



HÁBITOS ALIMENTICIOS EN UNIVERSITARIOS DE PRIMER SEMESTRE DE LA LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA.

BRYAN HERNÁN MEDELLIN ARELLANO¹, ITZEL SIFUENTES RODRÍGUEZ¹, CARLOS MEDINA INGUANZO¹,
CLAUDIA ARACELI REYES ESTRADA¹, BLANCA PATRICIA LAZALDE RAMOS¹, ROSALINDA GUTIÉRREZ
HERNÁNDEZ¹, JESÚS ADRIAN LÓPEZ¹ y PASCUAL GERARDO GARCÍA ZAMORA¹

¹ Universidad Autónoma de Zacatecas. rosalingh@hotmail.com

Los universitarios son vulnerables desde un punto nutricional, ya que se caracterizan por omitir comidas, medio comer entre horas, abusar de la comida rápida, del alcohol, de las bebidas azucaradas, de las dietas de cafetería y por seguir una alimentación poco diversificada, por esta razón nos interesó ya que suelen ser receptivos a dietas de adelgazamiento, a la publicidad y al consumo de productos novedosos. Identificar los hábitos alimenticios que tienen los estudiantes del primer semestre de la Licenciatura en Medicina Humana.

Como resultado se obtuvo que una mala alimentación está relacionada con el aumento de enfermedades crónicas no transmisibles, algunos estudiantes que provienen de lugares lejanos a los centros universitarios de estudios empeoran su estilo de alimentación producto de la falta de tiempo para cocinar, comer o conocer la preparación de alimentos saludables.

En este trabajo se da a conocer los hábitos alimenticios de los alumnos de la Universidad Autónoma de Zacatecas de la Licenciatura de Medicina Humana de primer semestre.