y, en su caso, aprobado por la Comisión de Ética de la institución de atención a la salud.

En cumplimiento d todos los anteriores documentos, se redactó el Consentimiento Informado por Escrito (Anexo 1)

## X. RESULTADOS

En este capítulo se presentan los resultados organizados según las categorías y subcategorías definidas.

### ***Categoría Conducta Alimentaria***

En la pregunta ¿Preparas tus alimentos? Los entrevistados respondieron: “Sí” (Venus, Neptuno, Júpiter, Plutón), en contraste, solamente uno de ellos negó preparar sus alimentos “No” (Marte, 2017), mientras que tres de ellos contestaron “Alguna vez” (Mercurio, Saturno, Urano, 2017).

La siguiente pregunta fue ¿Mides las porciones de tus alimentos? Ellos contestaron “No” (Venus, Saturno, Urano, Plutón, Mercurio, 2017), en contraste solo dos afirmaron medir sus porciones “Sí.” (Neptuno, Marte, 2017), por último, solo uno contestó “A veces” (Júpiter, 2017).

Después se les indicó Describe cómo es tu desayuno los fines de semana. Los entrevistados contestaron: “mmm no sé, por lo regular hay carne, suadero, bistec.” (Venus, 2017), “café, atole, arroz con leche y pan...” (Saturno, 2017), “la comida

*que sobra de un día antes y en domingo van a comprar comida rápida...*” (Urano, 2017), *“...huevos rancheros, jugo de naranja y pico de gallo...”* (Neptuno, 2017), *“tacos.”* (Júpiter, 2017), *“como una comida normal...”* (Plutón, 2017), *“huevos con jamón o hot cake...”* (Mercurio, 2017), *“lo que sobra del guisado.”* (Marte, 2017).

Al preguntarles *¿Qué alimentos consumes durante la comida?* Sus respuestas fueron *“comida rápida igual, por lo regular quesadillas gorditas, tacos.”* (Venus, 2017), *“... pollo o pescado, mariscos y verduras.”* (Saturno, 2017), *“carnes rojas y sopas...”* (Urano, 2017), *“consumo alimentos con mucha fibra, en especial frutas...”* (Neptuno, 2017), *“comida corrida.”* (Júpiter, 2017); *“papas, torta, guisado, comida china.”* (Plutón, 2017), *“carne, verduras, agua natural...”* (Mercurio, 2017), *“carnes, pollo, frijoles.”* (Marte, 2017).

La siguiente pregunta fue *¿Qué acostumbras comer con tu familia?* Los entrevistados contestaron *“embutidos, salchicha, jamón, huevo.”* (Venus, 2017), *“amm tortilla, amm sal, pollo o pescado, mariscos y verduras.”* (Saturno, 2017), *“carnes rojas, sopa y agua simple.”* (Urano, 2017), *“consumo alimentos con mucha fibra, en especial frutas...”* (Neptuno, 2017), *“soya y verduras.”* (Júpiter, 2017), *“carne, verduras, refresco...”* (Plutón, 2017), *“carne, verduras, agua natural...”* (Mercurio, 2017), *“el mismo guisado.”* (Marte, 2017).

Los entrevistados afirmaron *“es accesible de encontrar y comprar.”* (Venus, 2017), *“porque a todos nos gustan.”* (Saturno, 2017), *“porque es lo que nos gusta.”* (Urano, 2017), *“son los que nos gustan”* (Neptuno, 2017), *“por lo económico.”* (Júpiter, 2017), *“porque nos ponemos de acuerdo en lo que queremos comer.”* (Plutón, 2017), *“porque nos enseñaron en el kínder de mis hijos, como alimentarnos.”* (Mercurio, 2017), *“porque hay diferentes gustos.”* (Marte, 2017).

Lo siguiente fue *Describe lo qué cenas en los fines de semana.* Sus respuestas fueron *“sopa o arroz, carne y muchas tortillas...”* (Venus, 2017), *“fresas con crema, duraznos, alitas, hamburguesas...”* (Saturno, 2017), *“una fruta o lo que encuentre.”* (Urano, 2017), *“hamburguesas de carne de res y té de manzanilla.”* (Neptuno, 2017), *“guardan comida...”* (Júpiter, 2017), *“cereal acompañado de pan.”* (Plutón,

2017), *“tacos un día y un plato de cereal.”* Mercurio, 2017), *“leche o tacos”* (Marte, 2017).

### **a.1 Subcategoría Género**

A la primera pregunta *¿Cocinas tus alimentos en casa?* Las respuestas de las mujeres fueron *“Sí.”* (Venus, Neptuno, Mercurio, 2017), pero en contraste una de ellas contestó *“Poco.”* (Júpiter, 2017), con similitud los hombres dijeron *“Sí.”* (Saturno, Plutón, Marte, 2017), mientras que solo uno de ellos señaló *“No.”* (Urano, 2017).

La siguiente pregunta fue *¿Participas en la selección de alimentos que se consumen en casa?* Las entrevistadas respondieron *“Sí”* (Venus, Neptuno, Mercurio, 2017) en contraste solo una dijo *“No”* (Júpiter, 2017), mientras que ellos contestaron *“No”* (Urano, Plutón, 2017), mientras que los demás afirmaron *“Sí”* (Saturno, Marte, 2017).

En el caso de las que sí participaron argumentaron *“...porque todos quedamos de acuerdo en que va a ver de comer y todos cooperamos, pero solo en los fines de semana que estamos todos.”* (Venus, 2017), *“porque apporto dinero para los alimentos...”* (Neptuno, 2017), *“...me gusta que la verdura y la carne sean de buena calidad.”* [sic], (Mercurio, 2017), en contraste la que negó participar señaló *“porque mis hermanos deciden.”* (Júpiter, 2017).

En el caso de los que sí participaron explicaron *“mi mamá tiene la costumbre de preguntar qué queremos o qué se nos antoja.”* (Saturno, 2017), *“porque tiene que ser algo que me guste.”* (Marte, 2017), mientras que los que no participan dijeron *“porque mi mamá es la encargada de decir lo que vamos a comer...”* (Urano, 2017), *“porque, por lo general mi madre se encarga de esas cosas.”* (Plutón, 2017).

La siguiente pregunta fue *¿Quién decide el menú de la casa?* Los entrevistados contestaron *“mi mamá.”* (Saturno, Urano, Júpiter, Plutón, 2017), *“mi papá.”* (Venus,

2017), “yo.” (Neptuno, 2017), “*mi esposo y yo.*” (Mercurio, 2017), “*la pareja de mi papá.*” (Marte, 2017).

Los entrevistados explicaron “*porque él es el que lleva la comida, lo que compra es lo que se come.*” (Venus, 2017), “*porque ella es la que lleva esa parte de la preparación, le dan como el dinero y ella dice tengo tanto entonces vamos a comer esto...*” (Saturno, 2017), “*...porque ella es la que se queda en casa...*” (Urano, 2017), “*porque, soy la jefa de la familia.*” (Neptuno, 2017), “*porque ella es la que cocina.*” (Júpiter, 2017), “*porque a ella le gusta comer unas cosas y a mi otras...*” (Plutón, 2017), “*porque a veces los dos cocinamos.*” (Mercurio, 2017), “*porque ella cocina.*” (Marte, 2017).

## **a.2 Subcategoría Trabajo**

La siguiente pregunta fue ¿Cuántas personas de tu familia proporcionan dinero para los alimentos? Ellos contestaron “*solo mi papá.*” (Venus, 2017), “*Tres, mi papá, hermana y hermano mayor.*” (Saturno, 2017), “*una, mi mamá*” (Urano, 2017), “*Tres, mi hermano, mi mamá y yo.*” (Neptuno, 2017), “*mis hermanos.*” (Júpiter, 2017), “*Mi mamá y yo.*” (Plutón, 2017), “*Una, mi esposo.*” (Mercurio, 2017), “*Dos, mi papá y su pareja.*” (Marte, 2017).

La pregunta ¿Realizas otra actividad a parte de estudiar? Ellos contestaron “*No.*” (Venus, Saturno, Urano, Mercurio, Marte, 2017), “*Si.*” (Neptuno, Júpiter, Plutón, 2017).

La siguiente pregunta fue ¿Tienen algún tipo de beca? Los entrevistados respondieron “*Si.*” (Venus, Saturno, Urano, Neptuno 2017), “*No.*” (Júpiter, Plutón, Mercurio, Marte, 2017).

Los que sí tienen beca explicaron cuál tienen “*la del conocimiento.*” (Venus, Neptuno, 2017), “*manutención.*” (Saturno, Urano, 2017). Además, señalaron cada cuándo la reciben “*cada seis meses.*” (Venus, Neptuno, 2017), “*cada mes...*” (Saturno, Urano, 2017). Por último, expresaron en qué utilizan ese apoyo “*estoy*

*ahorrando.*” (Venus, Saturno, 2017), *“...para los materiales de la escuela.”* (Urano, 2017), *“para todo...”* (Neptuno, 2017).

### **Categoría Percepción**

La pregunta *¿Te gusta cómo te alimentas?* Los entrevistados dijeron *“Sí.”* (Neptuno, Plutón, Mercurio, 2017), *“...No.”* (Venus, Urano, Júpiter, Marte, 2017), *“En la escuela no y en mi casa sí...”* (Saturno, 2017).

Los que contestaron que sí señalaron *“porque lo hago en base a las cantidades que requiere mi organismo...”* (Neptuno, 2017), *“porque la forma que como no es tan saludable...”* (Plutón, 2017), *“siento que no comemos mal...”* (Mercurio, 2017). En contraste los que contestaron no explicaron *“porque no son comidas balanceadas, me tengo que acoplar a lo que hay y por lo regular son embutidos, carne.”* (Venus, 2017), *“no me llena.”* (Urano, 2017), *“porque me gustaría comer más sano.”* (Júpiter, 2017), *“varían mis tiempos.”* (Marte, 2017), pero uno de ellos comentó *“en la casa si porque es una comida pues relativamente balanceada y valla no tengo que preocuparme si no traigo dinero o si se me olvida.”* (Saturno, 2017).

La siguiente pregunta fue *¿Cómo te sientes con relación a tu forma de alimentarte?* Ellos dijeron *“mal.”* (Venus, 2017), *“una doble moral, de entrada, consumo mucho refresco, es como no se...”* (Saturno, 2017), *“pues a la vez bien, pero como que no...”* (Urano, 2017), *“bien.”* (Neptuno, 2017), *“... más o menos.”* (Júpiter, 2017), *“me siento bien.”* (Plutón, 2017), *“así está bien.”* (Mercurio, 2017), *“regular.”* (Marte, 2017).

Después explicaron sus respuestas *“he notado que he subido mucho de peso.”* (Venus, 2017), *“mmm siento que no le hago caso a mi profesión...”* (Saturno, 2017), *“porque me da hambre y a veces los guisos no me gustan.”* (Urano, 2017), *“porque me gustan los cambios que he tenido.”* (Neptuno, 2017), *“a veces no tengo tiempo.”* (Júpiter, 2017), *“porque es lo que más me gusta comer.”* (Plutón,

2017), *“porque combino los alimentos.”* (Mercurio, 2017), *“porque si como los nutrientes.”* (Marte, 2017).

A la pregunta *¿Por qué te alimentas de esa manera?* Sus respuestas fueron *“por falta de tiempo y de dinero, porque yo no puedo proveerme mi propio alimento.”* (Venus, 2017), *“en casa puedo decir que es por costumbre.”* (Saturno, 2017), *“porque no me queda de otra...”* (Urano, 2017), *“por la información que me da la licenciatura...”* (Neptuno, 2017), *“por el tiempo.”* (Júpiter, 2017), *“porque me gusta comer bien...”* (Plutón, 2017), *“...porque es sano...”* (Mercurio, 2017), *“por los tiempos.”* (Marte, 2017).

La siguiente pregunta que se les realizó fue *¿Cómo es tu salud de acuerdo con la forma en que te alimentas?* Los entrevistados contestaron *“Es buena.”* (Venus, Saturno, Neptuno, Mercurio, 2017), *“No es buena.”* (Júpiter, Urano, Plutón, 2017), *“Regular...”* (Marte, 2017).

*¿Qué alimentos te gustan?* Ellos contestaron *“los brócolis, melón, y todos los de origen del mar ...”* (Venus, 2017), *“me gusta mmm, los mariscos, el chile en todas sus preparaciones.”* (Saturno, 2017), *“mmm la verdad pues, la comida rápida”* (Urano, 2017), *“fibra, pollo, pescado, verduras verdes...”* (Neptuno, 2017), *“verduras.”* (Júpiter, 2017), *“la carne y los vegetales...”* (Plutón, 2017), *“el pescado, los camarones...”* (Mercurio, 2017), *“carne, pollo empanizado, cereal, picante.”* (Marte, 2017).

Seguido por la pregunta *¿Consumes solo alimentos que te gustan?* Sus respuestas fueron *“Muy pocas veces.”* (Venus, Saturno, 2017), *“No.”* (Urano, Plutón, 2017), *“Sí.”* (Neptuno, Júpiter, Mercurio, 2017), *“Depende.”* (Marte, 2017).

Los que contestaron muy pocas veces explicaron *“por la economía, no hay dinero para consumirse seguido.”* (Venus, 2017), *“es lo que hay, digo si yo le diera dinero a mi mamá, tal vez le pudiera decir.”* (Saturno, 2017). Seguido por los que dijeron que sí señalaron *“porque me gustan y me hacen bien...”* (Neptuno, 2017), *“porque no como, lo que no me gusta.”* (Júpiter, 2017), *“porque son muy ricos.”* (Mercurio,

2017), también lo que contestaron que no dijeron "... mí mamá a veces escoge los alimentos, sin preguntarme..." (Urano, 2017), "porque son saludables..." (Plutón, 2017), por último, el que respondió depende explicó su respuesta "*Es lo que hay.*" (Marte, 2017).

Los que contestaron muy pocas veces explicaron "*por la economía, no hay dinero para consumirse seguido.*" (Venus,2017), "*es lo que hay, digo si yo le diera dinero a mi mamá, tal vez le pudiera decir.*" (Saturno, 2017). Seguido por los que dijeron que sí señalaron "porque me gustan y me hacen bien..." (Neptuno, 2017), "porque no como, lo que no me gusta." (Júpiter, 2017), "porque son muy ricos." (Mercurio, 2017), también lo que contestaron que no dijeron "... mí mamá a veces escoge los alimentos, sin preguntarme..." (Urano, 2017), "porque son saludables..." (Plutón, 2017), por último, el que respondió depende explicó su respuesta "*Es lo que hay.*" (Marte, 2017).

### ***Categoría Influencia***

Al cuestionarles ¿Desayunas cuando estas con tus amigos? Los entrevistados dijeron "Sí" (Venus, Urano, Neptuno, Júpiter, Mercurio, Marte, 2017), en oposición los demás contestaron "No" (Saturno, Plutón, 2017).

Los que contestaron que sí desayunan con sus amigos explicaron "*porque todos nos quedamos de ver y vamos a comprar...*" (Venus, 2017), "*para aguantar*" (Urano, 2017), "*nos gusta convivir...*" (Neptuno, 2017), "*coincidimos para desayunar*" (Júpiter, 2017), "*porque me da hambre*" (Mercurio, Marte, 2017), "*para satisfacer mi hambre*" (Marte, 2017).

Mientras que los que contestaron que no "*porque no coincidimos*" (Saturno, 2017), "*no coincido con ellos*" (Plutón, 2017).

¿En dónde desayunas cuando estas con tus amigos? Ellos contestaron “en puestos ambulantes” (Venus, 2017), “afuera, a veces en la cafetería.” (Urano, 2017), “en los puestos de afuera...” (Neptuno, 2017), “afuera, salimos a buscar” (Júpiter, 2017), “en la cafetería...” (Mercurio, 2017)

Con relación a la pregunta anterior los entrevistados afirmaron “porque es más barato afuera” (Venus, 2017), “porque es lo más rápido y accesible en precio” (Urano, 2017), “nos gusta el sabor...” (Neptuno, 2017), “por la calidad” (Júpiter, 2017).

### **Categoría Estilos de Vida**

Se les realizó la pregunta ¿Con que frecuencia desayunas? Los entrevistados contestaron “es que por lo regular no desayuno...” (Venus, 2017), “... si son dos veces es mucho” (Saturno, 2017), “pues muy pocas veces...” (Urano, 2017), “todos los días” (Neptuno, Mercurio, Marte, 2017), “casi nunca” (Júpiter, 2017), “como tres veces a la semana” (Plutón, 2017).

Con relación a la pregunta anterior ellos explicaron “por la falta de tiempo” (Venus, 2017), “no me da tiempo prefiero dormir” (Saturno, Urano, 2017), “...no me da tiempo...” (Urano, 2017), “porque el desayuno es el principal alimento del día...” (Neptuno, 2017), “no me da hambre” (Júpiter, 2017), “por las prisas...” (Plutón, 2017), “porque me da hambre” (Mercurio, Marte, 2017).

Lo siguiente que se les solicitó fue Describe que desayunas regularmente. Ellos contestaron “licuado” (Venus, 2017), “café y galletas...” (Saturno, 2017), “Chatarra.” (Urano, 2017), “un sándwich de jamón...” (Neptuno, 2017), “ensure de 250ml” (Júpiter, 2017), “cereal y pan” (Plutón, 2017), “jugo verde y sándwich de pechuga...” (Mercurio, 2017), “café” (Marte, 2017).

A la pregunta ¿Cuántas veces a la semana desayunas con tu familia? Sus respuestas fueron “Mmm jueves, lunes, sábados y domingos, cuatro días” (Venus, 2017), “Solo sábados y domingos” (Saturno, 2017), “Dos veces a la semana”



(Urano, 2017), *“Pocas”* (Neptuno, 2017), *“Ninguno”* (Júpiter, Plutón, 2017), *“Dos días”* (Mercurio, 2017), *“Nunca”* (Marte, 2017).

Derivado de lo anterior los entrevistados afirmaron *“porque son los días que descansan”* (Venus, 2017), *“es como regla establecida en la familia...”* (Saturno, 2017), *“porque solo son los fines de semana”* (Urano, 2017), *“no coincidimos”* (Neptuno, 2017), *“por su trabajo”* (Júpiter, 2017), *“porque trabajan desde temprano”* (Plutón, 2017), *“por el tiempo”* (Mercurio, 2017), *“porque voy en la mañana”* (Marte, 2017).

A los entrevistados que sí desayunan con su familia por lo menos en una ocasión se les preguntó ¿Qué acostumbres desayunar con tu familia? Ellos contestaron *“mmm no sé, comida de casa...”* (Venus, 2017), *“Café, atole, arroz con leche y pan”* (Saturno, 2017), *“La comida que sobro del día anterior...”* (Urano, 2017), *“Huevos rancheros y pico de gallo...”* (Neptuno, 2017), *“En la calle, lo que se nos antoja”* (Plutón, 2017), *“Huevos con jamón o hot cake...”* (Mercurio, 2017), *“El guisado que sobro o se compra...”* (Marte, 2017).

Después explicaron sus respuestas *“porque hay tiempo”* (Venus, 2017), *“por tradición”* (Saturno, 2017), *“porque mi mamá acostumbra guisar para dos días”* (Urano, 2017), *“nos gusta”* (Neptuno, 2017), *“todos comemos lo mismo”* (Mercurio, 2017), *“porque se acaba y se antoja otra cosa”* (Marte, 2017).

Al preguntarles ¿Cuántas veces a la semana comes en familia? Los entrevistados *“nada más dos, fin de semana”* (Venus, 2017), *“unas seis veces”* (Saturno, 2017), *“los siete días de la semana”* (Urano, 2017), *“casi todos los días”* (Neptuno, 2017), *“solo el sábado”* (Júpiter, 2017), *“Una.”* (Plutón, 2017), *“todos los días”* (Mercurio, 2017), *“ninguna”* (Marte, 2017).

Los entrevistados explicaron sus respuestas *“porque estoy en la escuela.”* (Venus, 2017), *“porque coincidimos”* (Saturno, 2017), *“porque los siete días estoy en mi casa...”* (Urano, 2017), *“porque es el horario en el que coincidimos”* (Neptuno, 2017), *“estoy trabajando”* (Júpiter, 2017), *“porque todos descansan el*

*domingo*” (Plutón, 2017), *“porque a esas horas ya salí de la escuela y mis hijos también”* (Mercurio, 2017), *“porque trabajan”* (Marte, 2017).

Se les cuestionó *¿Cuántas veces a la semana acostumbras cenar con tu familia?* Los entrevistados contestaron *“mm cuatro igual”* (Venus, 2017), *“unas cinco veces”* (Saturno, 2017), *“nunca...”* (Urano, 2017), *“como unas cuatro...”* (Neptuno, 2017), *“ninguna”* (Júpiter, 2017), *“casi diario...”* (Plutón, 2017), *“muy pocas”* (Mercurio, 2017), *“depende”* (Marte, 2017).

Por lo anterior explicaron *“porque son los días que están todos”* (Venus,2017), *“ceno, para convivir con mi hermana en especial...”* (Saturno, 2017), *“porque mi mamá a veces no cena...”* (Urano, 2017), *“por las actividades de cada uno...”* (Neptuno,2017), *“porque no compartimos gustos”* (Júpiter, 2017), *“porque es cuando todos llegan a la casa...”* (Plutón, 2017), *“porque mi esposo llega más tarde”* (Mercurio, 2017), *“casi no coincidimos”* (Marte, 2017).

Por último, se les cuestionó *¿Acostumbras cenar los fines de semana?* Ellos contestaron *“Sí”* (Venus, Neptuno, Júpiter, Plutón, Mercurio, 2017), en contraste dos dijeron *“No”* (Saturno, Urano, 2017), solo uno respondió *“Depende”* (Marte, 2017).

Los que contestaron que sí cenaban los fines de semana explicaron *“por lo regular los fines de semana hay mucha comida...”* (Venus, 2017), *“porque estamos todos los de la familia”* (Saturno, 2017), *“lo requiero”* (Neptuno, Júpiter, 2017), *“hago más cosas...”* (Plutón, 2017), *“porque me da hambre”* (Mercurio, 2017). Mientras que el estudiante que negó cenar los fines de semana dijo, *“...no me da tiempo.”* (Urano, 2017).

#### **d.1 Subcategoría Tradiciones**

A la pregunta *¿Qué acostumbras cenar con tu familia?* Los entrevistados contestaron *“comida casera”* (Venus, 2017), *“guisado”* (Saturno, 2017), *“pan, cereal...”* (Urano, 2017), *“tacos de cabeza...”* (Neptuno, 2017), *“cereal, sopa...”* (Júpiter, 2017), *“el guisado de la comida más un pan”* (Plutón, 2017), *“en fines de*

*semana, vamos a los tacos*” (Mercurio, 2017), *“a veces me invitan a los tacos”* (Marte, 2017).

Los entrevistados explicaron sus respuestas *“porque es la que sobre de la mañana”* (Venus, 2017), *“es lo que sobro”* (Saturno, 2017), *“porque a ella le gusta la fruta y a mí el cereal”* (Urano, 2017), *“porque se les antoja...”* (Neptuno, 2017), *“me gusta”* (Júpiter, 2017), *“porque se tiene que comer algo...”* (Plutón, 2017), *“porque coincidimos más”* [sic ] (Mercurio, 2017), *“me invitan”* (Marte, 2017).

Al preguntarles *¿Qué tipo de alimentos consumen más tu familia y tú?* Los entrevistados contestaron *“embutidos, salchicha, jamón, sopa, huevo”* (Venus, 2017), *“amm pollo y pescado, refresco”* (Saturno, 2017), *“pues frutas, carnes rojas y blancas, arroz sobre todo sopa...”* (Urano, 2017), *“refresco coca cola”* (Neptuno, 2017), *“soya y verduras”* (Júpiter, 2017), *“pastas y ensaladas”* (Plutón, 2017), *“sopa, licuado, cereal...”* (Mercurio, 2017), *“carne, pollo, puerco, frijoles, arroz”* (Marte, 2017).

Por lo anterior los entrevistados explicaron *“porque el que los compra es mi papa y es comerciante, entonces es lo primero que encuentra...”* (Venus, 2017), *“amm, no se es como costumbre valla desde que yo me acuerdo ha sido así”* (Saturno, 2017), *“porque son las que más nos agradan”* (Urano, 2017), *“porque les gustan”* (Neptuno, 2017), *“es más económico”* (Júpiter, 2017), *“por el gusto y la combinación de ambos”* (Plutón, 2017), *“porque les aporta vitaminas...”* (Mercurio, 2017), *“porque me satisface”* (Marte, 2017).

Se les realizó la pregunta *¿Por qué se alimentan de esa forma en casa?* Ellos contestaron *“porque mi papá es comerciante y exactamente donde el vende esta todo lo de embutidos...”* (Venus, 2017), *“a mí me gusta”* (Saturno, 2017), *“pues por los gustos que tenemos...”* (Urano, 2017), *“porque es más adecuado...”* (Neptuno, 2017), *“por el dinero”* (Júpiter, 2017), *“porque hay muchos tipos de combinaciones”* (Plutón, 2017), *“porque es algo ligero...”* (Mercurio, 2017), *“por gusto y comodidad”* (Marte, 2017).

## **d.2 Subcategoría Valores**

Se les realizó la pregunta ¿Puedes rechazar libremente los alimentos que se sirven en tu casa? Los entrevistados contestaron “*Sí*” (Saturno, Neptuno, Júpiter, Plutón, Marte 2017), seguido de los que dijeron “*No*” (Urano, Venus, 2017), además del que respondió “*Algunas veces...*” (Mercurio, 2017).

Los que contestaron que sí podían rechazar alimentos afirmaron “*porque mi mamá respeta esa parte, nunca nos obliga*” (Saturno, 2017), “*...porque son muy respetuosos...*” (Neptuno, 2017), “*puedo salir a comprar otra cosa*” (Júpiter, 2017), “*porque no me gusta, no lo tolero...*” (Plutón, 2017).

En contraste los que respondieron que no podían rechazar alimentos señalaron “*es lo que hay tienes que comerlo*” (Venus, 2017), “*me quedo sin comer*” (Urano, 2017), “*no me siento a gusto...*” (Marte, 2017).

## **XI. DISCUSIÓN**

En este capítulo, se presenta la discusión de los resultados obtenidos organizados en torno a cada uno de los objetivos específicos.

### ***DEFINIR LOS ESTILOS DE VIDA QUE TIENEN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS***

Se considera al desayuno es una práctica que realizan los estudiantes de manera cotidiana, esta práctica se relaciona con sus características individuales, desarrolladas en etapas tempranas de su vida, pero también es producto de las condiciones de vida y el nivel socioeconómico al que pertenecen (OMS, 1999), este hábito se ve modificado por las constantes exigencias del entorno en el que se

desarrolla el estudiante, lo cual repercute de manera significativa en su estado de salud (Perea, 2004).

Cabe señalar que el estudiante se desarrolla dentro de sistemas complejos, cada uno con una dinámica interna establecida para su funcionamiento, pero estos sistemas se relacionan diariamente entre ellos, con el estudiante y su familia, lo anterior genera una modificación directa en el hábito del desayuno que abarca la forma de realizarlo y la frecuencia tanto en días laborales como en fines de semana, lo anterior señala claramente la creación de una práctica nueva que sobrepasa la idea de satisfacer una necesidad fisiológica (Morín, 1994).

Asimismo, la familia del estudiante es una institución que enseña modos de vida relacionados con la alimentación como lo es la realización del desayuno tanto en horarios laborales como en fines de semana, está fundamentada por tradiciones heredadas pero la reproducción de este modo de vida no se relaciona únicamente con la disposición que tengan los miembros de la familia para realizar esa práctica influyen las exigencias de los contextos, lo anterior ocasiona la modificación en la forma de desayunar y en los alimentos consumidos, repercutiendo en las relaciones entre el estudiante, la familia y el ambiente social (Bourdieu, 1991).

Con relación a lo anterior la frecuencia al realizar el desayuno, los alimentos que se consumen y con quien lo realizan es una conducta que el estudiante expresa al procesar la información que le difunde de manera constante su medio familiar y social, lo anterior da como resultado la creación de un nuevo conocimiento con el cual el estudiante y su familia puede relacionarse entre ellos y con los demás (Moscovici, 1979).

Por otra parte, el estudiante come en familia de manera regular, lo anterior forma parte de un patrón de conducta determinada por sus condiciones de vida, pero esta conducta puede verse modificada tanto en la frecuencia al realizarla como en los alimentos que se consumen, este cambio es el resultado de las exigencias

diarias de su contexto y de los factores socioculturales (Comité Regional de la Organización Mundial de la Salud para Europa ,1986). Además, el comer en familia es una práctica realizada porque sus integrantes comparten la misma tradición y forma de vida (Pastor, 1999).

Además, el estudiante y su familia constituyen una institución compleja, la cual influye directamente en la manera de actuar de cada uno de ellos, esto es consecuencia de la relación directa que establecen desde las etapas iniciales en la vida del individuo, esta relación ve plasmada su influencia en la convivencia de la familia a la hora de comer, si bien es una práctica que sigue realizando el estudiante y su familia de manera regular pero no se efectúa de la misma forma, esto como resultado del cambio en los contextos con los que se relacionan fuera del núcleo familiar (Morin, 1994).

Inclusive el estudiante come de forma periódica en familia, aun cuando debe cumplir con las obligaciones que le asigna el entorno universitario, esto es fruto de un modelo que fue aprendido desde la niñez y por tanto la réplica de manera implícita, lo importante de la realización de este hábito es que el estudiante lo está reproduciendo en una nueva estructura, que es su propia familia (Bourdieu, 1991).

Finalmente, el comer regularmente en compañía de su familia refleja la manera en la cual el estudiante fue formado mediante la enseñanza de sus padres, es decir el comer en familia es la forma en la cual el individuo interpreta lo aprendido y comunicado dentro de su ambiente familia y esto lo realiza a la par del cumplimiento de las actividades que cada uno tenga (Moscovici, 1979).

En cuanto al tema de la cena es un modo característico de actuar de todos los miembros de la familia del estudiante, lo anterior es producto de prácticas realizadas de manera habitual entre todos los integrantes de su núcleo familiar, que además comparten el mismo contexto social, el cenar es un hábito que realizan no solo para satisfacer sus necesidades sino también para fomentar

relaciones cercanas y afectivas (Wittgenstein, 2004), aunque los alimentos que se consumen está comida forman parte de las decisiones que cada integrante toma, que pueden afectar de manera significativa su salud pero de las cuales no siempre tiene el control (Lalonde,1974).

Sin embargo el cambio en el hábito de cenar así como en los alimentos que se ingieren, es producto de las exigencias y normas de los contextos en los cuales el estudiante y su familia se desarrollan, pero esta modificación también se ve reflejada en la convivencia familiar, saliendo a relucir las relaciones complejas que se construyen dentro de la familia, que dan como resultado la creación de una nueva dinámica entre ellos, la cual se ve representa con la construcción de nuevos sistemas dentro de un mismo núcleo familiar (Morin, 1994).

Por otra parte el estudiante universitario acostumbra cenar, la mayor parte de las veces lo realiza los fines de semana por las ocupaciones de cada uno de los miembros de su familia, sigue llevando a cabo esta práctica para reforzar la relación entre ellos, pero la manera en la cual la lleva a cabo ha sufrido modificaciones como consecuencia del cambio mismo en el ambiente social, esas modificaciones en los alimentos consumidos durante la cena son determinados por las oportunidades que tienen con base al ingreso económico, tanto del estudiante como de su familia, esto se efectúa con el propósito de lograr un fin específico como el de alimentarse y convivir en familia (Bourdieu, 1991).

En definitiva, el estudiante realiza el hábito de cenar en menor frecuencia en días laborales aun cuando el horario es propicio para efectuarlo, mientras que los fines de semana se cumple a menudo porque que los integrantes de su familia no desempeñan actividades fuera de su hogar, pero los alimentos y las porciones que consumen son la representación con la cual expresan las tradiciones inculcadas dentro de su medio familiar y social (Moscovici, 1979).

En relación con los alimentos que se consumen durante la cena y la frecuencia con la cual lo realizan en compañía de su familia, son consecuencia de las costumbres familiares inculcadas de generación en generación propias del lugar en donde viven (Gómez de Silva 1988).

Luego entonces la cena familiar forma parte de un sistema organizado, en donde el estudiante y los integrantes de su familia tienen la oportunidad de relacionarse, pero la constante evolución del contexto social ha dado pauta para la creación de una nueva dinámica entre ellos para poder abordar y dar respuesta a los retos que se les presenten fuera del ambiente familia (Morín, 1994).

Asimismo, los alimentos que acostumbra consumir el estudiante y su familia durante la cenar, forman parte de un proceso de enseñanza realizado por los progenitores y que a su vez es producto de las condiciones económicas y sociales de los cuales dependen (Bourdieu, 1979).

Pero también esos alimentos consumidos en la cena representan el comportamiento del estudiante y de su familia, este comportamiento es resultado de un proceso de formación de conductas compartidas dentro de su contexto social que influyen de forma directa en la manera de relacionarse tanto dentro como fuera del entorno familiar (Moscovici, 1988).

En cuanto a los alimentos que consume el estudiante y su familia se seleccionan por los gustos, porque forman parte de una tradición inculcada dentro del ambiente familiar, que además es resultado de sus costumbres pasadas, realizadas en el presente con la finalidad de replicarlas y continuarlas, pero también estos alimentos consumidos son consecuencia de las condiciones sociales, las cuales influyen en la accesibilidad y consumo de estos (Moreno, 2004).



Además, la frecuencia en que el estudiante y su familia consumen ciertos alimentos, forman parte de una tradición cultural enseñada y replicada de forma inconsciente, pero está ha sufrido modificaciones por consecuencia de la interacción diaria entre otros elementos establecidos dentro del contexto social, es decir la forma de alimentarse durante la cena es una consecuencia provocada por una causa social, de la cual tuvieron que adaptarse (Morín, 1994).

También los alimentos consumidos por el estudiante y su familia forman parte del hábitus, es decir son parte de un sistema que ordena y trasfiere conductas con la finalidad de enseñarle al individuo la manera en la cual debe comportarse, este sistema se enseña desde etapas iniciales de vida para después poderse realizar de manera inconsciente, es decir el hábitus es el patrón de comportamiento con el cual se interpreta la realidad y se reproduce en el contexto social (Bourdieu, 1991).

Cabe señalar que los alimentos que consumen tanto el estudiante como su familia son parte de un proceso de formación de comportamientos a partir de la comunicación social, es decir lo que el contexto le transmite de manera cotidiana el individuo lo procesa, lo entiende y después lo manifiesta, por tanto, es la manera en la cual el individuo hace tangible lo que su ambiente social le transmite diariamente (Moscovici, 1988).

Con respecto a la forma de alimentarse del estudiante y su familia está integrado por los gustos de sus integrantes, pero también es el efecto de una enseñanza continua de hábitos y preferencias transmitidos de generación en generación (Gómez de Silva 1988), al replicar lo aprendido el individuo integra los gustos alimentarios de sus antepasados y los integra en su presente, para posteriormente reproducirlo en un futuro (Lenclud, 1987).

Es importante mencionar a los determinantes o condiciones sociales que también forman parte de un sistema complejo que influye directamente en la manera en que se alimenta el estudiante y su familia, de estos determinantes no tienen el

control y son los causantes de la modificación en la manera en la cual se alimentan, estas modificaciones también surgen para poder entender y adaptarse a su realidad, pero termina por y transformarla (Morin, 1994).

Además, la estructura tanto familia como universitaria dictamina la forma en que el estudiante debe alimentarse, al estar dentro de estas estructuras pasa a formar parte de ellas en donde diariamente recibe instrucciones de cómo debe comportarse, este lo replica de forma inconsciente para adaptarse a su entorno, pero el que se comporte de esa forma no significa que esté de acuerdo con ella (Bourdieu, 1991).

Con relación a lo anterior la forma de alimentarse tanto del estudiante como de los integrantes de su familia es la representación de los factores sociales con los que están relacionados y de los cuales no está de acuerdo, esta representación surge a partir de la elaboración de un nuevo conocimiento producto de lo que su entorno le comunica diariamente, esto a su vez influye directamente en la modificación de sus conductas y hábitos alimentarios (Moscovici, 1988).

El poder rechazar los alimentos que se sirven en casa, está relacionado con la comunicación y el ambiente familiar, es decir el expresar de manera libre los gustos y preferencias en los alimentos que se consumen en ese ambiente, esto se lleva a cabo con la finalidad de fomentar un adecuado funcionamiento familiar y una apertura al cambio (Páez, 2004).

Entonces el que el estudiante pueda rechazar los alimentos que consumen en su familia es consecuencia de los fenómenos sociales y culturales, es decir el entorno influye de manera considerable en las decisiones que se toman dentro del hogar por medio de la interacción diaria entre el individuo y los demás componentes que están presentes en su contexto social (Morin, 1994).

Por su parte la familia es una estructura controladora y perdurable, la cual expresa las tradiciones heredadas y a su vez produce acciones que influyen en la forma de relacionarse con el ambiente social, la comunicación familiar está influenciada por las jerarquías que se le asignan a cada uno de sus integrantes para lograr un adecuado funcionamiento familiar (Bourdieu, 2000).

En definitiva, el poder rechazar los alimentos que se consumen dentro del hogar es una representación social realizada por el estudiante como resultado de la influencia constante de su contexto por medio del procesamiento activo de la información difundida en su medio social, esta información está relacionada directamente con la cultura y las normas establecidas en su familia (Moscovici, 1988).

Con los resultados obtenidos en el cumplimiento del anterior objetivo específico, se participó en el “6º. Congreso Internacional de Investigación Social” (anexo 5)

### ***DESCRIBIR LAS CONDUCTAS ALIMENTARIAS QUE PRESENTAN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS***

El preparar y medir las porciones de los alimentos, contribuye a que el estudiante tenga un mejor conocimiento sobre lo que está consumiendo con relación a las porciones y gustos, que se ven reflejados en su estado de salud (Osorio, 2002), asimismo la selección de alimentos que consumen es un ejemplo de lo aprendido por sus padres mediante la imitación, donde también participan las emociones que experimentan al consumirlos (Domínguez & Olivares, 2004).

Además, el estudiante se ve obligado a modificar sus comportamientos relacionados con los alimentos que ingiere, a consecuencia de los cambios diarios de su contexto familiar y universitario (Morín, 1994).

Con relación a lo anterior los contextos en donde el estudiante universitario se desarrolla son estructuras con normas y obligaciones establecidas, las cuales dictan la forma en la que el estudiante debe comportarse, la adaptación a estos contextos genera una modificación en las prácticas diarias relacionadas con las porciones y las preparaciones de los alimentos que consume diariamente (Bourdieu, 1991).

Por tanto, el medir y preparar los alimentos tanto dentro como fuera del espacio universitario forma parte de un comportamiento elaborado a partir de las prácticas inculcadas dentro del núcleo familiar y de las exigencias del entorno, es decir en la forma en cómo prepara y mide las porciones de sus alimentos que consume durante el día es la manera en la cual se representa y comunica lo aprendido en su entorno social con la finalidad de entender su realidad y adaptarse a ella (Moscovici, 1979).

Con respecto a desayunar y comer tanto entre semana como en los fines de semana forma parte de un hábito realizado dentro del núcleo familiar del estudiante, la selección de los alimentos que se consumen están determinados por factores sociales de los cuales el estudiante y su familia como el ingreso económico, que ve reflejado en los alimentos que se pueden consumir y que irremediablemente pueden afectar la salud no solo del estudiante sino también de los demás miembros de su familia (Osorio, 2002).

Otro punto que considerar es que el ambiente familiar es un sistema complejo, que interacciona diariamente con otros elementos, los cuales influyen directamente en su dinámica, entre ellos los determinantes sociales que intervienen directamente en la modificación y construcción de un nuevo sistema dentro del hogar para hacerle frente a las exigencias diarias del contexto social en el que se desarrollan (Morín, 1994).

Cabe destacar que los alimentos que consume el estudiante entre semana y los fines de semana son el reflejo de un modelo social con el cual el individuo es capaz de interpretar su realidad, además expresa la tradición inculcada dentro de su familia, pero al reproducir esta nueva práctica se genera una nueva estructura (Bourdieu, 1991).

Asimismo el estudiante universitario tiene hábitos relacionados con la alimentación, resultado de una dinámica familiar establecida pero también de un procesamiento propio de la información recibida por su entorno social durante las etapas de la niñez y la adolescencia, es decir los alimentos que consumen al desayunar y comer ya sea solos o acompañados es una práctica realizada con la finalidad de satisfacer una necesidad fisiológica pero también es el resultado de la influencia del contexto (Moscovici, 1979).

Ahora bien, la cena es una de las actividades que se pueden realizar de manera frecuente en familia porque el horario en el que se efectúa es accesible, pero esta actividad es modificada por las exigencias del entorno, lo cual ha propiciado que el tipo de alimentos que se consuman se elijan a partir de los gustos de cada integrante, los cuales no siempre resultan similares con los de los integrantes de su familia, pero el cenar en familia provoca emociones agradables en los estudiantes que llegan a asociarlos con los alimentos que consumen (Herman y Polivy, 1975).

También los contextos universitario y social son sistemas complejos que forman parte de la vida del estudiante, los cuales le dictan la forma en que debe comportarse de acuerdo a sus necesidades, pero al término del horario escolar, el estudiante se inserta nuevamente en su núcleo familiar, pasa a formar parte de otro sistema igual de complejo, en el cual inevitablemente los horarios de comida y de convivencia entre los integrantes de la familia son modificados inevitablemente por la influencia de los otros contextos en los cuales los miembros de la familia y el estudiante universitario se desenvuelven, pero esta modificación de hábitos

propicia que al convivir todos en familia se permita el consumo de alimentos que resulten agradables sin importar el aporte nutricional y el riesgo para la salud, el objetivo de esta práctica en familia es convivir y desestresarse de las responsabilidades diarias de cada uno de ellos (Morín, 1994).

Asimismo, el cenar y los alimentos que se consumen, forma parte de un hábito aprendido a partir de una costumbre, pero la modificación de la cena es consecuencia de las condiciones sociales, lo cual propicia que el estudiante interiorice las exigencias de su contexto con el objetivo de adaptarse y pertenecer esté (Bourdieu, 1991).

En conclusión, el alimentarse durante el día, forma parte de una necesidad fisiológica que se debe cubrir para rendir en las actividades cotidianas, pero la manera en la cual realizan estas prácticas es una representación construida y procesada a partir de las exigencias de sus contextos, la cultura y las normas sociales a las que están expuestos (Moscovici, 1979).

Por su parte la Organización Mundial de la Salud (2016) reporta que existen actividades propias del género femenino y masculino, en contraste con lo anterior, los estudiantes universitarios realizan diferentes actividades dentro del hogar, entre ellas cocinar sus propios alimentos, sin importar si son hombres o mujeres.

Además, el ambiente social en donde se desenvuelve el estudiante es un sistema organizado el cual dictamina roles y obligaciones dependiendo si son hombres o mujeres para el adecuado funcionamiento de la sociedad, pero a causa de su constante cambio y evolución, estos roles y obligaciones en aspectos como la alimentación dentro de la familia ya no son exclusivos de un solo género (Morín, 1994).

Cabe señalar que la estructura social crea patrones de comportamiento que debe seguir el individuo dependiendo el género al que pertenezca para el adecuado

funcionamiento de la sociedad, pero a consecuencia del cambio en las estructuras sociales, el estudiante ha roto estos roles preestablecidos para poder afrontar las necesidades y exigencias de su nuevo entorno (Bourdieu, 1991).

Igualmente, la realización de actividades relacionadas con la alimentación ha sido encabezadas por el género femenino a manera de tradición, pero el contexto social y los roles ha cambiado a lo largo del tiempo, lo cual ha propiciado que los individuos procesen esta nueva información y en consecuencia se comporten de forma distinta con el objetivo de comprender y afrontar su realidad (Moscovici, 1979).

Con respecto a la participación en actividades relacionadas con la alimentación dentro del hogar, esto sigue siendo exclusivamente para mujeres, es decir las mamás de los estudiantes son las encargadas de estas actividades, algunos de ellos tanto varones como mujeres expresaron participar en este tipo de actividades, pero la mayoría de las veces ellos tienen que consumir los alimentos que se elijan dentro del núcleo familiar sin importar sus gustos y preferencias (OMS, 2016).

Si bien han surgido cambios en las actividades que deben realizar los individuos dentro de la familia dependiendo los roles de género establecidos por la sociedad, especialmente los que son dirigidos al tema de la alimentación, las mujeres siguen siendo las que deciden, considerando el ingreso económico, pero dejando de lado el valor nutricional de los alimentos y los gustos de los integrantes de su familia, a esto se suma que algunas de ellas deben cubrir las obligaciones propias de ser estudiantes universitarias (Morín, 1994).

Ahora bien, la sociedad ha cambiado dependiendo las exigencias del tiempo y con ello las actividades que deben realizar los individuos de acuerdo con los roles establecidos con la finalidad de afrontar las nuevas exigencias de su contexto social, pero aun con el cambio de roles las estructuras siguen siendo perdurables

y duraderas en donde la cultura dictamina la forma en la cual deben comportarse para el correcto funcionamiento de dicho contexto (Bourdieu, 1991).

En definitiva, los cambios en los roles dentro de la sociedad han surgido en épocas de crisis y conflicto, en donde los individuos se ven obligados a modificar la dinámica familiar establecida durante años para dar respuesta a las nuevas exigencias de sus contextos, la manera en la cual los individuos expresan estos cambios son el resultado de una conducta influenciada directamente por el ambiente social en el cual viven (Moscovici, 1979).

Por otra parte, el estudiante universitario sigue siendo dependiente económico de su familia, porque este se encuentra en una etapa de la vida en donde está en construcción su identidad para su incorporación a la vida social (ONU, 1999), además el estudiante está en la búsqueda de una independencia socioeconómica fuera de su familia (OMS, 2000).

Asimismo el estudiante se desarrolla en diferentes contextos, los cuales son sistemas complejos organizados para funcionar, pero estos se relacionan de manera continua por el constante cambio en el contexto social, es decir el que el estudiante se relacione de manera directa con los sistemas complejos provoca la creación de un nuevo sistema en el cual el individuo debe cambiar su dinámica establecida, en este caso debe buscar recursos económicos proporcionados por la institución educativa a la que pertenece con el objetivo de hacerle frente a los desafíos presentes en su vida diaria (Morin, 1994).

También, el contexto universitario, familiar y social en donde se desarrolla el estudiante, son estructuras predisuestas para funcionar, a través de la enseñanza de prácticas y generando representaciones, pero a raíz de la exposición de continua a las condiciones sociales es necesario que el estudiante modifique lo aprendido interiorizando las necesidades y exigencias del exterior, con la finalidad de interpretar y reproducir su realidad (Bourdieu, 1991).



Así pues, el estudiante aprovecha los recursos económicos como las becas que le brinda el espacio universitario, lo anterior es una forma de representación de su realidad a través de la creación de un nuevo conocimiento influenciado por la cultura, los medios de comunicación y las normas sociales a los que está expuesto el individuo, la función de dicha representación es la comunicación entre las personas con las que convive (Moscovici, 1979).

Como resultado del análisis del anterior objetivo se redactó un artículo y se envió a la revista "Chakiñan" (anexo 7), así como se participó en el "15°. Congreso Internacional sobre Salud del Adolescente" (anexo 6).

### ***DESCUBRIR LA PERCEPCIÓN QUE TIENEN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS SOBRE SU CONDUCTA ALIMENTARIA***

Al estudiante universitario no le gusta la forma en que se alimenta, tanto por los alimentos y porciones que consume, pero también por los cambios que ha notado en su cuerpo, lo anterior forma parte de un proceso cognitivo en el cual reconoce, interpreta y da significado a sus accesiones de acuerdo con las sensaciones que percibe dentro de su ambiente (Allport, 1974).

Pero también el estudiante forma parte de un sistema complejo que es su familia, dicho sistema, interacciona con otros elementos igual de complicados que ellos, en los cuales están presentes condiciones sociales que lo obligan a comportarse de forma distinta las cuales le permite abordar desafíos específicos para entender la realidad, en este caso los alimentos que consume el estudiante son consecuencia de la relación entre los integrantes de su familia y las oportunidades que les brinda su ambiente social (Morín, 1994).

Igualmente, en su forma de alimentarse influyen estructuras perdurables y controladoras como las tradiciones y la cultura a la cual pertenece, pero estos aspectos pueden verse alterados a consecuencia de los cambios sociales y

económicos del contexto, los cuales obligan a las familias a consumir alimentos que les resulten accesibles para ellos, esto a su vez dirige la forma de actuar del estudiante, aunque no esté de acuerdo con ello (Bourdieu, 1991).

Asimismo, las emociones que presenta el estudiante universitario con relación a la forma en que se alimentan, son consecuencia de la influencia de los factores económicos y sociales de los cuales depende, pero esta influencia se ve reflejada en la creación de un nuevo comportamiento, el cual le permite comunicarse con los demás y adaptarse a su ambiente (Moscovici, 1979).

### ***DISTINGUIR LA PERCEPCIÓN QUE TIENEN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS SOBRE SU CONDUCTA ALIMENTARIA***

La percepción que tiene el estudiante universitario está relacionada con los alimentos que consume con regularidad, lo anterior influye directamente en la visión que él tiene sobre su alimentación como resultado de un proceso parcial en el cual intervienen las diferentes situaciones y sensaciones que experimenta al alimentarse (Merleau-Ponty, 1975).

Cabe señalar que la familia del estudiante y su contexto universitario también influyen en la creación de la percepción que tienen el estudiante sobre la forma en la cual se alimenta, porque su familia y la universidad son sistemas complicados donde se relaciona diariamente; además, las condiciones sociales, económicas y culturales han provocado que al estudiante no le agrade la forma en cómo se alimenta, pero aun así lo realiza con la finalidad de satisfacer su necesidad fisiológica y rendir en sus actividades (Morín, 1994).

De igual forma el que el estudiante consuma de manera poco frecuente alimentos que le gustan, forma parte de una práctica enseñada por las estructuras familiar y universitaria en las que vive y se desarrolla (), es decir tales estructuras le asignan un lugar dentro de ella con la finalidad de interiorizar las exigencias de su entorno

para poder adaptarse a él, cabe señalar que las practicas que el estudiante realiza tanto en el núcleo familiar como dentro del centro universitario está relacionada con las condiciones sociales y económicas a las cuales pertenece, lo anterior propicia que el estudiante tenga una percepción negativa sobre su conducta alimentaria (Bourdieu, 1979).

En conclusión, la percepción que tiene el estudiante universitario sobre su conducta alimentaria es la manera en la cual representa la influencia de su cultural, los medios de comunicación y las normas sociales a las que está expuesto, esta representación se logra a partir de las explicaciones e interpretaciones que realiza de su realidad para dar paso a la comprensión y el afrontamiento de su realidad (Moscovici, 1988).

### ***DETERMINAR LA INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SOBRE LA CONDUCTA ALIMENTARIA DE JÓVENES UNIVERSITARIOS***

El hábito del desayuno forma parte de una rutina de vida generada por la influencia de los factores culturales y las características personales de los individuos, además, esta rutina puede llevarse a cabo de manera personal o en colectivo con el cual comparten prácticas, valores y actitudes similares relacionadas con el contexto en el cual se desarrollan diariamente, no solo con el objetivo de satisfacer su necesidad de alimentación, sino también fomentando la relación con sus colectivos para lograr un mejor manejo de su entorno (Wittgenstein, 2004).

El que el estudiante universitario comparta estilos de vida relacionados con su alimentación como el desayunar con sus amigos forma parte de una rutina organizada, propiciada por la relación entre él y los elementos con los que convive de manera cotidiana dentro del espacio universitario, es decir dicha convivencia continua y el compartir características similares entre los estudiantes provoca la creación de un nuevo sistema complejo que combina las características

personales de cada uno de los miembros que comparten el lazo de amistad (Morín, 1994).

El desayunar con sus amigos es el resultado de las exigencias del entorno universitario, es decir no solo desayuna para satisfacer su necesidad fisiológica sino también lo realiza en colectivo, con la finalidad de pertenecer a ese ambiente social, lo cual termina influyendo de manera significativa en la relación con sus amigos y el espacio que comparten (Bourdieu, 1991).

Además, este hábito forma parte de una representación social que expresa el individuo como resultado de la influencia del ambiente universitario, a partir de las creencias y normas sociales impuestas, dicha representación social el individuo la realiza con el objetivo de comprender y afrontar su realidad (Moscovici, 1988).

## **XII. CONCLUSIONES**

Finalmente, en este capítulo se presentan las diferentes conclusiones estructuradas en cuanto al campo del conocimiento, la metodología utilizada, las preguntas de investigación, los objetivos específicos, el objetivo general y el supuesto hipotético.

### ***Sobre el campo del conocimiento***

La presente investigación se realizó desde la mirada cualitativa, obteniendo resultados enriquecedores para la Maestría en Sociología de la Salud y para la línea de investigación “Biopsicología, salud y sociedad”, porque para dar respuesta al objetivo general y específicos se abordó una problemática de salud desde un enfoque social considerando referentes teóricos propios de las Ciencias Sociales, lo que generó la necesidad de ampliar la mirada y complejizar una problemática de salud con un enfoque diferente a como se han venido analizando desde las Ciencias de la Salud.

### ***Sobre la metodología utilizada***

La metodología utilizada permitió indagar y describir sobre los factores que influyen directamente para que se presente el fenómeno que se investigó, utilizando para ello a la metodología cualitativa lo que generó la recopilación de la información necesaria utilizando fuentes primarias para conocer y describir las categorías identificadas dentro de la problemática que se investigó.

### ***Sobre las preguntas de investigación***

Las preguntas de investigación ¿Cuáles son los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios?, ¿Cuáles son las conductas alimentarias que presentan los jóvenes universitarios?, ¿Cuál es la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria?, ¿Existe influencia de los estilos de vida y la conducta alimentaria en jóvenes universitarios? Se respondieron a través de los objetivos específicos.

### ***Sobre los Objetivos Específicos***

Todos los Objetivos Específicos se cumplieron llegando a las siguientes conclusiones:

#### ***Definir los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios***

El hábito del desayuno ha sido inculcado por su núcleo familiar, esta práctica la sigue realizando, pero con modificaciones provocadas por las exigencias del contexto universitario, por otra parte, el comer en familia es una práctica que realiza en menor frecuencia dependiendo su horario escolar, pero en los fines de semana esta práctica la realiza de manera cotidiana al ser días no laborables.

En contraste el cenar en familia tanto en días laborales como en fines de semana forma parte de una práctica realizada por el estudiante y su familia, en donde además de convivir puede consumir alimentos que les gusten más.

Los alimentos que acostumbran consumir en la cena están directamente influenciados por sus condiciones socioeconómicas de su familia, esos alimentos

están relacionado con las enseñanzas derivadas de la licenciatura que estudian, por tanto, la manera de alimentarse tanto del estudiante como la de su familia está relacionado con los gustos en los alimentos y con el ingreso económico familiar.

El estudiante universitario tiene la libertad de rechazar los alimentos que se sirven en su casa y esto es producto de la comunicación familiar.

### **Describir las conductas alimentarias que presentan los jóvenes universitarios**

El estudiante universitario se involucra en la preparación de sus alimentos, pero no pone la misma atención en las porciones que consume, lo cual puede ocasionarle problemas de salud, cabe señalar que los alimentos que consume en sus diferentes comidas están relacionados por las condiciones económicas del contexto familiar, ya que estos determinan la accesibilidad y frecuencia de los alimentos que consumen al desayunar y comer en familia pero también son el resultado de la influencia por la licenciatura que cursan.

El estudiante universitario acostumbra cocinar sus propios alimentos, pero esta actividad la realizan tanto hombres como mujeres sin importar los roles sociales, pero aún con la información con la que cuenta el estudiante universitario, dentro de su núcleo familiar sigue habiendo roles establecidos con respecto a la alimentación de sus integrantes, es decir sigue siendo una actividad realizada mayormente por las mujeres.

### **Descubrir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria.**

La percepción que tiene el estudiante universitario es el resultado de influencia de su cultural, los medios de comunicación y las normas sociales a las que está expuesto, además la percepción se crea a partir de la información que recibe el estudiante de manera cotidiana en cada uno de los contextos donde se desarrolla.

**Distinguir la percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria.**

La percepción que tienen el estudiante universitario sobre su conducta alimentaria se relaciona con la forma de alimentarse y con los alimentos que consume, además influye de forma importante el hecho de no consumir de manera regular alimentos que le agraden a consecuencia del ingreso económico familiar y el poco acceso a alimentos con precio alto.

**Determinar la influencia de los estilos de vida sobre la conducta alimentaria de jóvenes universitarios.**

Por otra parte, el que el estudiante desayune con sus amigos y el lugar en donde lo realiza, es resultado de la influencia de sus mismos pares con los cuales tiene empatía y gustos similares, pero la influencia social también está presente en esa práctica.

Con todo lo anterior el Objetivo General *Determinar la influencia de los estilos de vida de jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria y la percepción que tienen sobre ella.* Por tanto, se permite afirmar que el Supuesto Hipotético *Al conocer los estilos de vida que presentan los jóvenes universitarios, se podrán relacionar con sus conductas alimentarias y la percepción de que ella tiene* porque al saber cuales son los estilos de vida en la alimentación de los jóvenes universitarios se descubrió que la conducta alimentaria del estudiante es el reflejo de una dinámica aprendida desde la niñez, pero también es el resultado de la influencia de los factores sociales los cuales ocasionaron la modificación de sus comidas y una mala percepción sobre la forma de alimentarse.



### **XIII. LIMITACIONES Y SUGERENCIAS**

#### **Limitaciones**

Como una característica de la investigación cualitativa, la presente investigación se limita a un grupo específico de población y no se puede generalizar. Además, para realizar la investigación, solamente se abordaron algunos temas dentro de las categorías esto debido a limitaciones contextuales.

#### **Sugerencias**

Seguir realizando investigaciones en salud con metodología cualitativa, con sustento teórico en el área social, profundizar en el estudio de las categorías aquí abordadas como los estilos de vida, la conducta alimentaria y los determinantes sociales, por último, considerar otros grupos de personas para poder realizar estudios de comparación entre ellos, como nivel académico, turno y género.

#### XIV. REFERENCIAS

Abbagnano, N. (1986). Diccionario de filosofía, México, *Fondo de Cultura Económica*.

Adler, A. (1973). *El sentido de la vida*. Barcelona: Luis Miracle.

Allport, F. (1974). *El problema de la percepción*. Buenos Aires, Nueva Visión.

Álvarez, P., García., A, Rodríguez., A y Bonet, M. (2012). Voluntad política y acción intersectorial: Premisas clave para la determinación social de la salud en Cuba. *Revista Cubana Higiene Epidemiológica*.

Alvy, K., y Parent, T. (1987). Conductas de riesgo y factores protectores. Recuperado en febrero 2006, en <http://escuela.med.puc.cl/paginas/OPS/curso/lecciones/leccion16/>, p.13.

Arguello, M, Bautista, Y, Carvajal, J, De Castro, K, Díaz, D, Escobar, y ...Agudelo, D. (2009). Estilos de vida en estudiantes del área de la salud de Bucaramanga en Colombia. *Revista de Psicología. Universidad de Antioquia. Vol. 1*.

Asociación de lucha contra la Bulimia y la anorexia. (2012). *ALUBA da a conocer estadísticas de la Renfrew Center Foundation (RFC)*. Recuperado de <http://www.hacercomunidad.org/escribi/articulo/13926>

Aspe, V., y López, A. (1999). *Hacia un desarrollo humano: valores, actitudes y hábitos*. México: Limusa.

Barquera, C., Campos, N., Rojas, R., y Rivera, J. (2010). Obesidad en México: epidemiología y políticas de salud para su control y prevención. *Gaceta Médica de México*. 397-407.

Barrios, H. (2007). Estilo de vida saludable y espiritualidad. *Monografía*. Mérida, Venezuela.

Behar, V. (2011). Insatisfacción corporal en los trastornos de la conducta alimentaria: Un estudio comparativo. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 26-36.

Bernal, L. (2003). La familia en la determinación de la salud. *Revista Cubana de Salud Pública*.

Biener, L. (1988). *Influencia interpersonal. Psicología Social*. México: Nueva 305, Editorial Interamericana.

Bourdieu, P. (1988), *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*, Madrid, Taurus.

Bourdieu, P. (1991). *El sentido práctico*. Editorial Taurus, Madrid.

Carterette, E., y Friedman, M. (1982). *Manual de la percepción raíces históricas y filosóficas*. México: Trillas.

Cockerham, W. (2007). New directions in health lifestyle research. *International Journal of Public Health*.

Comisión de los Determinantes de la Salud. (2008). *Organización Mundial de la Salud*. Disponible en: [http://www.who.int/social\\_determinants/thecommission/es/](http://www.who.int/social_determinants/thecommission/es/)

Coren, S., Clare, P., & Lawrence, M. (1979) Sensation and Perception. *Academic Press*. Nueva York

Creswell, J. (1998). *Qualitative inquiry and research design: choosing among. Five Traditions*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Dahlgren, G., & Whitehead, M. (1993). Tackling inequalities in health: what can we learn from what has been tried? *International Seminar on Tackling Inequalities in Health*.

Danhke, G. (1989). *Investigación y comunicación*. La comunicación humana: Ciencia social. México: McGraw-Hill.

Departamento de Epidemiología y Salud Pública de la Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra en Pamplona España, (2003). *Los trastornos del comportamiento alimentario en España: ¿estamos preparados para hacerles frente desde la salud pública?* España.

Diderichsen, F., & Hallqvist, J. (1998). Social inequalities in health: some methodological considerations for the study of social position and social context. *Inequality in health a Swedish perspective*.

Domínguez, P., Olivares, S., y Santo, L. (2008). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *Departamento de Nutrición, Diabetes y Metabolismo*. Facultad de Medicina. Chile.

Dumazedier, J. (1966): *Le loisir et la ville*. Paris. Loisir et culture Paris.

Durán, L., Jiménez, P., Ruiz, L., Jiménez, F. y Camacho, M. (2006). Trastornos de la Alimentación y Deporte. *Archivos de Medicina del Deporte*, 23 (112):117-125

Enciclopedia de la Psicología. (2002). Editorial Océano. Barcelona. España.

Engels, F. (2017). *El Origen de la familia, la propiedad privada y el estado*. Recuperado <http://www.marxists.org>

Esteban, M. (2000). *Persuasión. El arte de convencer y seducir*. Madrid. España.

García, I. (2012). Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de jóvenes universitarios. *Universidad del Rosario*. Colombia.

García, D., García, G., Tapiero, P., y Ramos, M. (2012). Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de jóvenes universitarios. *Revista Hacia Promoción de la Salud*.

Giddens, A. (1999). Perfiles y críticas en Teoría social, en Aronson y Conrado: Eudeba.

Gómez de Silva, G. (1988). Breve Diccionario etimológico de la lengua española. *El Colegio de México*. Fondo de Cultura Económica. México

Duran, S., González, F., y Cárdenas, S. (2011). Hábitos y Trastornos Alimenticios asociados a factores Sociodemográficos, Físicos y Conductuales en Universitarios de Cartagena, Colombia. *Revista Clínica de Medicina de Familia*.

González, E. (1997). *La Práctica como Alternativa Pedagógica. La Práctica una Forma de Proyección Social*. Rionegro, Antioquia.

Graham, H. (1984). *Women, Health and the Family*. Brighton: Weatshead Books.

Heidegger, M. (1986). *Sein und Zeit*. Tübingen: Frankfurt.

Herman, P, & Polivy, J. (1975). Anxiety, restraint and eating behavior. *Journal of Abnormal Psychology*.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, L. (2011). *Metodología de la investigación*. México. McGraw-Hill.

Hume, D. (1740). *A Treatise of Human Nature*. Oxford University Press, Oxford.

Husserl, E. (1990) *Artículo de la Enciclopedia Británica*, (cuarta y última versión), México, UNAM.

Instituto Nacional de Psiquiatría. (2012). *Guía de trastornos alimentarios*. México

Instituto Nacional de Salud Pública, (2012). *Encuesta Nacional de Salud*. México.

Jáuregui, I., López, I., Montaña, M., y Morales, M. (2008). Percepción de la obesidad en jóvenes universitarios y pacientes con trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*.

Juliao, C. (1999). Acerca del Concepto de Praxis Educativa. *Axiología Pedagógica*. En: Praxis Pedagógica.

Kerlinger, N. (1979). *Enfoque conceptual de la investigación del comportamiento*. Mexico: Nueva Editorial Interamericana.

Lagache, D. (1980). *La unidad de la psicología*. Buenos Aires: Paidós.

Lalonde, M. (1974). *A new perspective on the health of Canadians a working document Ottawa*. Canada.

Lameiras, M., Calado, M., y Fernández, M. (2003). Hábitos alimentarios e imagen corporal en estudiantes universitarios sin trastornos alimentarios. *International Journal of Clinical and Health Psychology*.

Ledo, M. (2011). Características nutricionales y estilo de vida en universitarios. *Nutrición Hospitalaria*.

Ley Federal del Trabajo México. (1070). *Secretaría del trabajo y previsión social*. México.

López, G., Sánchez, C., Fauquet, J., Portell, M., y Raich, R. (2011). Impact of a school-based Disordered Eating Prevention Program in adolescent girls: general and specific effects depending on adherence to the interactive activities. *The Spanish Journal of Psychology*.

Lora, C, y Saucedo, T. (2006). Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal de acuerdo al índice de masa corporal en una muestra de mujeres adultas de la ciudad de México. *Salud Mental*.

Lumbreras, I. (2009). Estilo de vida y riesgos para la salud en estudiantes universitarios: hallazgos para la prevención. *Revista Digital Universitaria*. Volumen 10.

Mackenbach, J. (1994). *Socioeconomic inequalities in health in the Netherlands: impact of a five-year research programme*.

Marmot, G, & Wilkinson, R. (1999). The solid facts: the social determinants of health, *Health Promotion Journal of Australia*, Vol. 9.

Márquez, S. (2008). *Trastornos alimentarios en el deporte: factores de riesgo, consecuencias sobre la salud, tratamiento y prevención*. España.

Merani, A. (1979). *Diccionario de Psicología*. México: Grijalbo.

Merleau-Ponty, M. (1975). *Fenomenología de la percepción*, Barcelona, Península.

Moreno, Y. (2004). Un estudio de la influencia del autoconcepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia temprana. *Universidad de Valencia. España*.

Morin, E. (1994). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona: Gedisa.

Morin, E. (1998). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona, Editorial Gedisa.

Moscovici, S. (1979). *El Psicoanálisis, su imagen y su público*. Edit. Huemul, Buenos Aires, Argentina.

Moscovici, S. (1988). Notes towards a description of social representations. *En. European Journal of Social Psychology*.

Newman, J. (1976). *The Idea of a University Defined and Illustrated*. Edited with Introduction and Notes. Oxford.



Noel, A. (2002). *Acerca de la idea de universidad*. México: Umbral.

Nylander, J. (1971). The feeling of being fat and dieting in a school population: Epidemiologic interview investigation. *Acta Sociomedica Scandinavica*.

Oakley, A. (1976). *The Family, Marriage, and Its Relationship to illness*. An Introduction to Medical Sociology. London: Tavistock.

Organización de Naciones Unidas. (1999). Asamblea General.

Organización Mundial de la Salud. (1998). Glosario de Promoción de Salud.

Organización Mundial de la Salud. (1999). Glosario de términos.

Organización Mundial de la Salud. (2000). Glosario de términos.

Organización Mundial de la Salud. (2008). Mejorar las condiciones de vida cotidianas. *Comisión sobre determinantes sociales de la salud*.

Organización Mundial de la Salud. (2016). *Glosario de términos*.

Osorio J., Weisstaub, G, y Castillo, C. (2002). Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Revista Chilena Nutrición*.

Páez, D, y Zubieta, E. (2004). Dimensiones culturales individualismo colectivismo

Paredes, F., Nessier, C., y Gonzalez, M. (2011). Percepción de imagen corporal y conductas alimentarias de riesgo en bailarinas de danza clásica del Liceo Municipal de la ciudad de Santa Fe en Argentina. *Revista Diaeta vol. 29*.

Pastor, Y. (1999). Un estudio de la influencia del auto concepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia media. *Universidad de Valencia*. España.

Peña, E., y Reidl, L. (2015). Las Emociones y la Conducta Alimentaria. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*.

Perea, R. (2004). *Educación para la salud, reto de nuestro tiempo*. Editorial Díaz de Santos. España, Madrid.

Przerwoeski, A. (1982). La teoría sociológica y el estudio de la población: reflexiones sobre el trabajo de la comisión de población y desarrollo de CLACSO en Reflexiones teórico-metodológicas sobre investigación en población. Colegio de México / CLACSO, *Centro de Estudios Teóricos y Demográficos*. México, p. 79.

Raich, M. (2008). Los trastornos alimentarios, la obesidad y el sobrepeso. Disponible en: <http://www.cop.es/infocop/pdf/1548.pdf>.

Ramos, P., Pérez de Eulate, L., Liberal, S., y Latorre, M. (2003). La imagen corporal en relación con los TCA en adolescentes vascos de 12 a 18 años. *Revista de Psicodidáctica*.

Reig, A., Cabrera, J., Ferrer, R., y Richar, M. (2001). La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios. (1ra ed.) Alicante: *Publicaciones de la Universidad de Alicante*.

Rivarola, M. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: Su valor predictivo en trastornos alimentarios. *Fundamentos en Humanidades*.

Sánchez, J., Villarreal, M., y Musitu, G. (2010). Psicología y desórdenes alimenticios. Un modelo de campo psicosocial. *Psicología y Desórdenes alimenticios*. Universidad Autónoma de Nuevo León.

Saucedo, T., Peña, A., Fernández, T., García, A., y Jiménez, B. (2010). Identificación de factores de riesgo asociados a trastornos de la conducta alimentaria y su relación con el Índice de Masa Corporal en universitarios del Instituto de Ciencias de la Salud. *Revista Médica de la Universidad Veracruzana*.

Schnettler, B, y ... Lobos, G. (2013). Estilos de vida en relación a la alimentación y hábitos alimentarios dentro y fuera del hogar en la región metropolitana de Santiago, Chile. *Nutrición Hospitalaria*.

Torres, C., y Burbano, E. Etnicidad y Salud. Oficina Género Etnicidad y Salud. *Organización Panamericana de la Salud*.

Tribunal Internacional de Núremberg. (1947). Código de nuremberg

Troncoso, C., y Amaya, J. (2009). Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios. *Revista Chilena Nutrición, Vol. 36*.

Unikel, B. (2004). Validación de un cuestionario breve para medir conductas alimentarias de riesgo. *Salud Publica de México*.

Universidad Autónoma del Estado de México. (2007). Plan de estudios. Licenciatura en Educación para la Salud.

Urcola, M. (2003). Algunas apreciaciones sobre el concepto sociológico de juventud. *Invenio*.

Vázquez, R., López, X., Álvarez, G., Mancilla Díaz, J., y Oliva, A. (2006). Insatisfacción corporal e influencia de los modelos estéticos en niños y jóvenes varones mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11 (1), 185-197.

Viñuela, B, & Palencia, E. (2001) Estilo de vida en trastornos de la conducta alimentaria. La Paz, Madrid. España.

Watson, J. (1913). Psychology as the behaviorist views it. *Psychological Review*, 20, 158-177.

Weber, Max. (1944). Economía y sociedad. I. *Teoría de la organización social*, traducción de José Medina Echavarría.

Witgenstein L. (2003). *Tractatus Logico-Philosophicus*. Traducción de Jacobo Muñoz e Isidoro Reguera. Madrid: Alianza.

## **XV. ANEXOS**

### **ANEXO No.1. Consentimiento informado**



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO**

**CENTRO UNIVERSITARIO UAEM NEZAHUALCÓYOTL**

**MAESTRIA EN SOCIOLOGIA DE LA SALUD**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo, \_\_\_\_\_ en forma voluntaria decido y sin ninguna presión, en forma libre; participar en un proyecto de investigación que lleva por nombre “Estilos de vida como determinantes de la conducta alimentaria en jóvenes universitarios” en el cual tiene como Objetivo General Determinar la influencia de los estilos de vida de jóvenes universitarios sobre su conducta alimentaria y la percepción que tienen sobre ella, para proponer acciones de mejora el cual está a cargo de la alumna Ariadna Martínez Flores. La cual está cursando la Maestría en Sociología de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de México, Centro Universitario UAEM Profesional que tiene como finalidad con esta investigación el poder obtener su título de Maestría en Sociología de la Salud.

Estoy enterad(a) o que la participación en este estudio es estrictamente voluntaria, que no tengo ningún riesgo, que la información que se recoja solamente se usará para que la investigadora obtenga su título y que solamente se divulgará en foros de expertos.

Que las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación por lo que mi participación es anónima.

También es de mi conocimiento que, si deseo tener mayor información, puedo acudir a la Universidad Autónoma del Estado de México, Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl con la profesora de tiempo completo de la licenciatura de educación para la salud, Dr. Georgina Contreras Landgrave.

Hago constar que el presente documento lo he leído y de manera libre tomo la decisión de participar en esta investigación.

---

Firma del participante



## **ANEXO No. 2. Entrevista**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO**

**CENTRO UNIVERSITARIO UAEM NEZAHUALCÓYOTL**

**MAESTRÍA EN SOCIOLOGÍA DE LA SALUD**

¿Qué tipo de alimentos consumes?

¿Preparas tus alimentos?

“¿Mides las porciones de tus alimentos?”

¿Cocinas tus alimentos en casa?

¿Participas en la selección de alimentos que se consumen en casa?

¿Por qué?

¿Quién decide el menú de la casa?

¿Por qué?

¿Cuántas personas de tu familia proporcionan dinero para los alimentos?

¿Te gusta cómo te alimentas?

¿Por qué?

¿Cómo te sientes con relación a tu forma de alimentarte?

¿Por qué?

¿Por qué te alimentas de esa manera?

¿Cómo es tu salud de acuerdo con la forma en que te alimentas?

¿Qué alimentos te gustan?

¿Por qué?

¿Consumes solo alimentos que te gustan?

¿Por qué?

¿Es diferente la forma en que te alimentas en la escuela que en casa?

¿Por qué?

¿Qué tipo de alimentos consumen más tu familia y tú?

¿Por qué?

¿Por qué se alimentan de esa forma en casa?

¿Puedes rechazar libremente los alimentos que se sirven en tu casa?

¿Por qué?

¿Con que frecuencia desayunas?

¿Por qué?

Describe que desayunas regularmente

¿Desayunas cuando estas con tus amigos?

¿Por qué?

¿Cuántas veces a la semana desayunas con tu familia?

¿Por qué?

¿Qué acostumbras desayunar con tu familia?

¿Por qué?

¿Qué alimentos consumes durante la comida?

¿Qué acostumbras comer con tu familia?

¿Por qué?

¿Cuántas veces a la semana comes en familia?

¿Por qué?

¿En dónde comes cuando estas con tus amigos?

¿Por qué?

¿Cuántas veces a la semana acostumbras cenar con tu familia?

¿Por qué?

¿Qué acostumbras cenar con tu familia?

¿Por qué?

¿Acostumbras cenar con tu grupo de amigos?

¿Por qué?

¿Acostumbras cenar los fines de semana

¿Por qué?

¿Realizas otra actividad a parte de estudiar?

¿Tienen algún tipo de beca?



¿Cuál?



¿En qué utilizas ese apoyo?

### ANEXO No. 3. Acuse revista “Estudios Sociológicos”

[ES] Acuse de recibo de envío Recibidos x

 **Patricio Solís** <revista.ces@colmex.mx>  
para mí 

El siguiente mensaje se envía a nombre de la Revista Estudios Sociológicos.


---

Maestría Ariadna Martínez:

Gracias por enviar el manuscrito, "Estilos de vida y estructura familiar del estudiante universitario: un estudio de caso" a Estudios Sociológicos de El Colegio de México. Con nuestro sistema de gestión de revistas en línea, podrá iniciar sesión en el sitio web de la revista y hacer un seguimiento de su progreso a través del proceso editorial:

URL del manuscrito:  
<http://estudiossociologicos.colmex.mx/index.php/es/author/submission/1717>  
Nombre de usuario/a: sociologia

En caso de dudas, contacte conmigo. Gracias por elegir esta revista para publicar su trabajo.



**ANEXO No.4. 14 Congreso Internacional sobre la Salud del Adolescente**



**UAEM** | Universidad Autónoma del Estado de México

**Centro de Investigación en Ciencias Médicas  
y el Plantel "Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria**

***Otorgan la presente  
Constancia***

**A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES, GEORGINA CONTRERAS LANDGRAVE**

Por su participación como **PONENTE** en **TRABAJOS LIBRES** con el tema:

**"La actividad física y la composición corporal en universitarios"**

En el Marco del **14° CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE LA SALUD DEL ADOLESCENTE: CIENCIA, TECNOLOGIA Y SALUD**, realizado los días 25, 26 y 27 de octubre de 2016.  
con una duración de 25 hrs.  
Toluca, Estado de México



Centro de Investigación en Ciencias Médicas  
U A E M

**DR. EN E. P. J. AMADO LÓPEZ  
ARRIAGA**  
COORDINADOR DEL CICMED

*Verónica*

**DRA. EN C. S. MARCELA VEYTIA LÓPEZ**  
COORDINADORA DEL CONGRESO



**M. EN S. P. LAURA ESPINOZA AVILA**  
DIRECTORA DEL PLANTEL  
NEZAHUALCÓYOTL



Secretaría de Docencia - Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados  
Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología  
Cuerpo Académico "Bioética y Salud Mental" - Planteles "Cuauhtémoc" y  
"Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria - Cuerpo Académico "Estrategias de Aprendizaje y Desarrollo  
Humano para Elevar el Rendimiento Académico en el NMS"



**UAEM** | Universidad Autónoma del Estado de México

**Centro de Investigación en Ciencias Médicas  
y el Plantel "Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria**

*Otorgan la presente  
Constancia*

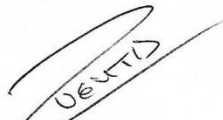
**A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES**

**Por su ASISTENCIA**

**En el Marco del 14° CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE LA SALUD DEL ADOLESCENTE:  
CIENCIA, TECNOLOGIA Y SALUD, realizado los días 25, 26 y 27 de octubre de 2016.  
con una duración de 25 hrs.  
Toluca, Estado de México**



**DR. EN E. P. J. AMADO LÓPEZ  
ARRIAGA  
COORDINADOR DEL CIMED**



**DRA. EN C. S. MARCELA VEYTIA LÓPEZ  
COORDINADORA DEL CONGRESO**



**M. EN S. P. LAURA ESPINOZA AVILA  
DIRECTORA DEL PLANTEL  
NEZAHUALCÓYOTL**



Secretaría de Docencia - Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados  
Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología  
Cuerpo Académico "Bioética y Salud Mental" - Planteles "Cuauhtémoc" y  
"Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria - Cuerpo Académico "Estrategias de Aprendizaje y Desarrollo  
Humano para Elevar el Rendimiento Académico en el NMS"



**UAEM** | Universidad Autónoma  
del Estado de México



ISBN: en trámite



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO  
Instituto de Ciencias Sociales y Humanidades  
Área Académica de Sociología y Demografía

Otorgan la presente


# CONSTANCIA

**A: Ariadna Martínez Flores**

Por su ponencia intitulada «Los estilos de vida de los jóvenes universitarios» presentada dentro del Sexto Congreso Internacional de Investigación Social, 2017



Atentamente  
"AMOR, ORDEN Y PROGRESO"  
Pachuca, Hgo., 13 de octubre de 2017

  
Dr. Alberto Severino Jaén Olivas  
Director del Instituto de Ciencias  
Sociales y Humanidades



**6º**  
Oct 12 y 13

**CONGRESO 2017**  
INTERNACIONAL DE  
INVESTIGACIÓN SOCIAL



Centro de Investigación en Ciencias Médicas  
y el Plantel "Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria

Otorgan la presente

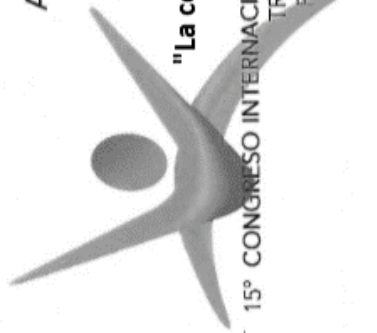
Constancia

A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES


Por su **PONENCIA**

"La conducta alimentaria del estudiante universitario"

15° CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE LA SALUD DEL ADOLESCENTE: PREVENCIÓN DE LA SALUD A TRAVÉS DE LA CIENCIA, TECNOLOGÍA Y SALUD.  
Realizado los días 23, 24 y 25 de octubre de 2017.  
Con una duración de 25 hrs.




  
Centro de Investigación  
en Ciencias Médicas  
DRA. EN C. S. JUDÍO B. ROBLES NAVARERO  
COORDINADOR DEL CÍMCM

  
DRA. EN ED. MARÍA DE LOS ANGELES  
MANZUR QUIROGA IBAÑEZ  
DIRECTORA DEL PLANTEL "NEZAHUALCÓYOTL"  
DIRECCIÓN



  
DRA. EN C. B. MARCELA VEYTIA LÓPEZ  
COORDINADORA DEL CONGRESO



  
Toluca, México  
M. EN S. P. LAURA ESPINOZA AVILA  
DIRECTORA DEL PLANTEL NEZAHUALCÓYOTL

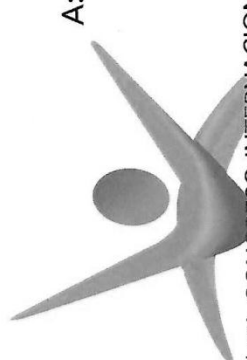


Secretaría de Docencia- Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados  
Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología  
Cuerpo Académico "Biótica y Salud Mental" - Plantel "Cuauhtémoc" y  
"Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria- Cuerpo Académico "Estrategias de Aprendizaje y Desarrollo Humano para Elevar el Rendimiento Académico en el NIMS"



Centro de Investigación en Ciencias Médicas  
y el Plantel "Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria

Otorgan la presente  
**Constancia**





**A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES**


Por su **ASISTENCIA**

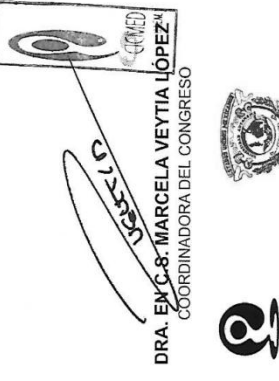
Al 15° CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE LA SALUD DEL ADOLESCENTE: PREVENCIÓN DE LA SALUD A TRAVÉS DE LA CIENCIA, TECNOLOGÍA Y SALUD.  
Realizado los días 23, 24 y 25 de octubre de 2017.  
Con una duración de 25 hrs.

  
M. EN C. JULIO B. ROBLES NAVARERO  
COORDINADOR DEL CIGMED  
Centro de Investigación en Ciencias Médicas

  
M. EN ED. MARÍA DE LOS ANGELES MANZUR QUIROGA No. 3  
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN  
DIRECTORA DEL PLANTEL NEZAHUALCOYOTL

  
DRA. EN C. S. MARCELA VEYTIA LÓPEZ  
COORDINADORA DEL CONGRESO

  
M. EN S. P. LAURA ESPINOZA AVILA  
DIRECTORA DEL PLANTEL NEZAHUALCOYOTL



Secretaría de Docencia- Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados  
Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología  
Cuerpo Académico "Bioética y Salud Mental" - Plantel "Cuauhtémoc" y  
"Nezahualcóyotl" de la Escuela Preparatoria- Cuerpo Académico "Estrategias de Aprendizaje y Desarrollo Humano para Elevar el Rendimiento Académico en el INMS"



### **Envío completo**

Gracias por su interés por publicar con Chakiñan, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades.

#### **¿Y ahora qué?**


La revista ha sido notificada acerca de su envío y a usted se le enviará un correo electrónico de confirmación para sus registros. Cuando el editor haya revisado el envío contactará con usted.

Por ahora, usted puede:

- [Revisar este envío](#)
- [Crear un nuevo envío](#)
- [Volver al escritorio](#)

## **ANEXO No. 7. Acuse de revista “Chakiñan”**

## ANEXO No. 8. Primer Coloquio de Maestranteros



**UAEM** Universidad Autónoma  
del Estado de México  
Centro Universitario UAEM Valle De Chalco

**Otorga la presente**

**CONSTANCIA**



**A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES**

Por su ponencia


**“Estilos De Vida Como Determinantes De La Conducta Alimentaria En Jóvenes  
Universitarios”**

Presentada en el VII Coloquio de “Maestría En Sociología De La Salud”  
Realizado el día 01 de junio de 2016.

**“PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO”**  
CENTRO UNIVERSITARIO  
2016. Año del 60 Aniversario de la Universidad Autónoma del Estado de México”

 <p>VALLE DE CHALCO DIRECCIÓN Dra. en M. E. Magally Martínez Reyes Encargada del Despacho de la Dirección CU UAEM Valle de Chalco</p>	 <p>M. en N. C. María De Los Angeles Maya Martínez Coordinadora De La Maestría En Sociología De La Salud</p>
--	--

---



## ANEXO No. 9. Segundo Coloquio de Maestros



**UAEM** | Universidad Autónoma del Estado de México

### **CENTRO UNIVERSITARIO UAEM AMECAMECA** Maestría en Sociología de la Salud

Otorga la presente

## **CONSTANCIA**

### **A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES**

Por su participación con el avance de investigación  
"Estilos de vida como determinantes de la conducta alimentaria en jóvenes universitarios"

Presentada en el VIII Coloquio de Maestros "Avances de Investigación en Sociología de la Salud",  
realizado los días 7 y 8 de diciembre de 2016.

"PATRIA: CIENCIA Y TRABAJO"  
"2016, Año del 60 Aniversario de la Universidad Autónoma del Estado de México"  
"2016, Año de Leopoldo Flores Valdés"



CENTRO UNIVERSITARIO  
UAEM AMECAMECA  
SUPERSECCIÓN ACADÉMICA

L. C. Israel Reyes Reza  
SUBDIRECTOR ACADÉMICO DEL CENTRO  
UNIVERSITARIO UAEM AMECAMECA



Maestría en Sociología de la Salud  
COORDINACIÓN  
M. en N.C. María de los Angeles Moya Martínez  
COORDINADORA DE LA MAESTRÍA EN SOCIOLOGÍA  
DE LA SALUD

## **ANEXO No. 10. Tercer Coloquio de Maestranter**



**UAEM** | Universidad Autónoma del Estado de México

**CENTRO UNIVERSITARIO UAEM AMECAMECA**  
**Maestría en Sociología de la Salud**

Otorga la presente

**CONSTANCIA**

**A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES**

Por su participación con el avance de investigación  
**“Estilos de vida como determinantes de la conducta alimentaria en jóvenes universitarios”**

Presentada en el IX Coloquio de Maestros “Avances de Investigación en Sociología de la Salud”,  
realizado el 31 de mayo y 1 de junio de 2017.



“PATRIAS CIENCIA Y TRABAJO”  
“2017, Año del Centenario de la Promulgación de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos”



Maestría en Sociología de la Salud  
COORDINACIÓN  
*Marta de los Angeles*  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UAEM AMECAMECA  
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA, en N.C. María de los Angeles Maya Martínez  
COORDINADORA DE LA MAESTRÍA EN  
SOCIOLOGÍA DE LA SALUD

*L. C. Israel Reyes Reza*  
SUBDIRECTOR ACADÉMICO DEL CENTRO  
UNIVERSITARIO UAEM AMECAMECA



Universidad Autónoma  
del Estado de México

## Otorga la presente

A: ARIADNA MARTÍNEZ FLORES

Por su participación con el avance de investigación:

"Estilos de vida como determinantes de la conducta alimentaria en jóvenes universitarios"

Presentada en el X Coloquio de Maestros de "Avances de Investigación en Sociología de la Salud" que se llevó a cabo en el Centro Universitario UAEM Valle de Chalco el 28 y 29 de noviembre de 2017.



CENTRO UNIVERSITARIO  
UAEM AMECAMECA  
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA

Lic. Israel Reyes Reza  
SUBDIRECTOR ACADÉMICO  
Centro Universitario UAEM Amecameca



Amecameca, Estado de México a 29 de noviembre de 2017.

Mtra. María de los Angeles Maya Martínez  
COORDINADORA  
Maestría en Sociología de la Salud

CU Amecameca

Constancia