



## **INFLUENCIA DE LAS UDI'S DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN SOBRE LOS CAMBIOS EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ALUMNOS.**

MONICA MARTÍNEZ NUÑEZ<sup>1</sup>, ITZIAR SÁNCHEZ DE LA ROSA<sup>1</sup>, JOSE ANGEL LOMBARDO DEL RIO<sup>1</sup>, CLAUDIA ARACELI REYES ESTRADA<sup>1</sup>, BLANCA PATRICIA LAZALDE RAMOS<sup>1</sup>, ROSALINDA GUTIÉRREZ HERNÁNDEZ<sup>1</sup>, DELLANIRA RUIZ DE CHAVEZ RAMIREZ<sup>1</sup> y CRISTINA ALMEIDA PERALES<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad Autónoma de Zacatecas. c\_reyes13@yahoo.com.mx

Los hábitos alimenticios en los jóvenes determinan su estado de salud, ya sea de forma positiva o negativa relacionada con enfermedades crónicas degenerativas. El objetivo del trabajo fue conocer los cambios de hábitos alimenticios en alumnos de la Universidad Autónoma de Zacatecas de la licenciatura en Nutrición, tras cursar UDI's (materias) que impactan en el alumno de tal forma que hacen que mejoren sus hábitos. Métodos. Se trata de un estudio piloto, cuyos datos se recolectaron a través de una encuesta diseñada para el estudio, se tomó una muestra de 30 alumnos del tercer grado de la licenciatura de nutrición de la UAZ. Resultados. Se observó un cambio favorable en los hábitos alimenticios de los estudiantes, incluso con mayor actividad física, donde su consumo de frutas y verduras se incrementó considerablemente, así como su consumo de agua y de carnes blancas, mientras que su consumo de bebidas gaseosas y alcohólicas evidenció un descenso considerable. Conclusión. Lo que nos lleva a concluir que la formación integral que se busca dar a los alumnos de la licenciatura en nutrición de la UAZ logra impactar primero en el alumno para que posteriormente lo haga en sus pacientes de forma muy favorable.