



**Revista  
Digital  
Quincenal**

# FACULTAD CIENCIAS MÉDICAS



CARRERA DE MEDICINA

## **Nombre del Ensayo**

**HÁBITOS ALIMENTICIOS EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA  
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ**

## **Autor**

Joyce Thalía Parrales Delgado

## **Curso & Paralelo**

Cuarto “B”

## **Asignatura**

Metodología de la investigación

## **Fecha**

Diciembre, 2017

Manta- Manabí - Ecuador



## Hábitos alimenticios en estudiantes de medicina de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

Preguntas de investigación.

¿Cómo es la alimentación de los estudiantes de medicina de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí?

Objetivos:

General

- Analizar los hábitos alimenticios en estudiantes de la universidad laica Eloy Alfaro de Manabí.

Específicos:

- Categorizar la alimentación de los estudiantes de medicina de la universidad laica Eloy Alfaro de Manabí.
- Definir cuáles son las causas más comunes por la que los estudiantes de medicina de la ULEAM eligieron el tipo de alimentación

Justificación

Esta investigación se hace con el fin de determinar los malos hábitos alimenticios en estudiantes de medicina de la universidad laica Eloy Alfaro de Manabí y como es su alimentación y cuáles

son las causas más comunes para que los estudiantes de Medicina de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

### Viabilidad de la investigación

Esta investigación se va a hacer con los estudiantes de medicina de la universidad laica Eloy Alfaro de Manabí y los gastos van a ser el tiempo invertido en esta investigación

### Introducción

En esta investigación vamos a determinar que hay estudios recientes que confirman la necesidad de conocer el hábito alimentario y estado nutricional de los estudiantes.

La alimentación ha tenido cambios muy importantes, la utilización cada vez más frecuente de alimentos industrializados, comidas fuera de casa, sobre todo las llamadas “comidas rápidas” que tienen una alta densidad calórica, empleando más azúcares y grasas, pero deficientes en otros nutrientes esenciales, su sabor agradable y su bajo costo los hace socialmente aceptables. en muchos casos por motivos económicos y culturales no siempre están al alcance de los estudiantes los alimentos adecuados y nutritivos, que deben comer. La actividad física desempeña un papel importante en el control del peso y la prevención de la obesidad por su influencia en las funciones metabólicas y el comportamiento, tiene efectos beneficiosos para la función cardiovascular, respiratoria, osteomuscular, metabólica y psicológica.