

# RELACIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO Y EL PATRÓN DE CONSUMO ALIMENTARIO SOBRE EL ESTADO DE NUTRICIÓN Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LA CIUDAD DE PUEBLA

Ramírez Ramírez, Francisco Hernán. Meza Jiménez, María de Lourdes <sup>1</sup>.  
Correa Solís, Emmanuel <sup>2</sup>.

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, Facultad de Nutrición,  
Maestría en Nutrición Clínica, 21 Sur 1103 Barrio de Santiago C.P. 72410, Puebla, México. Universidad de la Cañana, Licenciatura en Nutrición, Carretera Teotitlán - San Antonio Nanahuatipán Km 1.7 s/n., Paraje Titlacuatitla. Teotitlán de Flores Magón, Oax. México, C.P. 68540.  
marialourdes.meza@upaep.mx

## INTRODUCCIÓN

El estrés académico es una respuesta fisiológica y psicológica que se produce cuando los estudiantes se enfrentan a situaciones desafiantes en su entorno educativo, y es considerado como uno de los principales problemas de salud mental en la población estudiantil. (Díaz 2018). Se ha documentado que muchos estudiantes tienen malos hábitos alimenticios, como un alto consumo de comida rápida y bebidas azucaradas que pueden llegar a afectar su estado de nutrición. Aunado a presentan altos niveles de estrés. Este se asocia a un pobre desempeño académico y problemas de salud mental entre los universitarios. (Fouilloux, 2021)

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estrés académico es una entidad que se presenta con frecuencia en los estudiantes de las facultades de medicina y a pesar de que se ha investigado ampliamente sobre el estrés académico y la nutrición de estudiantes, hay una falta de estudios que examinen la relación específica entre el estrés académico y el patrón de consumo alimentario en estudiantes de medicina, y cómo esto afecta su estado de nutrición (selección de alimentos) y su rendimiento académico

## OBJETIVO GENERAL

Analizar la relación entre el estrés académico, el patrón de consumo alimentario, el estado nutricional mediante composición corporal y el rendimiento académico de los estudiantes de medicina en una universidad privada del estado de Puebla.

## HIPÓTESIS

Los estudiantes de medicina experimentan altos niveles de estrés, lo cuales impactan en la modificación del patrón de consumo alimentario, provocando ayunos prolongados y afecta su composición corporal y rendimiento académico

## MATERIAL Y MÉTODOS

Se seleccionará una muestra aleatoria de estudiantes de medicina de la universidad que estén dispuestos a participar en el estudio (primavera 2024) y que cumplan con los criterios de inclusión. Se aplicarán cuestionarios auto administrados para conocer la relación de los factores anteriormente comentados. La evaluación del estado de nutrición se realizará en la clínica de nutrición de la universidad mediante la toma de medidas antropométricas y se utilizará una Tanita para evaluar la composición corporal de los participantes. El financiamiento del estudio será por parte del investigador y de la universidad en la que se llevará a cabo el estudio.

## ASPECTOS BIOÉTICOS

Este proyecto se someterá evaluación por el comité de ética en investigación para su aprobación.

## ALCANCES Y LIMITACIONES

Los alcances son: a) Identificar factores que puedan afectar el rendimiento académico y hábitos alimenticios de estudiantes de medicina. b) Relacionar el estrés académico, hábitos alimenticios y rendimiento académico. c) Contribuir a diseñar intervenciones futuras. d) Análisis de posibles correlaciones entre el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de medicina.

Limitaciones son: a) Orientación solo a una universidad. b) Es difícil determinar causalidad debido a la naturaleza observacional del estudio. c) La influencia de factores no considerados en el estudio como predisposición genética o salud mental. d) Los resultados dependen de la exactitud y honestidad de los participantes. e) En la evaluación de estado de nutrición puede existir algún sesgo por variables no consideradas, como grados de actividad física, genética, o variación en el peso debido a consumo de alimentos previos a la toma de medidas.

Palabras clave: Estrés académico, Hábitos alimenticios, Rendimiento académico.

## REFERENCIAS

- [1]. Díaz Martín, Y. (2018). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de medicina. *Educación Médica Superior*, 32(4), 1-12.
- [2]. Fouilloux, Claudia, Amscheridam-Herrera, Schajrit E, Tafoya, Silvia A, Fouilloux-Morales, Mariana, & Barragán-Pérez, Virginia. (2021). Propiedades psicométricas del cuestionario de estrés académico en la universidad (CEAU) en una muestra de estudiantes de Medicina mexicanos. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 24(6), 295-302. Epub 17 de enero de 2022. <https://dx.doi.org/10.33588/fem.246.1152>.
- [3]. Cabanach, R. G., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I., & Freire, C. (2010). Escala de Afrontamiento de Estrés Académico (A-CEA). *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 1(1), 51-64.