



## **Relación del estado nutricional y la frecuencia con la que desayunan los estudiantes de la Universidad del Papaloapan campus Tuxtepec.**

Ana María González Ponce<sup>1</sup>, Bertha López Azamar<sup>1</sup>, José Antonio Hernández Contreras<sup>1</sup> y Flor Garza Vargas<sup>1</sup>  
1 Universidad del Papaloapan. anamariagp25@hotmail.com

Pese a la importancia del desayuno, la omisión del mismo es una práctica frecuente entre los adolescentes y puede ser factor determinante en el condicionamiento de una dieta incorrecta; además, diversos estudios han demostrado mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en jóvenes que omiten el desayuno.

**Objetivo:** Conocer la frecuencia en el hábito de desayuno en universitarios de las carreras de Enfermería y Biotecnología y establecer si existe relación entre dicha frecuencia y el Índice de Masa Corporal (IMC).

**Metodología:** Estudio descriptivo-transversal en 615 estudiantes (70.24% mujeres y 29.76% hombres). Se utilizó un cuestionario autoadministrado tipo likert adaptado del cuestionario de la Organización Panamericana de la Salud, para el Programa de Enfermedades no Transmisibles.

**Resultados:** La distribución de la población según el IMC fue la siguiente: 61.79% fueron categorizados en Normopeso, 3.9% Bajo Peso, 34.31% Sobrepeso y Obesidad. De acuerdo al sexo, las mujeres mantienen un porcentaje menor (30.79%) de sobrepeso u obesidad con respecto al que presentan los hombres (42.62%).

El 38.43% de las mujeres, nunca o rara vez desayunan y 61.57% siempre o casi siempre lo hacen. El 36.61% de los hombres, nunca o rara vez desayunan y 63.39% siempre o casi siempre lo realizan. Al relacionar IMC y la frecuencia con la que desayunan, el 14.8% de aquellos con sobrepeso y obesidad nunca o rara vez desayunan (mujeres 13.19% y hombres 18.58%), y el 19.51% siempre o casi siempre desayunan (mujeres 17.59% Y hombres 24.04%).

**Conclusión:** La prevalencia de sobrepeso y obesidad no estuvo relacionada a la frecuencia en el hábito de desayuno, ya que del total de sujetos con sobrepeso y obesidad solo 43.14% nunca o rara vez desayunan y 56.86 % siempre o casi siempre desayunan. Sin embargo en estudios posteriores será importante evaluar la calidad del desayuno.