



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**Facultad de Odontología**  
**Dpto. Formación Integral del Hombre**  
**Informe de Investigación**  
**Campus Bárbula**

---

**RELACION DE ESTRÉS Y ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE 3ER  
AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE  
CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021 -2022**

**AUTORES**

Keissel Gutiérrez CI 24.368.795

Madison González CI 25.145.282

**Tutor de Contenido:**

Od.Olimar Márquez

**Profesor de Metodología:**

Prof. Nubia Brito

Bárbula, Noviembre 2022



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**Facultad de Odontología**  
**Dpto. Formación Integral del Hombre**  
**Informe de Investigación**  
**Campus Bárbula**

---

**Estructura de Investigación:** Unidad de investigación morfofopatológica (UNIMPA)  
**Línea de Investigación:** Biología humana  
**Temática:** Nutrición  
**Subtemática:** Evaluación nutricional y antropométrica

**RELACION DE ESTRÉS Y ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE 3ER  
AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE  
CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021 -2022**

CONSULTA

Dirigido a estudiantes de tercer año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo

**AUTORES**

Keissel Gutiérrez CI 24.368.795  
Madison González CI 25.145.282

**Tutor de Contenido:**

Od. Olimar Márquez

**Profesor de metodología:**

Prof. Nubia Brito

Bárbula, Noviembre 2022



## ACTA DE APROBACIÓN

Cód: TGPr-2022-21  
 Periodo: 2022

Los suscritos, profesores de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo, por medio de la presente hacemos constar que el Trabajo de Grado titulado:

RELACION DE ESTRÉS Y ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021-2022

Elaborado y Presentado por:

Keissel Gusbellys Gutiérrez Patiño

C.I.: V- 24.368.795

Madison González Aguilera

C.I.: V- 25.145.282

Estudiante(s) de esta Facultad, reúne los requisitos exigidos para su ser considerado como:

Aprobado

Aprobado con Mención de Excelencia

### JURADO

Prof. Olimar Márquez  
 C.I.: 17809280  
 Tutor de Contenido  
 Coordinador

Prof. Nubia Brito  
 C.I.: 7102736  
 Metodología de Investigación  
 Asesor Metodológico



Prof. Yvette Guzmán  
 C.I.: 4453242  
 Jurado Evaluador

En Valencia, a los 25 días del mes de noviembre del 2022.

## **DEDICATORIA**

*A Dios por brindarme de habilidades físicas y mentales.*

*A mi madre y a mi padre por su apoyo sobre límites y amor incondicional sin esperar nada a cambio.*

*A mi bisabuela que aunque ya no este sigue cerca de mi*

*A mis amigos que he conocido a lo largo de este tiempo de alguna manera pequeña o grande me han apoyado siempre.*

***Keissel Gutierrez.***

## **DEDICATORIA**

*Este trabajo se lo dedico con mucho cariño a Dios por darme la vida, la fortaleza y la fe para lograr mis metas.*

*A mis padres, Yabay y Tamara, que me enseñaron los verdaderos valores de la vida y la importancia de la educación, y han estado siempre a mi lado viéndome crecer, guiándome, apoyándome y sobre todo animándome a seguir siempre adelante y así conseguir mis metas.*

*A mi hermana que ha estado conmigo siempre.*

*A Tie Margarita, mi perrita la alegría de mis días, la compañía perfecta para esas noches arduas de trabajo y jornadas largas de estudio.*

***Madison González***

## **AGRADECIMIENTO**

*A cada profesor que sin egoísmo de conocimientos logro enseñarme y hacer amar más lo que hago.*

*A la Universidad de Carabobo, por convertirse en mi casa de estudio y fuente de aprendizaje*

***Keissel Gutiérrez.***

## AGRADECIMIENTO

*Le estoy sinceramente agradecida a LA VIDA que me ha permitido tener esta oportunidad.*

*A mis Padres por todo su esfuerzo*

*A la Universidad de Carabobo (UC) que me dio la oportunidad de estudiar esta hermosa carrera.*

*A todos los servicios donde realice prácticas, de las cuales tengo buenos momentos de aprendizajes.*

*A Oswaldo Méndez quien me apoya y cree en mí*

*A mis pacientes, por haber confiado en mí para poder realizar mis prácticas.*

*A todos los profesores por sus consejos y por compartir desinteresadamente sus amplios conocimientos y su experiencia personal.*

*En especial, a mi profesor de tesis que me ha guiado en la elaboración de este proyecto.*

*A mis compañeros de clases con los que compartí buenos y no tan buenos momentos, pero que me permitieron crecer, aprender y sobre todo entender la importancia de esta hermosa carrera.*

*Y, a todos los que de una u otra manera ha contribuido directa o indirectamente en la culminación de esta etapa de mi vida.*

**Madison González**

## ÍNDICE GENERAL

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
|                                     | <b>pp</b> |
| ACTA DE APROBACIÓN                  | iii       |
| DEDICATORIA                         | iv        |
| AGRADECIMIENTO                      | vi        |
| ÍNDICE GENERAL                      | viii      |
| ÍNDICE DE TABLAS                    | x         |
| ÍNDICE DE GRÁFICOS                  | xi        |
| RESUMEN                             | xii       |
| ABSTRACT                            | xiii      |
| INTRODUCCIÓN                        | 1         |
| <br>                                |           |
| <b>CAPÍTULO I</b>                   |           |
| <b>EL PROBLEMA</b>                  |           |
| Planteamiento del Problema          | 3         |
| Objetivos de la Investigación       | 6         |
| Justificación de la Investigación   | 7         |
| <br>                                |           |
| <b>CAPITULO II</b>                  |           |
| <b>MARCO TEÓRICO</b>                |           |
| Antecedentes de la Investigación    | 9         |
| Bases Teóricas                      | 14        |
| Bases Legales                       | 24        |
| Definición del sistema de variables | 26        |
| Operacionalización de las variables | 26        |
| Glosario de Términos                | 28        |
| <br>                                |           |
| <b>CAPÍTULO III</b>                 |           |
| <b>MARCO METODOLÓGICO</b>           |           |



|  |    |
|--|----|
| Tipo y Diseño de la Investigación                    | 30 |
| Población y Muestra                                  | 31 |
| Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos | 33 |
| Validez y Confiabilidad del Instrumento              | 34 |
| Técnicas de Análisis                                 | 35 |
| Consideraciones Bioéticas                            | 36 |
| <br>   |    |
| <b>CAPÍTULO IV</b>                                   |    |
| <b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS</b>   | 39 |
| <b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>                | 52 |
| <br>   |    |
| <b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>                    | 54 |
| <br>   |    |
| <b>ANEXOS</b>  |    |
| Anexo A. Carta de Adscripción                        | 56 |
| Anexo B. Certificado Bioético                        | 57 |
| Anexo C. Carta de Aceptación                         | 58 |
| Anexo D. Cuestionario                                | 59 |
| Anexo E. Formato de Validación                       | 62 |
| Anexo F. Consentimiento Informado                    | 64 |

## ÍNDICE DE TABLAS

| <b>TABLA</b> | <b>No</b>                           | <b>pp</b> |
|--------------|-------------------------------------|-----------|
| 1            | Operacionalización de las Variables | 27        |
| 2            | Estado Nutricional 1                | 40        |
| 3            | Estado Nutricional 2                | 41        |
| 4            | Nivel de Estrés 1                   | 44        |
| 5            | Nivel de Estrés 2                   | 46        |

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

| <b>GRÁFICO</b> | <b>No</b>             | <b>pp</b> |
|----------------|-----------------------|-----------|
| 1              | Estado de Nutrición 1 | 40        |
| 2              | Estado de Nutrición 2 | 42        |
| 3              | Nivel de Estrés 1     | 45        |
| 4              | Nivel de Estrés 2     | 47        |



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**Facultad de Odontología**  
**Departamento de Formación Integral del Hombre**  
**Metodología de Investigación**

**RELACION DE ESTRÉS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE 3ER  
AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE  
CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021 -2022**

**Autor(es):** González Madison, Gutiérrez Keissel

**Tutora de contenido:** Olimar Márquez

**Línea de Investigación:** Biología humana

**Estructura de Investigación:** Unidad de investigación  
morfológica (UNIMPA)

**Fecha:** noviembre 2022

## **RESUMEN**

El estrés, se considera un trastorno que afecta de manera directa a la salud, está asociado al sobre peso, obesidad e inadecuados hábitos alimenticios. El objetivo general de la investigación fue determinar la relación de estrés y estado nutricional en estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo periodo lectivo 2021 -2022. La investigación fue de tipo descriptiva, correlacional, diseño de campo, no experimenta, transversal. Se seleccionó una muestra de 34 estudiantes de 3er año que abarco 30% de la población, seleccionada por muestreo probabilístico. Como técnica se usó la encuesta, y para conocer el estado nutricional y el estrés en los estudiantes, se aplicó un cuestionario de preguntas cerradas, de respuestas policotómicas. Para la validez se empleó el juicio de 3 expertos. El cuestionario fue respaldado por el consentimiento informado, Certificado Bioético N<sup>o</sup>Tg-54-2022. Se calculó la confiabilidad mediante el coeficiente Alfa de Cronbach (0,73). La hipótesis fue aceptada. Basado en el criterio argumentado considerado por las autoras se planteó, si la frecuencia observada es mayor o igual al 50% se toma un estado nutricional bueno y si es menor al 50% se toma un estado nutricional malo, mientras que el nivel de estrés se determinó en los criterios de no tiene, bajo, medio y alto. El análisis de los resultados arrojó un estado nutricional malo y un nivel de estrés moderado. Se determinó que existe una relación alta y directa entre ambas variables mediante el coeficiente de Spearman (0.855).

**Palabras clave:** Estrés, estado nutricional, estudiantes



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**Facultad de Odontología**  
**Departamento de Formación Integral del Hombre**  
**Metodología de Investigación**

**Estructura de Investigación:** Unidad de investigación morfopatológica (UNIMPA)  
**Línea de Investigación:** Biología humana

**Authors:** González Madison, Gutiérrez Keissel,  
**Content Tutor:** Olimar Márquez  
**Methodology Tutor:** Nubia Brito  
**Date:** November 2021

**RELACION DE ESTRÉS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE 3ER  
AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE  
CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021 -2022**

**ABSTRACT**

Stress is a disorder that directly affects health and also can be related to weigh, obesity and unhealthy alimentary habits. The following study was carried out at the Dentistry Faculty of Carabobo's University, and its main focus was to establish the relation between stress and the 3er year student's nutritional condition of the Dentistry Faculty of Carabobo's University, in the academic year 2021-2022. This is a correlative, on-field study. It extracted a 36 third year students sample, which represents 30% out of the population; the sample was selected using probabilistic sample-based method to discover the nutritional condition, with the mainly focus of collecting significant data for this investigation. A survey was employed for its application and, for its an instrument, it was required a dichotomous-based form with close-ended questions. Rewarding to effectiveness and reliability, this study employed the expert's opinion method-two experts for content and one for the methodological area. The cuestionnaire was supported by informed consent. Bioethical Certificate N. Tg-54-2022. Reliability was calculated using Cronbachs Alpha coefficient (0,73). The Hypothesis was accepted. Based on our judgment if the observed frequency is greater than or equal to 50% a good nutritional status is taken and if it's less than 50% a bad nutritional status is taken. While the stress level was determined in the criteria of doesn't have, low, medium and high. The analysis of the result showed a poor nutritional status and a moderate stress level. At the end it was determined that there is a high and direct relationship between both variables using Spearman's coefficient (0,85) The diagnosis revealed the relationship between stress and nutritional status of 3er year students.

**Key words:** stress, nutritional condition, students

## INTRODUCCIÓN

Corría la década de 1930 cuando Hans Selye, médico fisiólogo austrohúngaro - canadiense, comenzó a notar diversos síntomas comunes de los enfermos independientemente de cuáles eran sus padecimientos principales. Estas observaciones se fueron refinando para 1950 cuando publicó su trabajo sobre la ansiedad y sus consecuencias, introduciendo por primera vez el término Estrés o también llamado: Síndrome general de adaptación, siendo adoptado por la psicología y medicina moderna.

El estrés, es un trastorno que está muy presente en la vida moderna, desarrollándose a partir de cualquier actividad cotidiana cuando las exigencias superan las capacidades conduciendo a desórdenes psíquicos y físicos variables, afectando de manera directa a la salud, siendo unos de los más conocidos las alteraciones en hábitos alimenticios con sus posteriores consecuencias nutricionales.

El presente trabajo, realiza un estudio del estado nutricional base en los estudiantes de 3er año de la facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo y el impacto del estrés en sus hábitos alimenticios que desencadenan signos de malnutrición por exceso o defecto, abarcando análisis de diferentes variables y clasificaciones conocidas del estrés, del estado nutricional y condiciones socioeconómicas. La investigación se desarrolla de acuerdo a los siguientes capítulos:

El Capítulo I, conformado por el planteamiento del problema, el objetivo general, los objetivos específicos y la justificación de la investigación.

El Capítulo II, parte de los antecedentes o estudios que preceden a esta investigación, bases teóricas, las bases legales que sustentan el desarrollo del tema, así como la operacionalización de las variables.

El Capítulo III, presenta el marco metodológico que se utilizó para realizar la investigación, el cual incluye el tipo y diseño de la investigación, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de análisis y la validez y confiabilidad del instrumento.

El Capítulo IV, describe el análisis e interpretación de los resultados de los 30 ítems que integraron el instrumento con el cual se recolectó la información, los cuales dieron paso a las conclusiones y recomendaciones, también presentados en este capítulo.

Finalmente, se presentan las referencias bibliográficas que sustentaron teóricamente la investigación y los anexos que evidencian procesos claves en la creación y desarrollo de la misma.

## CAPITULO I

### EL PROBLEMA

#### **Planteamiento del Problema**

La evaluación del estilo de vida de los humanos, sin lugar a dudas, incluye el estudio del consumo de alimentos el nivel de actividad física, las horas de sueño, la presencia de hábitos nocivos como fumar, el consumir alcohol y el manejo adecuado o no del stress, y se han convertido en partes fundamentales del diagnóstico de las poblaciones. Según la organización Mundial de la salud (OMS) desde 1946 hasta la actual fecha se define salud como el "estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad". Dicho estado puede verse afectado de múltiples maneras y una de las principales se debe a la mala alimentación.

El termino mal nutrición hace referencia a las carencias, excesos o desequilibrio en la ingesta de proteínas u otros nutrientes, el significado de dicho termino involucra tanto a la desnutrición como a la sobre alimentación según, Mata C. (2012). La mala nutrición puede definirse como un estado pluricarencial donde predomina un déficit proteico y energético como resultado de una dieta inadecuada en términos de calidad y cantidad exponiendo al organismo a una carencia de algunos nutrientes necesarios para cubrir necesidades corporales básicas un buen desarrollo y correcto funcionamiento Fernández L, Godoy M, Devaud C, (2012).

La OMS reporta que alrededor de 2,8 millones de personas mueren cada año a causa del sobrepeso y la obesidad, 45% de las muertes que ocurren en los niños menores de 5 años están relacionadas con la desnutrición



Asimismo, Hodgson M. (2017) define obesidad como "el exceso de peso corporal a expensas fundamentalmente de la masa grasa, que altera la salud del individuo y lo pone en riesgo de desarrollar una enfermedad crónica".

Las alteraciones del estado nutricional, han acompañado a la humanidad en distintas etapas de su historia por múltiples razones puede afectar a cualquier persona sin distinguir raza edad o sexo, En este sentido, diversos estudios sobre hábitos alimenticios señalan que en la población infantil y juvenil española, entre 5 y 15% de los escolares acuden al colegio sin desayunar, la proporción aumenta con la edad, y 20-30% lo hacen de manera insuficiente, solo 5% de los que desayunan habitualmente lo hacen de forma óptima y consumen lácteos, cereales y fruta, Galiano MJ( 2010)

En un estudio realizado en Colombia en estudiantes universitarios de pregrado quedo demostrado que la prevalencia de malnutrición fue 21,7 %, siendo mayor el exceso de peso que el déficit (12,4 % y 9,3 % respectivamente). Además, se encontró que más del 60 % de los estudiantes presentó baja ingesta de calorías, carbohidratos y grasa, y una tercera parte baja ingesta de proteína Vargas M, Becerra F (2010). Igualmente, Ángel A (2006) reporto la omisión de algún tipo de comida especialmente el almuerzo, en más del 60 % de estudiantes de las Facultades de Ingeniería, Derecho y Ciencias Humanas.

Por otra parte, se ha demostrado según un estudio realizado en Villa El Salvador Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios en relación con el Estrés en Adolescentes de una Academia Universitaria, que el estrés es un factor importante que influye en la malnutrición lo que ha desencadenado múltiples enfermedades en los últimos años y debe tratarse como un problema de salud pública porque afecta a la población, sin distinción de edad y sexo, y que se produce

cuando la persona se encuentra bajo alguna presión extrema o la interacción con el entorno perturba su equilibrio emocional.

A su vez en el Estudio de Sobrepeso y Obesidad del Instituto Nacional de Nutrición de Venezuela entre el 2008 y 2009, en sujetos entre 7 y 19 años se encontró 14,5% de sobrepeso, 9,6% de obesidad y 10,7% de déficit.

En otro orden de ideas, la OMS y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), el estrés es una de las enfermedades del presente siglo, que por las dimensiones que ha adquirido debe tratarse como un problema de salud pública

Así mismo el estrés está asociado al sobre peso, obesidad e inadecuados hábitos alimenticios, según un estudio Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios en relación con el Estrés en Adolescentes de una Academia Pre-Universitaria en Villa El Salvador (2016)

Los hábitos alimentarios son un conjunto de conductas adquiridas por un individuo por la repetición de actos en cuanto a la selección, preparación y consumo frecuente de alimentos. Estos hábitos se relacionan principalmente con las características sociales, psicológicas y económicas de una población determinada.

La influencia del estrés en el estado nutricional se debe a las variaciones en el horario alimenticio y en la calidad de los alimentos, lo que favorece así el consumo de comidas procesadas o dulces para satisfacer los estados emocionales como: ansiedad, depresión, nerviosismo, sentimientos de culpa, entre otras, acarreado una malnutrición por exceso o déficit.

Según El Ministerio del Poder Popular para la Salud (MPPS) de la República Bolivariana de Venezuela a través de la publicación del Anuario de Mortalidad Venezuela (2013), La transición nutricional ha acelerado el incremento de la obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares que en dicho país se encuentran entre las primeras causas de mortalidad. A

demás se conoce que Venezuela es un país que atraviesa una profunda crisis económica y social que ha alcanzado niveles severos en el deterioro de las condiciones de vida de los venezolanos desde hace algunos años. Han existido iniciativas en el país para documentar objetivamente el impacto de la crisis en la situación alimentaria, nutricional y de salud.

En la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo, los estudiantes son sometidos a constante estrés bien sea por factores externos o internos tales como: carga académica, extensión del horario de estudio, el paso de ver puras teorías a la introducción de las clínicas, paros; dichos factores pueden estar afectando el estado nutricional de los mismos los cuales muchos de ellos pueden estar desconociendo el hecho de que eso puede estar afectando su salud en general. Por ello surge las siguientes interrogante ¿existe relación entre el estrés y mal nutrición?

## **Objetivos de la investigación**

### ***Objetivo General***

Relacionar el estrés y el estado nutricional que presentan los estudiantes de tercer año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo periodo lectivo 2021-2022

### ***Objetivo Especifico***

- Conocer el estado nutricional de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo
- Diagnosticar la existencia de estrés de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo
- Determinar la relación que existe entre el estado nutricional y el estrés de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo

## **Justificación de la Investigación**

El motivo que justifica el presente tema de estudio es vislumbrar la situación actual de la relación de estrés y el estado nutricional de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo según. En primera instancia, la investigación se justifica desde el punto de vista teórico pues busca profundizar en la problemática que enfrentan la población de estudio en cuestión, al limitar los horarios alimenticios durante el cumplimiento de las guardias clínicas requeridas por la institución superior. Algunas actividades académicas pueden considerarse como propias de estrés como realización de exámenes, exposiciones, intervenciones en clases, competitividad entre compañeros, trabajar en grupos lo que en consecuencia termina afectando directamente el estado nutricional del individuo.

Se ha evidenciado en el mundo moderno y en particular en países en vías de desarrollo, el síndrome conocido como La Doble Carga de la Malnutrición: el cual es un fenómeno emergente en Salud, a partir de los procesos transicionales epidemiológicos y demográficos que han incluido un cambio en la alimentación y nutrición de la población, se han observado alteraciones en el estado nutricional de los individuos a causa del estrés, en este orden de ideas esta investigación se caracteriza por ser un estudio que consagra el desarrollo de bases teóricas que precisan desde el punto de vista del autor la importancia de conocer y comprender, por tal motivo la investigación busca relacionar el estrés y el estado nutricional que presentan los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología en la Universidad de Carabobo.

A nivel metodológico la investigación está orientada a sentar un precedente en la comunidad científica, ya que podría constituirse como un referente para investigaciones aplicadas que intenten profundizar en torno al estado nutricional, el cual, está íntimamente relacionada al estrés, lo que puede incidir directamente en el estado anímico. Una clara evidencia de esto ocurre

al momento en el que un individuo se ve afectado por diversos cambios significativos, entre ellos destacan episodios depresivos, nerviosos o psicóticos, los cuales pueden alterar la ingesta de alimentos, lo que conlleva a su vez a una malnutrición por exceso o déficit de nutrientes.

Y, por último, la justificación práctica ya que mediante los resultados se evidencia una problemática que debe ser solventada en pro de la salud de los involucrados, lo cual mejorara el desempeño de los estudiantes durante el cumplimiento de las guardias clínicas.

En síntesis, se conoce que Venezuela atraviesa una crisis social y económica por lo que la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo no está exenta de dicha situación, lo cual será vital determinar el estrés y conocer el nivel de estado nutricional de los estudiantes de la Facultad de Odontología, así como también sus consecuencias en la vida diaria, sean o no académicas

## CAPITULO II

### MARCO TEORICO

#### **Antecedentes de la Investigación**

Torrejón Rabanal Peter Hugo y Pariatanta Mendoza, Cleber (2021) En su estudio denominado Relación entre estrés y rendimiento académico en los estudiantes de estomatología de la universidad Señor de Sipán Chiclayo Afirma que es importante esta investigación por que va permitir determinar el nivel de estrés y rendimiento académico de los alumnos de la escuela profesional de estomatología de la universidad señor de Sipán debido a que están continuamente propensos a varias causas de estrés en sus prácticas pre profesionales y en la atención que deben dar a sus pacientes y para ello este estudio dará una visión general de cómo deben de tener habilidades clínicas precisas durante sus estudios de pregrado, a pesar de un alto grado de estrés. Por ello cada estudiante de odontología tiene que tener la enseñanza y el trabajo académico y clínico para afrontar la realidad que lo llevara en su camino profesional. Esta investigación se justifica porque permitirá identificar los problemas que puede causar el estrés en el rendimiento académico de los alumnos de estomatología y así poder potenciar el rendimiento académico de los estudiantes.

La metodología utilizada fue cuantitativa y su diseño descriptivo de corte transversal; se plasmó el cuestionario SISCO del estrés académico que fue validado, la cual tuvo 5 dimensiones, se obtuvo como resultados que si existe una relación entre Estrés y rendimiento Académico en los estudiantes de Estomatología de la Universidad Señor de Sipán Chiclayo, 2021-I, se observa que 67.2% de académicos obtuvieron un nivel medio de estrés académico; según sus situaciones estresantes fue regular para el ámbito educativo con 30%; según sus reacciones físicas fue regular para la fatiga con 22%; de igual forma para las reacciones psicológicas fue regular para la

ansiedad con 22%; para las reacciones comportamentales fue 35% para los conflictos; según sus estrategias de afrontamiento fue regular para elaboración de un plan con 42%; para el rendimiento académico fue un nivel regular para las notas de 11 a 14 puntos; según género fue significativamente para el sexo femenino; con respecto a la edad fue mayor porcentaje para 26 a más con 35%.

Por otra parte es importante destacar que la nutrición ejerce una influencia positiva y negativa en la salud a lo largo de la vida. Diversos autores han destacado que la población universitaria es un grupo vulnerable desde el punto de vista nutricional se caracteriza por: la omisión de comidas con frecuencia y por realizar pequeñas ingestas de comida varias veces al día entre las comidas principales.

Otro autor, Jara Ali M. (2016) En su trabajo titulado Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios en relación con el Estrés en Adolescentes de una Academia Pre-Universitaria en Villa El Salvador, Universidad Nacional Mayor de San Marcos Universidad del Perú; Facultad de Medicina Escuela Profesional de Nutrición, se da a conocer que el estrés es un factor importante que ha desencadenado múltiples enfermedades en los últimos años y debe tratarse como un problema de salud pública porque afecta a la población, sin distinción de edad y sexo, y que se produce cuando la persona se encuentra bajo alguna presión extrema o la interacción con el entorno perturba su equilibrio emocional. Hace énfasis y explica que los adolescentes están vulnerables a los cambios en la salud psicológica y fisiológica por las características propias del desarrollo de la edad. Por lo tanto, el estrés en adolescentes es la principal causa de los problemas en los hábitos alimentarios y estado nutricional que, posteriormente, influyen en estilos de vida no saludables y en un mal estado de salud.

Se refería a un estudio cuantitativo, descriptivo observacional, transversal de asociación

cruzada. Se tomaron como objeto de estudio 84 estudiantes adolescentes de ambos sexos cuyas edades se encuentran entre 15 y 19 años, los cuales participaron previa autorización de sus padres, quienes firmaron un consentimiento informado. Se evaluó el estado nutricional antropométricamente mediante el índice de masa corporal y se aplicó los cuestionarios de hábitos alimentarios y de estrés. Los resultados obtenidos fueron 20.2% de los adolescentes presenta sobrepeso y mayor grado de estrés, además, 8 1.5% de los adolescentes presentaron inadecuados hábitos alimentarios y mayor grado se estrés.El autor concluyo, que existe relación estadística significativa entre el estrés y la variable hábitos alimentarios; por ello se observó una tendencia de que los adolescentes con estrés moderado o severo, presentaron inadecuados hábitos alimentarios y sobrepeso.

Así mismo, Janjetic M, Marina Ferreyra M, Matioli M, Vásquez F, (2017) en La Universidad de Buenos Aires, Facultad de Medicina y Escuela de Nutrición; explican la relación entre estado nutricional, consumo de alimentos no nutritivos y percepción de estrés en mujeres peri-menopáusicas.

Así mismo, aclaran que la peri-menopausia puede afectar el peso corporal, la ingesta alimentaria y el estado anímico de las mujeres. El objetivo de este trabajo fue describir la relación que existe entre estado nutricional, consumo de alimentos no nutritivos y percepción de estrés en mujeres adultas (40-65años). Estudio descriptivo transversal, muestra no probabilística a las mujeres, se las clasificó según etapa biológica en pre y postmenopáusicas y se controló el consumo de ansiolíticos.

Por otro lado se evaluó el estado nutricional mediante índice de masa corporal (IMC) y riesgo cardio-metabólico (RCM) según circunferencia de cintura (CC). La percepción de estrés (PS) se valoró por escala de estrés percibido (PSS-10). Se estimó el consumo de alimentos no



nutritivos, bebidas azucaradas y alimentos ricos en grasas. Se incluyeron 91 mujeres, edad media de 52 años de las cuales (40% premenopáusicas; 60% posmenopáusicas). 62,6% presentó sobrepeso u obesidad y 70,3% RCM. La media de PS fue 15 puntos, siendo mayor en las postmenopáusicas; y en las que consumían ansiolíticos. La PS no se asoció al IMC ni a la distribución adiposa. El consumo de alimentos no nutritivos fue similar en ambos grupos, sólo se registró un consumo mayor de chocolates en posmenopáusicas.

De esta manera Chavez M. Geovanna K. Belizario C (2019) explican la relación del estrés académico y estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de nutrición. El presente trabajo de investigación tuvo por objetivo determinar la relación del estrés académico y estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de Nutrición de la UNSA. La muestra estuvo conformada por 218 estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Ciencias de la Nutrición – UNSA. Es un estudio tipo descriptivo, correlacional y transversal. A los estudiantes seleccionados, se les aplicó el Inventario SISCO del estrés académico (Barraza 2007) y el cuestionario “Estilo de Vida Saludable” (Palomares 2014), para analizar el estado nutricional se utilizó el método de bioimpedanciatetrapolar, considerando los siguientes parámetros: IMC, masa grasa, grasa visceral y ángulo de fase. Posteriormente se procedió al análisis estadístico pertinente e interpretación de los datos, obteniendo que la mayoría de los estudiantes presenta un nivel de estrés moderado 68.7% y un nivel de estrés profundo 11.8%, estos niveles son más característicos en el sexo femenino.

Con respecto al estilo de vida, la mayoría de los estudiantes presenta un estilo de vida poco saludable 71.6%, seguido de un estilo de vida saludable 22.3%. En cuanto al estado nutricional la mayoría de estudiantes, según el IMC se encuentran en la normalidad 64.5%, sin embargo 29.0% de las mujeres destacan en sobrepeso, los varones destacan en obesidad 12.2%;

según la masa grasa la mayoría de los estudiantes se encuentran en normalidad 59.7%, seguido por los niveles alto y muy alto 37,0% destacando así las mujeres con un nivel muy alto, según la grasa visceral la mayoría de estudiantes se encuentra en normalidad 82.9%, seguido de un nivel alto y muy alto 17.1%, destacando el sexo masculino en estos niveles y el ángulo de fase se encuentra en normalidad 77.7% en la mayoría de los estudiantes.

En conclusión no existe relación del estrés académico con el estado nutricional, con respecto a la relación del estilo de vida con el estado nutricional, si existe relación significativa e inversamente proporcional con la masa grasa y grasa visceral. En cuanto a las dimensiones de hábitos alimentarios y actividad física, existe relación significativa e inversamente proporcional con el IMC, masa grasa y grasa visceral; así esta última dimensión tiene una relación significativa directamente proporcional con el ángulo de fase. Y la dimensión de recreación y manejo del tiempo libre tiene una relación significativa e inversamente proporcional con masa grasa, de la misma forma que el auto-cuidado y cuidado médico con la grasa visceral.

Lo que se ha estudiado demuestra que el estrés, y los diferentes niveles del mismo afectan directa e indirectamente el estado nutricional de las personas que la padecen, alterando innumerables factores como el estilo de vida, las condiciones nutricionales y calidad de la alimentación, y sobre todo el manejo del tiempo y actividades físicas. Por lo cual en la etapa estudiantil universitaria puede existir estos cambios que afecten de manera negativa el estado nutricional y alterar el estado de salud.

Al igual que el estudio realizado por Paz. M en el 2012 y Becerra 2010, realizado en estudiantes de Colombia, cuyo objetivo fue Determinar el estado nutricional y algunas características del consumo de alimentos, demostrando la prevalencia de malnutrición por estrés. Afirmando que el nivel de estrés esta directamente asociado con el estado nutricional por

consiguiente hay personas con sobrepeso y obesidad o déficit del mismo.

## **Bases Teóricas**

Arias (1999), afirma que las bases teóricas son: “un conjunto de conceptos y proposiciones que constituyen un punto de vista o enfoque determinado, dirigido a explicar el fenómeno o problema planteado. En ese sentido, las siguientes teorías se consideran adecuadas para fundamentar tal instrumentación y sustentar la línea de investigación:

Fernandez H y Galardo R (2016), definen el estrés como un mecanismo por el cual se para reaccionar ante situaciones nuevas, de gran exigencia o peligrosas. Se debe a la liberación de hormonas específicas, como la adrenalina o el cortisol, que son las que activan el cerebro para que esté más alerta, tensan los músculos y aumentan la frecuencia cardíaca, entre otros efectos. En las personas, el estrés puede ser físico (como tener una enfermedad), emocional (como sentir tristeza por la muerte de un ser querido) o psicológico (como sentir temor).

Los mismos explican que Alostasis, Es el proceso por el cual el cuerpo reacciona al estrés, puede ser agudo (a corto plazo) o crónico (a largo plazo).

**Estrés agudo:** se ocasiona en un breve periodo de tiempo y normalmente desaparece con rapidez. La reacción más conocida es la de “lucha o fuga” que surge cuando se percibe una amenaza. En ese caso, la reacción al estrés hace que el cuerpo envíe varias hormonas (por ejemplo, cortisol y adrenalina, también llamada epinefrina) a la circulación sanguínea. Estas hormonas aumentan su concentración, capacidad de reaccionar y fuerza. También aceleran los latidos del corazón, aumentan la presión sanguínea, refuerzan el sistema inmunitario y agudizan memoria. Después de enfrentar estrés a corto plazo, el cuerpo regresa a la normalidad.

**Estrés a largo plazo o crónico:** se padece durante un periodo de tiempo más prolongado

que el estrés agudo. Este tiempo puede variar desde varias semanas a meses. Las personas que padecen este tipo de estrés pueden acostumbrarse tanto a la situación de activación, que pueden llegar a no darse cuenta de que lo viven y acaban sufriendo problemas de salud, el cuerpo a su vez produce un nivel más elevado de hormonas de estrés y no tiene tiempo de recuperarse. Estas hormonas se acumulan en la sangre y, con el tiempo, pueden causar serios problemas de salud como desgaste y deterioro del cuerpo; el estrés a largo plazo Suele aparecer cuando las personas no ven una salida a una situación compleja y deprimente, algunas veces aparece por una experiencia vivida en la niñez que se interioriza y se mantiene latente desde entonces.

Sapolsky R (2010) afirma que los cambios en el cuerpo que ocurren durante los momentos de estrés pueden ser muy beneficiosos cuando ocurren por corto tiempo. Pero cuando esto sucede por mucho tiempo, la producción excesiva de las hormonas de estrés puede perjudicar su salud. Entre los daños que pueden presentarse se mencionan algunos a continuación.

- Sistema digestivo: Dolor a nivel estomacal debido a que existe una disminución en el tiempo de vaciado de las comidas, y un incremento de la actividad del colon, lo cual puede producir diarrea.
- Obesidad: Ocurre un aumento del apetito, lo cual contribuye al incremento de peso. El sobrepeso o la obesidad conlleva un riesgo de contraer diabetes o enfermedad cardiovascular.
- Sistema inmunitario: Debilitamiento del sistema inmunitario y, por consiguiente, puede sufrir más resfriados y otras infecciones.
- Sistema nervioso: Ansiedad, depresión, pérdida de sueño y falta de interés en actividades físicas. La memoria y la capacidad de decidir pueden verse afectadas.

- Sexualidad y sistema reproductivo: Si el estrés se mantiene durante mucho tiempo, los niveles de testosterona de un hombre pueden comenzar a disminuir. Esto puede interferir con la producción de espermatozoides y causar disfunción eréctil o impotencia. Para las mujeres, el estrés puede afectar el ciclo menstrual.
- Sistema cardiovascular: Aumento de la presión sanguínea, frecuencia cardíaca y grasa en la sangre (colesterol y triglicéridos). También elevación del nivel de glucosa en la sangre especialmente de noche, y aumento del apetito. Sapolsky R (2010)

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), 2010, el estado nutricional era resultado de la relación entre las necesidades nutritivas individuales y la ingesta de los nutrientes contenidos en los alimentos. Por lo tanto, la evaluación del estado nutricional es la acción y efecto de estimar, apreciar y calcular la condición en la que se halle un individuo según las modificaciones nutricionales que se hayan podido afectar por la conducta alimentaria y el entorno físico, social y económico.

Así mismo, la OPS (2010), define Hábitos alimenticios como comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales. El proceso de adquisición de los hábitos alimentarios comienza en la familia; la Infancia es el momento óptimo para adquirir unos buenos hábitos alimentarios. Estos se adquieren por repetición y de forma casi involuntaria, en la adolescencia, los cambios psicológicos y emocionales pueden influir en la dieta, dando excesiva importancia a la imagen corporal, tienen patrones de consumo diferentes a los habituales: comidas rápidas, picoteos. En cambio, en los adultos y en las personas de edad avanzada los hábitos alimentarios son muy difíciles de cambiar.

Autores como, Galiano MJ, Moreno JM (2010), definen la malnutrición como una

alteración en las etapas de la nutrición, tanto por defecto/déficit que conlleva a la desnutrición; como por exceso o hipernutrición que trae consigo la obesidad. Es el resultado de un desequilibrio entre las necesidades corporales y la ingesta de nutrientes. En la práctica clínica, este término también se utiliza para referirse a las situaciones de desnutrición que incluyen un amplio espectro de formas clínicas que vienen condicionadas por la intensidad y duración del déficit, la edad del sujeto y la causa que lo condiciona. Sin embargo, en la actualidad cuando se habla de malnutrición se expresa como malnutrición por déficit a la desnutrición y a la obesidad como malnutrición por exceso.

P. Ravasco, H. Anderson (2010) en su trabajo sobre métodos de evaluación del estado nutricional afirman que el estado nutricional es el reflejo del estado de salud. Aún cuando no existe el estándar de oro en este sentido, las más utilizadas son la evaluación global objetiva y la evaluación global subjetiva.

1. Evaluación Global Objetiva: indicada en pacientes desnutridos/en riesgo de desnutrición y cuando sea necesario para hacer indicaciones nutricionales precisas con el objeto de corregir alteraciones originadas por la malnutrición. Se lleva a cabo mediante la aplicación de indicadores de manejo simple y práctico, clínicos, antropométricos, dietéticos, socio-económicos.

2. Evaluación Global Subjetiva: integra al diagnóstico de la enfermedad que motiva la hospitalización, parámetros clínicos obtenidos de cambios en el peso corporal, ingesta alimentaria, síntomas gastrointestinales, y capacidad funcional. El valor de este método de evaluación es identificar pacientes con riesgo y signos de desnutrición.

### **Clasificaciones clásicas cualitativas de la desnutrición**

1. Marasmo o Desnutrición calórica: desnutrición crónica por déficit/pérdida prolongada de energía y nutrientes. Existe importante disminución de peso por pérdida de tejido adiposo, en

menor cuantía de masa muscular y sin alteración significativa de las proteínas viscerales, ni edemas.

2. Kwashiorkor o Desnutrición proteica: por disminución del aporte proteico o aumento de los requerimientos en infecciones graves, politraumatismos y cirugía mayor. El panículo adiposo está preservado, siendo la pérdida fundamentalmente proteica, principalmente visceral.

3. Desnutrición mixta: o proteico-calórica grave o Kwashiorkor-marasmático. Disminuye la masa muscular, tejido adiposo y proteínas viscerales. Aparece en pacientes con desnutrición crónica previa tipo marasmo (generalmente por enfermedad crónica) que presentan algún tipo de proceso agudo productor de estrés (cirugía, infecciones).

4. Estados carenciales: deficiencia aislada de algún nutriente (oligoelementos o vitaminas), por disminución de ingesta o pérdida aumentada. Generalmente se asocia alguno de los tipos anteriores.

5. Desnutrición oculta: a pesar de acceso a una alimentación saludable, existe una dieta inadecuada, principalmente dada por un bajo consumo de vegetales y frutas. En los niños la falta de nutrientes surge cuando los alimentos ingeridos son hipercalóricos, pero son deficientes en otros nutrientes fundamentales para el crecimiento, como el hierro, el calcio, el fósforo o las vitaminas A y C. La predisposición a padecer desnutrición oculta también se ha observado en las mujeres embarazadas y en los adultos mayores. Se ha considerado como la desnutrición oculta de América latina a la deficiencia de hierro.

### **Clasificación cuantitativa de la desnutrición**

Para esta clasificación se consideran los valores obtenidos del porcentaje de Peso de Referencia (Peso/peso ideal, P/PI) obtenidos a través de la valoración global objetiva<sup>10</sup>:

- **Normal:** P/PI > 90% del normal

- **Desnutrición leve:** P/PI = 80-90% del normal
- **Desnutrición moderada:** P/PI = 60-79% del normal
- **Desnutrición grave:** P/PI < 60% del normal

### **Indicadores objetivos de diagnóstico del estado nutricional**

- **Evaluación Antropométrica:** Medición de las dimensiones y composición global del cuerpo humano. Los indicadores antropométricos miden, por un lado, el crecimiento físico del niño y del adolescente, y por otro las dimensiones físicas del adulto, a partir de la determinación de la masa corporal total y de la composición corporal tanto en la salud como en la enfermedad.
- **Indicadores que evalúan Masa Corporal Total:** Índice de Peso para la Talla (IPT), porcentaje de peso de referencia (%PR), porcentaje de peso usual o habitual (%PU) y Porcentaje de pérdida reciente de peso (%PRP).
- **Indicadores de Masa Grasa o de adiposidad:** La masa grasa está constituida principalmente por el tejido adiposo subcutáneo y perivisceral, incluye el Índice de masa corporal (IMC), % de grasa corporal (%GC), circunferencia de cintura (CC), pliegue tricípital (PT), pliegue subescapular (PSe), pliegue suprailíaco (PSi) y pliegue abdominal (PAb). En el adulto sano, la masa grasa tiene valores de 10 a 20% en el hombre y de 15 a 30% en la mujer 10.
- **Indicadores de Masa Muscular o magra o masa libre de grasa (MLG):** representa aproximadamente 80% del peso corporal total, incluye todos los componentes funcionales del organismo implicados en los procesos metabólicamente activos. Por ello, las necesidades nutricionales están generalmente relacionadas con el tamaño de este compartimiento. Comprende huesos, músculos, agua extracelular, tejido nervioso y todas



las demás células que no son adipocitos o células grasas. Los métodos que se utilizan para medir la masa muscular son: a) las áreas musculares de los segmentos corporales, b) el componente mesomórfico del somatotipo antropométrico de Health y Carter, c) los índices de relación peso-talla, d) la masa libre de grasa del modelo bicompartimental de fraccionamiento químico de la masa corporal total y e) las ecuaciones antropométricas para estimar la masa muscular esquelética total y apendicular<sup>10</sup>.

**IMC:** es un valor o parámetro que establece la condición física saludable de una persona en relación a su peso y talla. Es importante considerar que en caso de personas con una mayor cantidad de tejido magro más de lo normal (atletas o deportistas), el IMC no es útil para determinar la composición corporal y por ende el peso ideal del sujeto a evaluar<sup>18</sup>. A nivel poblacional, cuando el IMC <18.5: a) Riesgo bajo (señal de alarma y que requiere vigilancia) cuando la prevalencia de la población con IMC <18.5 está entre 5 a 9%; b) Riesgo moderado (situación problemática) cuando la prevalencia de la población con IMC <18.5 está entre el 10 a 19%; c) Riesgo Alto (situación grave) cuando la prevalencia de la población con IMC <18.5 es mayor o igual al 20%.

**Índice de Graffar:** es un esquema internacional para la agrupación de niños y adolescentes basada en el estudio de las características sociales de la familia, la profesión del padre, el nivel de instrucción, las fuentes de ingreso familiar, la comodidad del alojamiento y el aspecto de la zona donde la familia habita. Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994)

### **1. Profesión del Jefe de Familia:**

Ítem 1: Profesión universitaria, financistas, banqueros, empresarios, comerciantes, todos de alta productividad. Oficiales de la Fuerza Armada Nacional (si tienen un rango de educación superior).

Ítem 2: Profesión técnica superior, medianos comerciantes o productores. Se considera con técnica superior a las personas egresadas con título de Institutos Universitarios y Colegios Universitarios.

Ítem 3: Empleados sin profesión universitaria, con técnica media, o pequeños comerciantes o productores. Se considera a las empresas o pequeñas industrias que emplean entre 5 y 10 personas y a los dueños de negocios pequeños con producción estable y apreciable. Egresados de Escuelas Normales y de Escuelas Técnicas de nivel medio y todos los egresados de bachillerato diversificado.

Ítem 4: Obreros especializados y parte de los trabajadores del sector informal de la economía (que no tengan título profesional).

Ítem 5: Obreros no especializados y otra parte del sector informal de la economía. Ejemplo: jornaleros, pisatarios, trabajadores del aseo urbano, obreros de la construcción y similares.

Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994)

## **2. Nivel de Instrucción de la Madre:**

Ítem 1: Enseñanza universitaria o su equivalente. Se considera dentro de esta clasificación a las egresadas de Universidades, Politécnicos Universitarios y Pedagógicos.

Ítem 2: Enseñanza secundaria completa. Técnica superior completa.

Ítem 3: Enseñanza secundaria incompleta. Técnica inferior. Se considera con secundaria incompleta a aquellas a personas que han cursado al menos el segundo año de educación media o normal sin haber dejado materias. Se considera con técnica inferior a aquellas personas que tienen la secundaria incompleta o la primaria completa y que han realizado cursos definidos y debidamente.

Ítem 4: Enseñanza primaria, o alfabeto (con algún grado de instrucción primaria). Se considera

con primaria a la madre que ha egresado de sexto grado aprobado y tiene su certificado y también a aquellas que han cursado primer año y/o el segundo incompleto de educación media.

Ítem 5: Analfabetas. Personas que no saben leer ni escribir. Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994)

### **3. Principal Fuente de Ingreso de la Familia:**

Ítem 1: Fortuna heredada o adquirida: la familia vive de rentas producidas por dinero heredado o adquirido.

Ítem 2: Ganancias, beneficios, honorarios profesionales, el ingreso familiar proviene de utilidades de una empresa o negocio, o bien de los honorarios profesionales percibidos por personas que ejercen profesiones liberales

Ítem 3: Sueldo mensual: el ingreso principal proviene de la remuneración mensual.

Ítem 4: Salario semanal, por día, entrada a destajo: el ingreso se obtiene de la remuneración por trabajo diario, semanal, de garantías o beneficios pequeños provenientes de negocios.

Ítem 5: Donaciones de origen público o privado: el ingreso se obtiene de ayudas o subsidios otorgados por organismos públicos o privados o de donaciones de origen familiar. Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994)

### **4. Condiciones de la Vivienda:**

Ítem 1: Vivienda con óptimas condiciones sanitarias y ambientes de gran lujo y grandes espacios. Ubicada en urbanizaciones residenciales, donde el valor del terreno y de la vivienda es muy elevado y donde es costumbre disponer de transporte propio para movilizarse, y en general, de más de un transporte.

Ítem 2: Vivienda con óptimas condiciones sanitarias en ambientes con lujos sin exceso y suficientes espacios. Este tipo de vivienda debe tener áreas bien diferenciadas y espaciosas,

dotadas de los servicios y bienes necesarios para el confort, ubicadas en urbanizaciones residenciales elegantes, donde el valor del terreno es elevado.

Ítem 3: Viviendas con buenas condiciones sanitarias en espacios reducidos o no, pero siempre menores que en las viviendas 1 y 2. Ese tipo de vivienda debe tener buenas condiciones sanitarias y puede estar ubicada en zonas residenciales, comerciales o industriales. Habitaciones compartidas y el lujo es poco.

Ítem 4: Vivienda con ambientes espaciosos o reducidos y con deficiencias en algunas condiciones sanitarias. Comprende las casas o apartamentos de construcción sólida.

Ítem 5: Rancho o vivienda con espacios insuficientes y condiciones sanitarias marcadamente inadecuadas. Este tipo de vivienda comprende la vivienda improvisada, construida con materiales de desecho o viviendas de construcción de relativa solidez pero con falta de mantenimiento y con condiciones sanitarias acentuadamente inadecuadas. Pueden carecer de agua corriente, disposición de las excretas y la basura, en general el terreno es inadecuado y en la mayoría de los casos se ocupa sin derechos legales. Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994)

### **Puntaje clase - denominación**

4-6 I Estrato Alto 7-9 II Estrato Medio Alta 10-12 III Estrato Medio Baja 13-16 IV Estrato Obrera 17-20 V Estrato Pobreza Extrema

Una vez obtenida la clasificación, el encuestador debe analizar si la ha hecho bien, comparando dicha clasificación con los que ha observado. Si hay duda sobre la clasificación obtenida, debe revisar los ítems marcados en cada pregunta y hacer cualquier corrección que sea necesaria. Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994)

**Remuneración mínima, salario mínimo, sueldo mínimo:** es la cantidad mínima de dinero que se le paga a un trabajador en un determinado país y a través de una ley establecida oficialmente,

para un determinado período laboral (hora, día o mes), que los empleadores deben pagar a sus trabajadores por sus labores. Generalmente se expresa en unidades monetarias por jornada de trabajo. Cada país suele establecer las normas legales que regulan el salario mínimo y los mecanismos para determinar periódicamente su monto, generalmente en forma anual.

**Salario base:** El Estatuto de los Trabajadores define el salario base en su artículo 26.3. En él, establece que el salario base es la «retribución fijada por unidad de tiempo o de obra». Además, permite dos formas bien diferenciadas de fijación del salario base: mediante la negociación colectiva o, en su defecto, a través del contrato individual.

### **Bases Legales**

Teniendo en cuenta la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999) se toma los siguientes artículos como referencia:

**Artículo 83.** La salud es un derecho social fundamental, obligación del Estado, que lo garantizará como parte del derecho a la vida. El Estado promoverá y desarrollará políticas orientadas a elevar la calidad de vida, el bienestar colectivo y el acceso a los servicios. Todas las personas tienen derecho a la protección de la salud, así como el deber de participar activamente en su promoción y defensa, y el de cumplir con las medidas sanitarias y de saneamiento que establezca la ley, de conformidad con los tratados y convenios internacionales suscritos y ratificados por la República.

El siguiente artículo establece la salud como un derecho primordial para la sociedad que deberá estar garantizada por el estado. Debe contar con acceso a servicios de salud y cumplir además con las medidas de saneamiento que establece la ley.

**Artículo 84.** Para garantizar el derecho a la salud, el Estado creará, ejercerá la rectoría y gestionará un sistema público nacional de salud, de carácter intersectorial, descentralizado y participativo, integrado al sistema de seguridad social, regido por los principios de gratuidad, universalidad, integralidad, equidad, integración social y solidaridad. El sistema público nacional de salud dará prioridad a la promoción de la salud y a la prevención de las enfermedades, garantizando tratamiento oportuno y rehabilitación de calidad. Los bienes y servicios públicos de salud son propiedad del Estado y no podrán ser privatizados. La comunidad organizada tiene el derecho y el deber de participar en la toma de decisiones sobre la planificación, ejecución y control de la política específica en las instituciones públicas de salud.

El presente artículo explica que para garantizar el derecho a la salud, el Estado ejecutara, un sistema público de salud, que dará prioridad a la promoción de la salud y a la prevención de las enfermedades, garantizando tratamiento oportuno y rehabilitación de calidad.

**Artículo 85.** El financiamiento del sistema público nacional de salud es obligación del Estado, que integrará los recursos fiscales, las cotizaciones obligatorias de la seguridad social y cualquier otra fuente de financiamiento que determine la ley. El Estado garantizará un presupuesto para la salud que permita cumplir con los objetivos de la política sanitaria. En coordinación con las universidades y los centros de investigación, se promoverá y desarrollará una política nacional de formación de profesionales, técnicos y técnicas y una industria nacional de producción de insumos para la salud. El Estado regulará las instituciones públicas y privadas de salud.

El artículo anterior refiere que el estado financiara el sistema público de salud garantizando un presupuesto para la salud que permita cumplir con los objetivos de la política sanitaria.

**Artículo 86.** Toda persona tiene derecho a la seguridad social como servicio público de carácter no lucrativo, que garantice la salud y asegure protección en contingencias de maternidad, paternidad, enfermedad, invalidez, enfermedades catastróficas, discapacidad, necesidades especiales, riesgos laborales, pérdida de empleo, desempleo, vejez, viudedad, orfandad, vivienda, cargas derivadas de la vida familiar y cualquier otra circunstancia de previsión social. El Estado tiene la obligación de asegurar la efectividad de este derecho, creando un sistema de seguridad social universal, integral, de financiamiento solidario, unitario, eficiente y participativo, de contribuciones directas o indirectas. La ausencia de capacidad contributiva no será motivo para excluir a las personas de su protección.

El siguiente artículo expone que toda persona tiene derecho a la seguridad social como servicio público gratuito, capaz de asegurar la salud y protección en contingencias de enfermedad.

Por otra parte según la Ley Orgánica de Salud Gaceta Oficial N° 36.579 de fecha 11 de noviembre de 1998 el congreso de la República de Venezuela Decreta la siguiente:

**Artículo 69.-** Los pacientes tendrán los siguientes derechos: El respeto a su dignidad e intimidad, sin que pueda ser discriminado por razones de tipo geográfico, racial, social, sexual, económico, ideológico, político o religioso. Recibir explicación en términos comprensibles en lo que concierne a salud y al tratamiento de su enfermedad. Negarse a medidas extraordinarias de prolongación de su vida. Una historia médica donde conste por escrito, y certificados por el médico tratante o quien haga sus veces, todos los datos pertinentes a su enfermedad, motivo de consulta, antecedentes, historia de la enfermedad actual, diagnóstico principal y secundarios, terapéuticas y la evolución clínica. Igualmente, se harán constar las condiciones de salud del

paciente al egreso, la terapéutica a seguir y las consultas sucesivas a cumplir.

**Artículo 70.-** Los pacientes tendrán los siguientes deberes: Preservar y conservar su propia salud y la de sus familiares, y cumplir las instrucciones e indicaciones que conduzcan a ello. Contribuir al cuidado físico, al mantenimiento y al cumplimiento de las normas de orden y disciplina de los establecimientos de atención médica. Cumplir las disposiciones legales, reglamentos, resoluciones y órdenes que adopten las autoridades públicas competentes, en beneficio de su salud y la salud de los demás. Retribuir los costos generados por la atención médica cuando su capacidad económica se lo permita.

No obstante por medio del Código de Deontología Odontológica (1992), se toma el siguientes artículos como referencia: **Título I, Capítulo Primero, De los deberes generales de los odontólogos**

**Artículo 1:** El respeto a la vida y a la integridad de la persona humana, el fomento y la preservación de la salud, como componentes del desarrollo y bienestar social y su proyección efectiva a la comunidad, constituyen en todas las circunstancias el deber primordial del Odontólogo.

## **Identificación y definición de las variables**

### **Operacionalización de las variables**

En palabras de Arnal (2008) indica que para un adecuado desarrollo de una investigación es elemental operacionalizar las variables, a objeto de identificar las variables para hacerlas medibles o registrable en la realidad

### **Variables dimensión e indicadores**

El proceso de transformar una variable conceptual a su aspecto operacional indica un procedimiento que cumple con la finalidad de dimensionar el indicador desde su aspecto general al particular del aspecto teórico al contexto empírico.

Por lo que las variables a demostrar serán:

**Estrés** es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso. El estrés es la reacción del

cuerpo a un desafío o demanda. En pequeños episodios el estrés puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud.

**Estado nutricional** es la armonía que existe como resultado entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales, y secundariamente, de múltiples determinantes en un espacio dado, representado por factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio-económicos y ambientales.

**Tabla 1. Operacionalización de las Variables**

**Objetivo General:** Relacionar el estrés y el estado nutricional que presentan los estudiantes de tercer año de la facultad de odontología de la universidad de Carabobo periodo lectivo 2021-2022

| Variable             | Dimensiones                 | Indicadores   | Criterios   | Ítem                           |
|----------------------|-----------------------------|---|---|--------------------------------|
| Estado Nutricional   | Nivel de Estado Nutricional | Aporte proteicos<br>Grasas trans<br>Dietas<br>Calorías<br>Clínicas<br>Consumos de alimentos                 | Si la frecuencia es $\geq 50\%$ el estado nutricional del estudiante es bueno | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7            |
|                      |                             | Asignaciones en el área clínica<br>Apetito<br>Comida rápida<br>Nivel socioeconómico<br>Hábitos alimenticios | Si la frecuencia es $< 50\%$ el estado nutricional del estudiante es malo     | 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15   |
| Existencia de Estrés | Niveles de Estrés           | Competencia<br>Falta de apetito<br>Peso<br>Comer a la hora<br>Actividades clínicas<br>Guardia clínica       | No tiene estrés.<br>Nivel Bajo de estrés.<br>Nivel Medio de estrés.           | 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 |
|                      |                             | Motivación<br>Dieta diaria<br>Satisfacción<br>Preocupaciones cotidianas<br>Tratamientos odontológicos       | Nivel alto de estrés.   | 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30,    |

*Fuente:* Las Autoras (2022)



## **Glosario de Términos**

**Aporte proteico:** Contribución o entrega de proteínas reduciendo la ingesta de hidratos de carbono y grasas.

**Cargas:** Cosas que hacen peso sobre otras dando origen a una resistencia

**Crisis social:** Evento social que trae consigo una situación inestable o peligrosa

**Desnutrición:** Condición resultante de la ingesta insuficiente o en exceso de nutrientes

**Enfermedades:** Alteración del estado fisiológico que afectan el cuerpo de un organismo. Manifestada por signos y síntomas característicos.

**Estado de nutrición:** Situación o condición en la que se encuentra la nutrición o aporte de cargas y remplazo de elementos corporales perdidos.

**Estrés:** Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o psicológicas.

**Hábitos alimenticios:** Conjunto de sustancias alimenticias que se ingieren formando un comportamiento y forma parte de un estilo de vida.

**Índice de Masa Corporal:** Razón matemática que asocia la masa y la talla de un individuo.  $IMC = \text{peso (kg)} / [\text{estatura (mts}^2)]$  Considerando una persona obesa si es superior a 30.

**Masa corporal:** Cantidad de materia de un cuerpo generalmente asociada al volumen del mismo.

**Nutrientes:** Sustancias que nutren o que aportan carga o remplazo de elementos perdidos para llevar las funciones vitales.

**Obesidad:** Enfermedad crónica caracterizada por acumulación excesiva del tejido adiposo en el cuerpo.

**Vitaminas:** Sustancias orgánicas esenciales que existen en los alimentos necesarias para el funcionamiento celular, el crecimiento y el desarrollo de las funciones vitales. Actuando como

catalizadores de todos los procesos fisiológicos

### **Formulación de Hipótesis**

**H<sub>0</sub>**: no existe correlación entre el estado de nutrición y el nivel de estrés.

**H<sub>1</sub>**: existe correlación entre el estado de nutrición y el nivel de estrés.

## CAPITULO III

### MARCO METODOLOGICO

Según Arias (2006) El marco metodológico se refiere al “Conjunto de pasos, técnicas y procedimientos que se emplearon para formular y resolver problemas” (p.16), es decir, este método se basa en la formulación de hipótesis las cuales pueden ser confirmadas o descartadas por medios de investigaciones relacionadas al problema. Siguiendo el orden de ideas Tamayo y Tamayo (2003) define al marco metodológico como “Un proceso que, mediante el método científico, procura obtener información relevante para entender, verificar, corregir o aplicar el conocimiento”, dicho conocimiento se adquiere para relacionarlo con las hipótesis presentadas ante los problemas planteados.

#### **Tipo y Diseño de Investigación**

La información se encuentra en diversos medios al alcance de los investigadores que según el nivel de conocimiento científico (observación, descripción, explicación) al que desea abarcar el investigador, se debe formular el tipo de estudio, es decir de acuerdo al tipo de información que espera obtener, así como el nivel de análisis que deberá realizar. El estudio de tipo transversal se refiere a que se recolectan los datos en un solo momento, en un tiempo único, Hernández Sampieri (2014)

Para efectos de la investigación el tipo de estudio está enmarcado en una investigación descriptivo - correlacional, en consonancia con la premisa anterior Vásquez Hidalgo I, (2005) define a los Estudios descriptivos, como aquellos que sirven para analizar cómo es y cómo se manifiesta un fenómeno y sus componentes. Permiten detallar el fenómeno estudiado básicamente a través de la medición de uno o más de sus atributos.

Así mismo Hernández Sampieri (2014) se refiere a Estudios correlacionales, aquellos en los cuales el investigador pretende visualizar y medir el grado de relación que exista entre dos o más variables, miden cada una de ellas y después cuantifican y analizan su vinculación diversos fenómenos entre sí, en el presente estudio ,existen dos variables de estudio las cuales son estrés y estado nutricional por lo cual se midió el grado de relación que existe entre el estrés y el estado nutricional de los estudiantes de 3er Año de la facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo. Debido a que el estrés puede afectar de manera directa a la salud, facilitando la aparición de determinadas patologías o aumentando la probabilidad de que aparezcan conductas alimentarias no adecuadas y pudiendo alterar los patrones de consumo.

El hábito alimenticio guiado por las emociones, lleva a consumir alimentos en respuesta a estas, especialmente a las negativas. Los signos más comunes pueden ser, obsesión por la comida, uso de la misma como premio, comer impulsivamente, continuar comiendo a pesar de sentirse lleno, desconexión de las señales psicológicas de hambre y saciedad, fluctuaciones del peso, no poder reconocer la razón por la que se come, ingerir más rápido que lo normal, entre otros. Según Arias (2006), El diseño de investigación es la estrategia general que adopta el investigador para responder al problema planteado, dificultad o inconveniente planteado en el estudio. Según los autores Santa Paella y Martins (2010), La investigación de campo consiste en la recolección de datos directamente de la realidad donde ocurren los hechos, sin manipular o controlar las variables. Estudia los fenómenos sociales en su ambiente natural. Por este motivo el documento en cuestión está diseñado bajo el modelo de *Investigación es de campo*.

## **Población y Muestra**

A los fines de la presente investigación Levin y Rubin (1996) entienden por población el

conjunto de personas u objetos que representan características comunes acerca de los cuales versan las conclusiones. Del mismo modo Lepkowski, (2008) se refiere a la población como el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. En este orden de ideas la población estará delimitada por los propios estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo, la cual estuvo constituida por aproximadamente 107 estudiantes

### **Muestra**

Parafraseando a Sabino (1992) La muestra será aquella que representa una parte de la población, que sirve para representarlo.

Sampieri (2014) menciona que, para seleccionar una muestra, primero se debe definir la unidad de análisis (esto se entiende como personas, organizaciones, periódicos, situaciones, eventos, etc) en otras palabras, se refiere a “quienes van a ser medidos”. También se define como un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectarán datos, y que tiene que definirse y delimitarse de antemano con precisión, además de que debe ser representativo de la población.

Así mismo Sampieri (2014) sostiene que en las muestras probabilísticas todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser escogidos para la muestra y se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, y por medio de una selección aleatoria o mecánica de las unidades de muestreo/análisis. En cuanto a la muestra se conoce que es un subgrupo de la población de la de interés sobre el cual se recolectaran los datos, y que tiene que definirse o delimitarse de antemano con precisión, esta debe ser representativa de dicha población (Hernández, Fernández y Baptista, 1991; p 173).

Para la presente investigación la muestra abarco un total de 34 estudiantes de 3er año de

la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo, la cual se aplicó en el área de los pabellones 7 y 11 los cuales serán elegidos mediante un muestreo probabilístico al azar, con un criterio de inclusión de estudiantes entre edades de 20 y 30 años, masculinos y femeninos, regulares y repitientes, a los cuales se les será aplicada la debida técnica de recolección mediante un instrumento previamente estructurado.

Dónde:

N= 107 Población.

Z= 1.96 = En un nivel de confianza del 95%.

E= 5% = Error estándar.

P= 50% = Probabilidades a favor.

Q= 50% = Probabilidades en contra.

Reemplazando los datos en la fórmula el tamaño de la muestra resulta ser;

Redondeando 34 alumnos de la Facultad de odontología de la Universidad de Carabobo 2021-2022

$$n = \frac{Npqz^2}{E^2(N-1) + pqz^2}$$

### **Técnicas e Instrumento para la Recolección de Datos**

Según Arias (2006) define las técnicas de recolección de datos "como el conjunto de procedimientos y métodos que se utilizan durante el proceso de investigación, con el propósito de conseguir la información pertinente a los objetivos formulados en una investigación.

Según Tamayo y Tamayo (2008), la encuesta "es aquella técnica que permite dar

respuestas a problemas en términos descriptivos como de relación de variables, tras la recogida sistemática de información según un diseño previamente establecido que asegure el rigor de la información obtenida”.

Un instrumento de recolección de datos es, en principio, un recurso del que pueda valerse el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos la información. Sampieri (2014) establece que “En fenómenos sociales, el instrumento más utilizado para recolectar los datos es el cuestionario, y consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir, ordenadas coherentemente, expresadas en un lenguaje sencillo y comprensible, que generalmente responde por escrito la persona interrogada, sin que sea necesaria la intervención de un encuestador.

Así mismo se permitió la recolección de datos provenientes de fuentes primarias, es decir, de personas que poseen la información que resulta de interés. Las preguntas precisas están definidas por los puntos o temas que aborda la encuesta; de esta forma, se dirige la introspección del sujeto y se logra uniformidad en la cantidad y calidad de la información recopilada, características que facilitan la aplicación del cuestionario en forma colectiva o su distribución a personas que se encuentran diseminadas en lugares lejanos al investigador. Un cuestionario cuenta con preguntas de respuestas abiertas o cerradas, las primeras; propician una respuesta amplia y libre, mientras que las segundas presentan opciones de contestación. Para llevar a cabo el estudio se utilizó un cuestionario de preguntas cerradas.

### **Validez y Confiabilidad del Instrumento.**

Según Hernández (1998), “la validez en términos generales, se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir”. Con la finalidad de otorgarle

validez al instrumento utilizado se remitieron los instrumentos a un experto en metodología de la investigación y a dos del área clínica, quienes determinaron que las preguntas se relacionan y cumplen al ser validos con los objetivos del estudio.

Por su parte, “La confiabilidad de un instrumento de medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales” Hernández, Fernández y Baptista, (2010) así mismo Carrillo (2006) refiere de la confiabilidad como la exactitud y precisión del instrumento de medición. Se aplico prueba piloto, y se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, para conocer la consistencia interna, es decir la correlación entre los ítems, y para establecer la homogeneidad. El coeficiente se ubicó en 0,73, lo que es una consistencia interna es alta.

| Rangos      | Magnitud |
|-------------|----------|
| 0,81 a 1,00 | Muy Alta |
| 0,61 a 0,80 | Alta     |
| 0,41 a 0,60 | Moderada |
| 0,21 a 0,40 | Baja     |
| 0,01 a 0,20 | Muy Baja |

*Fuente:* Ruiz Bolívar (2002)

### **Técnica para el Análisis de los Datos**

Según Arias (2004), "en este punto se describen las distintas operaciones a las que serán sometidos los datos que se obtengan". En la presente sección se describen las distintas operaciones a las que han sido sometidos los datos y las diversas técnicas empleadas para su análisis. Para ello, con el fin de dar respuesta al objetivo específico se recolectaron los datos y se revisaron para verificar su aceptabilidad y se transfirieron a una matriz. Luego, tomando en cuenta el nivel de medición de cada variable y los objetivos de la investigación, se aplicaron



algunos métodos derivados de la Estadística Descriptiva con el objeto de resumir y analizar los resultados obtenidos.

- Gráfico de barras
- Nube de puntos o diagrama de dispersión
- Tablas de frecuencia ( Coeficiente de Pearson)

### **Procedimiento**

Son aquellas actividades secuenciales necesarias para llevar a cabo el presente estudio.

Etapa I: Diseñar un cuestionario a base del marco teórico

Etapa II: Validar y evaluar la validez del contenido del cuestionario por tres expertos y realizar prueba piloto para el cálculo de la confiabilidad.

Etapa III: Aplicación del instrumento a estudiantes de tercer año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo

Etapa IV: Procesar estadísticamente los datos para facilitar la comprensión y descripción de los resultados, en función de los datos que arroja el cuestionario.

Etapa V: Redactar resultados, conclusiones, limitaciones y recomendaciones.

### **Consideraciones Bioéticas**

Toda investigación con humanos debe contemplar los aspectos bioéticos que sean pertinentes en cada caso; éstos abarcan los elementos filosóficos que sustentan los principios establecidos en el Código de ética para la vida (2011), junto a los elementos prácticos derivados de los mismos, así como el previo consentimiento de la persona que debe estar sustentada por conocimientos claros y entendibles por el sujeto. En el caso de la presente investigación que será aplicada para estudiantes de tercer año de la facultad de odontología de la universidad de

Carabobo estos cuentan con conocimientos que los hacen capaces para ser participantes en dicha investigación.

Según lo anteriormente planteado es pertinente mencionar que la persona sujetaa estudio tiene derecho al respeto de su integridad, por lo tanto, se debe tomar las precauciones necesarias para resguardar su intimidad, así como su confidencialidad y reducir al mínimo las consecuencias adversas de la investigación que puedan afectarlo en cualquiera de sus dimensiones: biológica, psicológica, cultural, social y espiritual. Se debe respetar su decisión en cuanto si desean o no participar respetando de este modo los criterios relacionados con el principio de autonomía.

En cuanto a lo que las normas de investigación con seres humanos refieren, los investigadores, así como las instituciones que los respaldan se comprometen a preservar el legítimo derecho de los sujetos participantes a su confidencialidad e información personal.

Por otra parte, por lo establecido en las normas de investigación se reitera el compromiso de retroalimentar a los participantes con los resultados del estudio, a fin de que ellos puedan obtener el mayor beneficio del mismo, de manera que constituya un beneficio mutuo de parte de los investigadores y participantes.

Asimismo, la presente investigación tuvo como objetivo conocer en que se relacionan tener estrés con el estado nutricional.

En cuanto al consentimiento informado necesario se llevó a cabo la investigación, en este caso se utilizó el consentimiento informado individual que como su nombre lo indica es una propuesta hecha a una persona o a su representante que es aplicable a estudios de escala menor, pequeños y accesibles. Este tiene como objetivo salvaguardar los derechos de los sujetos de investigación, así como afectados en la misma. Tiene como condición básica la transparencia para que tanto los investigadores como los sujetos de estudio se vean beneficiados de los

resultados, formando una alianza con compromisos y beneficios para ambas partes.

Por su parte en el contexto legal en Venezuela, el artículo 46 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela se señala la necesidad del libre conocimiento de la persona para someterse a experimentos científicos, por lo que estos deben conocer el objetivo, el riesgo y los beneficios, entre otros aspectos de la investigación para poder tomar la decisión de participar.

## CAPÍTULO IV

### PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Partiendo de la intencionalidad de esta investigación, la cual se centra en la relación que existe entre el estrés y el estado nutricional de los estudiantes de tercer año de la facultad de odontología de la Universidad de Carabobo se procedió a la recolección de datos realizando una encuesta a los mismos siguiendo el procedimiento previamente descrito. A tales efectos, se realizó un cuestionario contentivo de treinta (30) preguntas, el cual fue aplicado a treinta y cuatro (34) estudiantes de tercer año de la facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo. Las primeras quince (15) preguntas del instrumento van dirigidas al estado nutricional de los estudiantes encuestados, tomando como criterio bueno y malo. Si la frecuencia observada es mayor o igual al 50% se toma un estado nutricional bueno. Caso contrario (menor a 50%) se considera malo. Los resultados se agruparon en dos tablas de frecuencia, la primera agrupa los ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7. La segunda tabla agrupa los ítems 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 y 15.

En cuanto a las siguientes preguntas se diagnosticó el nivel de estrés que poseen los estudiantes. El criterio utilizado fue el siguiente: si la frecuencia está entre 0 y 5 no tiene estrés. Si está entre 6 y 10 tiene bajo estrés. Si es entre 11 y 20 tiene nivel medio de estrés y si está entre 21 y 30 está altamente estresado. Los ítem se agruparon en dos tablas, en la primera se tienen los ítem 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 y 23. La segunda tabla congrega los ítems 24, 25, 26, 27, 28, 29 y 30. El análisis de datos se efectuó a partir de la revisión de todos los cuadros de frecuencia y porcentaje, realizando un análisis descriptivo de las frecuencias observadas en cada uno de los ítems del instrumento, los cuales se presentan en tablas con sus respectivos gráficos. Seguidamente, con los resultados obtenidos, se realizó un análisis estadístico para conocer la correlación entre las variables estado de nutrición y del nivel de estrés a través del coeficiente de

correlación de Spearman.

## Conocer el estado nutricional de los estudiantes de 3er año de la facultad de odontología de la universidad de Carabobo

### Criterio:

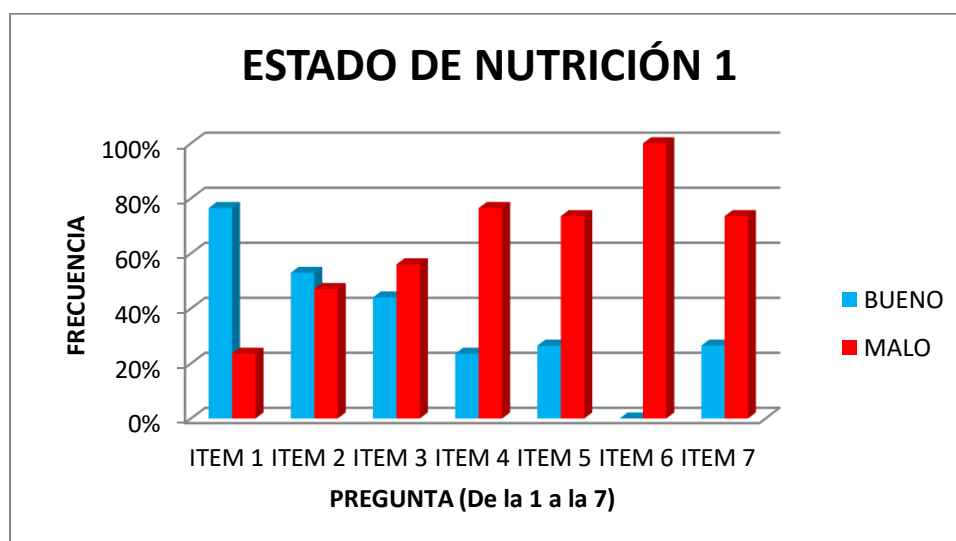
Si la frecuencia es  $\geq 50\%$  el estado nutricional del estudiante es bueno

Si la frecuencia es  $< 50\%$  el estado nutricional del estudiante es malo

**Tabla 2. Estado Nutricional 1**

| Estado de Nutrición | Ítem 1    |             | Ítem 2    |             | Ítem 3    |             | Ítem 4    |             | Ítem 5    |             | Ítem 6    |             | Ítem 7    |             |
|---------------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
|                     | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           |
| BUENO               | 26        | 76%         | 18        | 53%         | 15        | 44%         | 8         | 24%         | 9         | 26%         | 0         | 0%          | 9         | 26%         |
| MALO                | 8         | 24%         | 16        | 47%         | 19        | 56%         | 26        | 76%         | 25        | 74%         | 34        | 100%        | 25        | 74%         |
| <b>TOTAL</b>        | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> |

*Fuente.* Encuesta politómica aplicada a los alumnos de tercer año de la Facultad de Odontología en la Universidad de Carabobo. Año 2022. Elaboración propia



**Gráfico 1.** Estado de Nutrición 1

*Fuente:* Datos obtenidos de la aplicación del instrumento

## Análisis de los Resultados:

En la tabla uno se observa, que el estado nutricional de los estudiantes es bueno en cuanto a los ítems uno y dos dado que 76% de los encuestados consume alimentos proteicos, así como 53% incluyen en su dieta diaria alimentos energéticos. Por otra parte, con respecto al criterio estado nutricional malo, se tienen los ítems tres, cuatro, cinco, seis y siete, ya que 56% de los encuestados ingieren ingiere grasas trans (comida rápida, helados, margarina, galletas). De igual forma, 76% ha experimentado las consecuencias que genera ingerir constantemente grasas trans (obesidad, ansiedad, mareos, acné), por lo que 74% de los estudiantes no identifican cuales alimentos de su dieta diaria contienen grasas trans. Asimismo, 100% de los encuestados señala que no cumplen con la ingesta calórica necesaria diariamente de 200kcal

### Criterio:

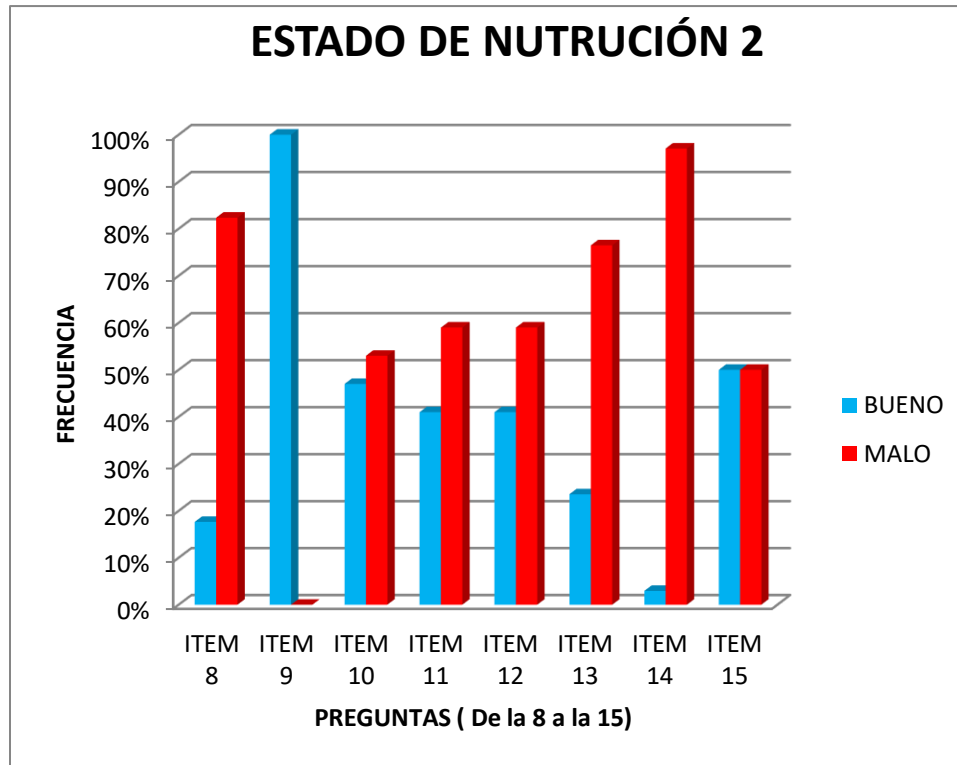
Si la frecuencia es  $\geq 50\%$  el estado nutricional del estudiante es bueno

Si la frecuencia es  $< 50\%$  el estado nutricional del estudiante es malo

**Tabla 3. Estado Nutricional 2**

| Estado de Nutrición | Ítem 8    |             | Ítem 9    |             | Ítem 10   |             | Ítem 11   |             | Ítem 12   |             | Ítem 13   |             | Ítem 14   |             | Ítem 15   |             |
|---------------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
|                     | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           | f         | %           |
|                     | 6         | 18%         | 34        | 100%        | 16        | 47%         | 14        | 41%         | 14        | 41%         | 8         | 24%         | 1         | 3%          | 18        | 53%         |
| <b>BUENO</b>        | 6         | 18%         | 34        | 100%        | 16        | 47%         | 14        | 41%         | 14        | 41%         | 8         | 24%         | 1         | 3%          | 18        | 53%         |
|                     | 28        | 82%         | 0         | 0%          | 18        | 53%         | 20        | 59%         | 20        | 59%         | 26        | 76%         | 33        | 97%         | 16        | 47%         |
| <b>MALO</b>         | 28        | 82%         | 0         | 0%          | 18        | 53%         | 20        | 59%         | 20        | 59%         | 26        | 76%         | 33        | 97%         | 16        | 47%         |
|                     | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> | <b>34</b> | <b>100%</b> |

**Fuente.** Encuesta politómica aplicada a los alumnos de tercer año de la Facultad de Odontología en la Universidad de Carabobo. Año 2022. Elaboración propia



**Gráfico2.** Estado de Nutrición 2

**Fuente:** Datos obtenidos de la aplicación del instrumento

### Análisis de los Resultados

Con respecto al criterio bueno, se tienen los ítems nueve y quince. Se puede señalar, que 100% de los estudiantes encuestados considera que las horas de guardia clínica influyen en el consumo de los alimentos a deshoras. Asimismo, 53% de los encuestados considera que podría mejorar sus hábitos alimenticios.

En cuanto al criterio de estado de nutrición malo se tienen los ítems ocho, diez, once, doce, trece y catorce. Así se tiene que 82% de los estudiantes Ingiere algún tipo de alimento antes de asistir a la clínica de la facultad de odontología, por lo que 53% siempre deja de comer en lo absoluto cuando posee múltiples asignaciones en el área clínica. Esto a su vez genera un exceso de apetito al terminar sus actividades diarias en el área clínica donde los resultados arrojan que 59% siempre tiene exceso de apetito.

Al no tener el tiempo suficiente para ingerir los alimentos durante área clínica los encuestados responden que sustituyen siempre los alimentos proteicos por comida rápida, así lo manifiesta 59% de los encuestados. En cuanto a que nivel socioeconómico incide directamente en su ingesta de alimentos, 76% de los estudiantes responde de manera afirmativa, puesto que la mayoría vive lejos e influye en la movilización y transporte. Por otra parte, 97% de los encuestados, considera que los alimentos a los cuales tienen accesos los estudiantes de odontología de 3er año en la Universidad de Carabobono cumplen con los requerimientos alimenticios recomendados por experto.

Se puede señalar, que el estado nutricional es uno de los problemas que más aquejan a la población mundial; en la actualidad diagnósticos como el sobrepeso y obesidad han sido ampliamente estudiados en diversos países. Al respecto, el estado nutricional de los estudiantes de 3er año de la carrera de odontología de la Universidad de Carabobo, de acuerdo a los resultados obtenidos se ve influenciado por los hábitos alimentarios, ya que el porcentaje de comida rápida, galletas, alimentos altos en grasas trans son consumidos más veces de lo ideal.

Esta acción se debe a que cuando se viven situaciones que generan estrés el cuerpo comienza a necesitar glucosa de manera más excesiva, ya que al momento de someterse a situaciones estresores el cerebro comienza a producir una hormona llamada cortisol, encargada de hacer reaccionar al ser humano ante situaciones de peligro, si permanece la producción de cortisol en el tiempo la mente y el cuerpo se mantendrán en un constante estado de alerta, donde habrá un mayor gasto de energía, lo que provocará que el cuerpo necesite de glucosa, siendo la forma más rápida para la obtención de energía



**Diagnosticar la existencia de estrés de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la universidad de Carabobo**

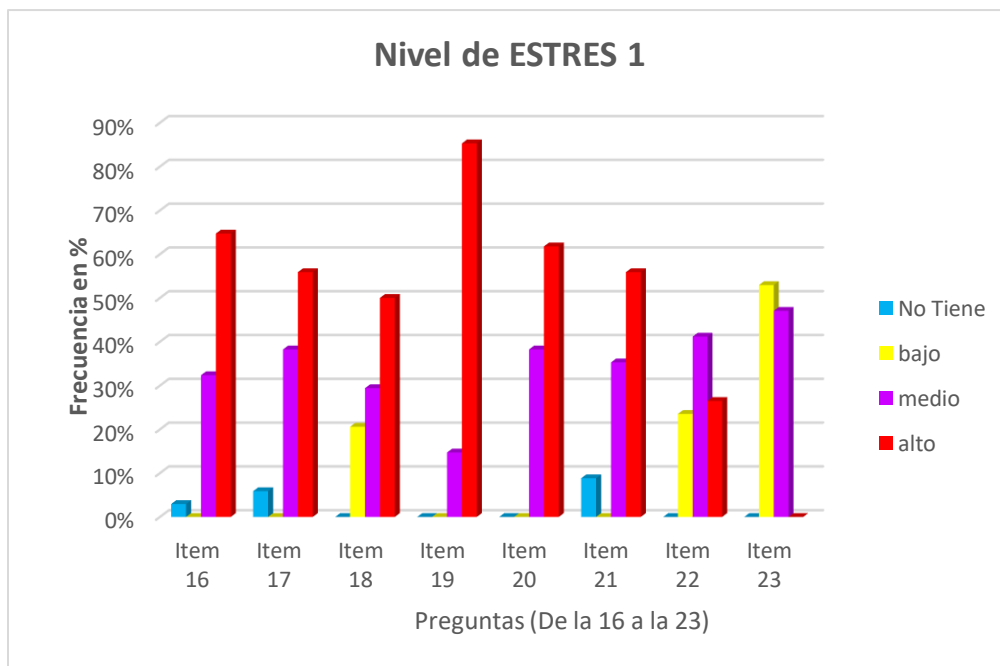
| <b>Criterio</b>                     | <b>Nivel de Estrés</b> |
|-------------------------------------|------------------------|
| Si la Frecuencia esta entre 0 y 5   | No tiene               |
| Si la Frecuencia esta entre 6 y 10  | Bajo                   |
| Si la Frecuencia esta entre 11 y 20 | Medio                  |
| Si la Frecuencia esta entre 21 y 30 | Alto                   |

*Fuente:* Elaboración propia (2022)

**Tabla 4. Nivel de Estrés 1**

| Nivel de estrés | Ítem 16  |             | Ítem 17.  |             | Ítem 18.  |             | Ítem 19.   |             | Ítem 20.   |             | Ítem 21.  |             | Ítem 22.   |            | Ítem 23.   |             |
|-----------------|--|-------------|---|-------------|---|-------------|--|-------------|--|-------------|---|-------------|--|------------|--|-------------|
|                 | Existe competencia excesiva entre los estudiantes que pueda generar estrés |             | Cree que las exigencias en el área clínica en su mayoría generan estrés |             | Considera que existe relación entre el estrés y la falta de apetito |             | Ha presentado pérdida de peso en los últimos tres meses debido al estrés |             | Me siento calmado cuando ingiero alimentos a la hora |             | Me siento seguro luego de haber desayunado antes de entrar a las actividades clínicas |             | Me siento angustiado si no tengo apetito en lo absoluto durante las actividades clínicas |            | Me siento nervioso al ingerir alimentos en horario cercanos a la guardia clínica por presentar alguna complicación digestiva |             |
|                 | f  | %           | f   | %           | f   | %           | f  | %           | f  | %           | f   | %           | f  | %          | f  | %           |
| No tiene        | 1  | 3%          | 2   | 6%          | 0   | 0%          | 0  | 0%          | 0  | 0%          | 3   | 9%          | 0  | 0%         | 0  | 0%          |
| Bajo            | 0  | 0%          | 0   | 0%          | 7   | 21%         | 0  | 0%          | 0  | 0%          | 0   | 0%          | 8  | 24%        | 18   | 53%         |
| Medio           | 11   | 32%         | 13  | 38%         | 10  | 29%         | 5  | 15%         | 13   | 38%         | 12  | 35%         | 14   | 41%        | 16   | 47%         |
| Alto            | 22   | 65%         | 19  | 56%         | 17  | 50%         | 29   | 85%         | 21   | 62%         | 19  | 56%         | 9  | 26%        | 0  | 0%          |
| <b>TOTAL</b>    | <b>34</b>  | <b>100%</b> | <b>34</b>   | <b>100%</b> | <b>34</b>   | <b>100%</b> | <b>34</b>  | <b>100%</b> | <b>34</b>  | <b>100%</b> | <b>34</b>   | <b>100%</b> | <b>31</b>  | <b>91%</b> | <b>34</b>  | <b>100%</b> |

*Fuente.* Encuesta politómica aplicada a los alumnos de tercer año de la Facultad de Odontología en la Universidad de Carabobo. Año 2022. Elaboración propia



**Gráfico 3.** Nivel de Estrés 1

**Fuente:** Datos obtenidos de la aplicación del instrumento

### **Análisis de los Resultados**

Como se observa en la tabla tres, la competencia excesiva entre los estudiantes puede generar un alto nivel de estrés, así lo consideran 65% de los encuestados. Otro 32% lo considera un nivel medio y 3% no tiene estrés. Por otra parte, 56% señala que las exigencias en el área clínica generan un alto nivel de estrés, 38% un nivel medio y 6% no tiene estrés. Asimismo, 50% de los encuestados considera que existe relación directa entre el estrés y la falta de apetito, lo cual conlleva a un alto nivel de estrés. Un 29% un nivel medio y 21% un nivel bajo.

Del mismo modo, 85% de los encuestados señalan que un alto nivel de estrés puede presentar pérdida de peso y 15% dice que se genera un nivel medio de estrés. Es importante acotar, que los estudiantes han tenido pérdida de peso en los últimos tres meses debido al estrés, relacionándose de manera efectiva el estrés con el estado nutricional. En cuanto a la ingesta de alimentos, 62% de los encuestados considera que si no se ingieren a la hora ocasiona un alto

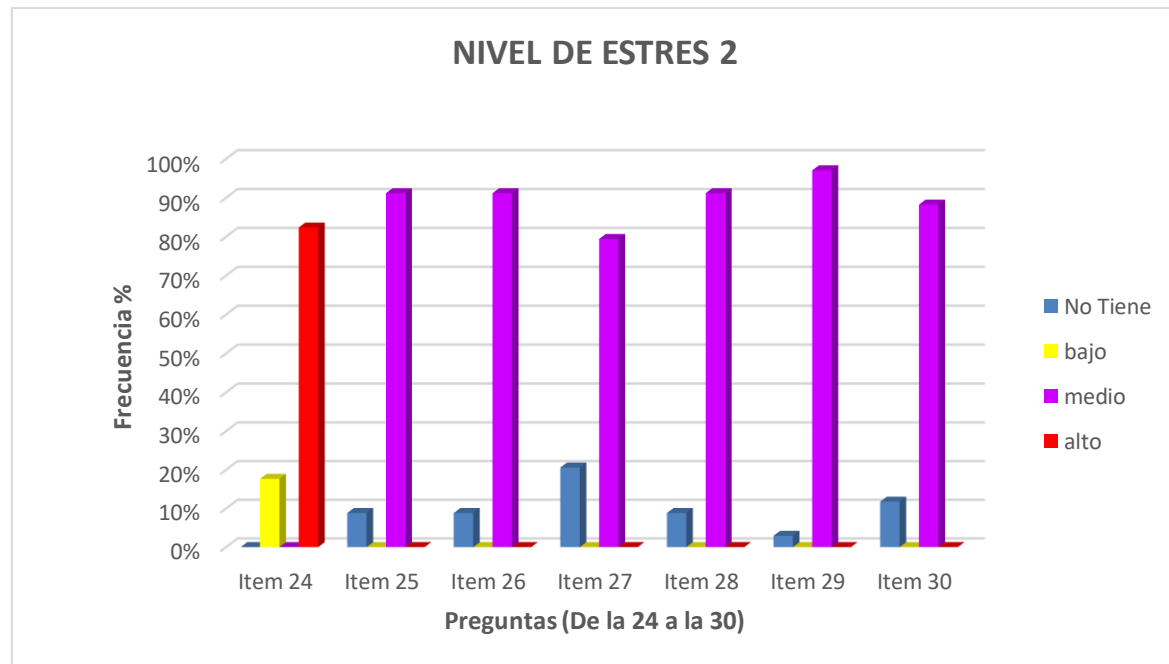
nivel de estrés. Otro 38 % señala que genera un nivel medio de estrés. También indican que se genera un alto nivel de estrés (56%) si no desayunan antes de entrar a las actividades clínicas, otro 35 % le ocasiona un nivel medio de estrés.

Asimismo, 41% de los encuestados que se sienten angustiados si no tienen apetito en lo absoluto durante las actividades clínicas, creando un nivel medio de estrés, 26% siente un alto nivel de estrés y 24% un nivel bajo de estrés. Ahora bien, 53% de los estudiantes encuestados indican que se sienten nerviosos al ingerir alimentos en horario cercanos a la guardia clínica por presentar alguna complicación digestiva, forjando un bajo nivel de estrés y 47% un nivel medio.

**Tabla 5. Nivel de Estrés 2**

| Nivel de estrés | Ítem 24   |      | Ítem 25.   |      | Ítem 26.  |      | Ítem 27.   |      | Ítem 28.  |      | Ítem 29.   |      | Ítem 30.  |      |
|-----------------|---|------|--|------|---|------|--|------|---|------|--|------|---|------|
|                 | F   | %    | F  | %    | F   | %    | F  | %    | F   | %    | F  | %    | F   | %    |
|                 | Me gustaría tener el tiempo adecuado para ingerir los alimentos |      | Me siento desmotivado cuando estoy en el área clínica y no tengo el tiempo suficiente de ingerir alimentos |      | Estoy inconforme por no cumplir una dieta diaria adecuada |      | Estoy satisfecho con todos los alimentos que consumo diariamente |      | Me siento alegre porque ingiero los alimentos de mi preferencia |      | Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones en la vida cotidiana antes de entrar al área clínica me pongo tenso |      | Considera que al momento de realizar una defensa de historia o tratamiento odontológico desaparece el apetito debido al alto estrés |      |
| <b>No Tiene</b> | 0   | 0%   | 3  | 9%   | 3   | 9%   | 7  | 21%  | 3   | 9%   | 1  | 3%   | 4   | 12%  |
| <b>Bajo</b>     | 6   | 18%  | 0  | 0%   | 0   | 0%   | 0  | 0%   | 0   | 0%   | 0  | 0%   | 0   | 0%   |
| <b>Medio</b>    | 0   | 0%   | 31   | 91%  | 31  | 91%  | 27   | 79%  | 31  | 91%  | 33   | 97%  | 30  | 88%  |
| <b>Alto</b>     | 28  | 82%  | 0  | 0%   | 0   | 0%   | 0  | 0%   | 0   | 0%   | 0  | 0%   | 0   | 0%   |
| <b>TOTAL</b>    | 34  | 100% | 34   | 100% | 34  | 100% | 34   | 100% | 34  | 100% | 34   | 100% | 34  | 100% |

*Fuente.* Encuesta politómica aplicada a los alumnos de tercer año de la Facultad de Odontología en la Universidad de Carabobo. Año 2022. Elaboración propia



**Gráfico 3.** Nivel de Estrés 1

*Fuente:* Datos obtenidos de la aplicación del instrumento

### **Análisis de los Resultados**

De acuerdo a los resultados obtenidos, 82% de los encuestados indican que el no tener el tiempo adecuado para ingerir los alimentos les crea un alto nivel de estrés, y 18% un bajo nivel de estrés. Si una persona no está bien nutrida, su habilidad para soportar el estrés se verá realmente disminuida. Comer poco, comer mucho o escoger una dieta no balanceada lo puede dejar sintiéndose débil y hasta bajarle las defensas del organismo. Por otra parte, 91% de los encuestados se sienten desmotivados cuando están en el área clínica y no tienen el tiempo suficiente de ingerir alimentos, ocasionando un nivel medio de estrés y 9% no tiene estrés.

Asimismo, 91% de los encuestados considera que se produce un nivel medio de estrés por no cumplir una dieta diaria adecuada, otro 9% no le genera estrés. Del mismo modo, 79% de los estudiantes encuestados no se sienten satisfechos con todos los alimentos que consumo diariamente, concibiendo un nivel medio de estrés y 9% no tienen estrés. También se puede

señalar, que se forma un nivel medio de estrés en los estudiantes cuando piensan sobre asuntos y preocupaciones en la vida cotidiana antes de entrar al área clínica, así lo señalan 97%, lo cual los conlleva a ponerse tensos, otro 3% no tienen estrés. Finalmente, 88% de los estudiantes encuestados, indican que produce un nivel medio de estrés al momento de realizar una defensa de historia o tratamiento odontológico y desaparece el apetito. Un 12% señalan que esta situación no les genera ningún tipo de estrés.

Los resultados de la presente investigación lograron determinar que los estudiantes de 3er año de odontología de la Universidad de Carabobo presentan un nivel de estrés moderado, asimismo, se identificó que los estímulos estresores más frecuentes son en nivel nutricional de los alumnos, la sobrecarga de labores y tareas asignadas en las clínicas y el tiempo limitado para cumplir con las mismas. Aunado a ello, no comer en las horas adecuadas y la ingesta de alimentos no permitidos. Esto puede afectar su rendimiento académico y provocar un desequilibrio sistémico.

### **Determinar la relación que existe entre el estado nutricional y el estrés de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo**

Una vez analizado cuestionario, se debe verificar si existe alguna relación entre el estado de nutrición y el nivel de estrés, esto se hará a través del coeficiente de Rho de Spearman, debido a que las variables involucradas son ordinales, ya que este determina si existe una relación lineal entre dos variables a nivel ordinal y que esta relación no sea debida al azar; es decir, que la relación sea estadísticamente significativa. El coeficiente de Spearman oscila entre -1 y +1, indicando asociaciones negativas (correlación inversa) o positivas (correlación directa) respectivamente, 0 cero, lo que indica que no existe correlación, como se muestra en la siguiente

tabla.

| Valor                | Criterio                                |
|----------------------|---|
| $R = 1,00$           | Correlación grande, perfecta y positiva |
| $0,90 \leq r < 1,00$ | Correlación muy alta                    |
| $0,70 \leq r < 0,90$ | Correlación alta                        |
| $0,40 \leq r < 0,70$ | Correlación moderada                    |
| $0,20 \leq r < 0,40$ | Correlación muy baja                    |
| $r = 0,00$           | Correlación nula                        |
| $r = -1,00$          | Correlación grande, perfecta y negativa |

**Fuente:** <https://sites.google.com/site/sociologiyestadisticas/repaso-de-los-conceptos-de-tadistica/hipotesis-medidas-ordinales>

### Contraste de hipótesis:

**H<sub>0</sub>:** no existe correlación entre el estado de nutrición y el nivel de estrés.

**H<sub>1</sub>:** existe correlación entre el estado de nutrición y el nivel de estrés.

Para la aceptación o rechazo de la hipótesis e la investigación, se consideró un nivel designificancia del 95%, es decir un nivel de  $\alpha = 5\% = 0,05$ .

Entonces la regla de decisión sería que si la significancia es  $\leq$  a 0,05 se rechaza la hipótesis nula (H<sub>0</sub>).

Para verificar la correlación, utilizó en el programa estadístico SPSS, y para esto establecieron los siguientes criterios; en el caso del estado de nutrición, para las primeras 15 preguntas se le asignó el número 1 a las preguntas que obtuvieron una mayor frecuencia en la respuesta “siempre” y “en ocasiones” y se le asignó el número 2 a las preguntas que obtuvieron una frecuencia mayor en la respuesta “nunca”, quedando así:

| Estado de Nutrición |   |
|---------------------|---|
| Bueno               | 1 |
| Malo                | 2 |

EL nivel de estrés, en las preguntas restantes de la 16 a la 30, se le asignó el número 1 a las preguntas con una mayor frecuencia en la respuesta “nunca”, el número 2 a las preguntas con una mayor frecuencia en la respuesta “en ocasiones” y el número 3 a las preguntas con mayor frecuencia en la respuesta “siempre”, quedando así:

| Nivel de estrés |   |
|-----------------|---|
| Bajo            | 1 |
| Medio           | 2 |
| Alto            | 3 |

Obteniéndose los siguientes resultados:

| Correlaciones   |                 |                             | Nivel de estrés | Edo nutrición |
|-----------------|-----------------|-----------------------------|-----------------|---------------|
| Rho de Spearman | Nivel de estrés | Coefficiente de correlación | 1,000           | ,855**        |
|                 |                 | Sig. (bilateral)            | .               | ,000          |
|                 |                 | N                           | 15              | 15            |
|                 | Edo nutrición   | Coefficiente de correlación | ,855**          | 1,000         |
|                 |                 | Sig. (bilateral)            | ,000            | .             |
|                 |                 | N                           | 15              | 15            |

*Fuente:* tomado del programa de SPSS y elaboración propia (2022)

Como se puede observar, en la tabla anterior se tiene un coeficiente de Rho de Spearman de 0,855, lo cual indica un correlación alta y por el signo positivo es directa, la significancia es de 0 siendo menos a 0,05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula, es decir existe relación entre el nivel de estrés y el estado de nutrición, el estrés de los estudiante se ve afectado

directamente por el estado de nutrición, hay una relación directa entre ellos.

Como era de esperarse, estas variables están relacionadas, ya que el estrés puede ser un problema en sí mismo, sin embargo, este a veces puede conducir a patrones de vida poco saludables, cuando los estudiantes se encuentran bajo mucha presión y estrés estos tienden a elegir alimentos menos nutritivos, como alimentos ricos en azúcares refinados y grasas saturadas; estas opciones de alimentación poco saludables pueden crear más estrés a largo plazo, así como otros problemas de salud importantes



## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

Se debe comprender que los organismos son sistemas que todo lo que los compone está ligado a algo. Por ejemplo, las emociones se relacionan directamente con la calidad de los hábitos, y la alimentación no es la excepción.

Cuando hay estrés se generan hormonas que estimulan la ansiedad. Esto repercute en nuestra manera de consumir la comida, pudiendo generar un abuso o, al contrario, a una disminución significativa de la ingesta.

Lo complicado de esta situación son las consecuencias que puede traer, como sobrepeso, obesidad, diabetes o desnutrición.

Por eso, se debe conocer y estar pendientes de los hábitos alimenticios, tomar conciencia sobre los patrones de consumo que se tienen y reflexionar ante cualquier cambio, por más insignificante que parezca. Por lo que el presente trabajo de investigación dio a conocer que al determinar la relación entre Estrés y el estado nutricional en los estudiantes de Odontología de tercer año de la Universidad de Carabobo (2021-2022), se demuestra que si existe relación entre ambas variables.

Por otro lado al determinar la existencia de estrés en los estudiantes de Odontología de tercer año de la universidad de Carabobo (2021-2022); se puede decir que existe estrés regularmente según sus situaciones estresantes, situaciones de ámbito académico y de hábitos alimenticios. El estrés según sus reacciones psicológicas se vio evidenciado en mayor porcentaje para la ansiedad. La relación entre Estrés y estado nutricional se correlacionó dando como resultado positivamente según el coeficiente de Rho de Spearman

## **Recomendaciones**

Como recomendación principal, sería interesante brindar a los estudiantes un programa de educación dental de prácticas de pregrado, para que eleven la competencia y mejoren sus calificaciones equilibrando su estrés.

Se recomienda también que el estudiante tenga un plan de dieta balanceada con horarios acordes e ideales para ingerir sus alimentos y este a su vez este entrelazado con horarios de las actividades clínicas, así como también mejora del servicio de comedor público y privado para poder brindar y satisfacer todas las expectativas alimenticias de cada estudiante

Participar en programas psicológicos para disminuir el estrés y la incertidumbre que los estudiantes tienen sobre su carrera o profesión dental ya que fueron los factores que más provocaron estrés para los alumnos de odontología de la Universidad de Carabobo

Es importante destacar que para mejorar las reacciones psicológicas debe incorporarse más tiempo para relajarse como paseos en grupo, terapia en grupo e individual para evitar.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anuario de Mortalidad Venezuela 2013. Ministerio del poder popular para la salud. Recuperado a través de URL: <http://www.ovsalud.org/publicaciones/documentos-oficiales/anuario-mortalidad-2013>
- Arellano, N. (2002). Estrés. Consultado el 22 de marzo de 2007, de: [http://www.quadernsddigitals.net/datos-web/emeroteca/nr\\_507/a-7061/7061.html](http://www.quadernsddigitals.net/datos-web/emeroteca/nr_507/a-7061/7061.html).
- Arias, F. (2006). Proyecto de investigación: introducción a la metodología científica (5° ed.) Caracas: Espíteme.
- Arnal D. (2008) Investigación, Educativa, Fundamentos y Metodología. España. Editorial Labor.
- Figuroa L. (2004) Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. Documento en Línea. Disponible en <https://www.scielo.org/article/rsap/2004.v6n2/140-155/es/#:~:text=El%20estado%20nutricional%20es%20el,%2Dsocio%2Decon%C3%B3micos%20y%20ambientales>.
- Código de Deontología Odontológica (1992). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. (1999). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, 36.860 (Extraordinario), Diciembre 30, 1999.
- De la Mata C. 2008 Malnutrición, Desnutrición y sobrealimentación. Jefe de Cátedra de Clínica Dietética y Taller de Tesina, Licenciatura en Nutrición. Centro Regional Rosario, Universidad de Concepción del Uruguay, recuperado en: <https://www.coursehero.com/file/26615421/malnutricion-desnutricion-y-sobrealimentacion-1pdf/u>
- Especificación de las Variables Socioeconómicas, Método de Graffar, Tomado de: Méndez Castellano, H. y De Méndez, M. (1994): Sociedad y Estratificación. Método Graffar-Méndez Castellano. Caracas: Fundacredesa. Disponible en: <https://medicinainternaaldia.files.wordpress.com/2016/07/estratificacic3b3n-social-metodo-graffar-modificado.pdf>
- Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios en relación con el Estrés en Adolescentes de una Academia Universitaria en Villa El Salvador 2016 recuperado a través de URL: [cybertesis.unmsm.edu.pe](http://cybertesis.unmsm.edu.pe)
- Levin R. y Rubin D. (1996) Estadísticas para Administradores. México Editorial Prendice-Hall
- Ley Orgánica de Salud (1998). Gaceta Oficial Número 36.579
- Organización Mundial de la Salud (OMS), 2014. Datos sobre la obesidad. Recuperado de: <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/es>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS), 2010 Estado nutricional
- P. Ravasco<sup>1</sup>, H. Anderson<sup>2</sup>, F. Mardones<sup>3</sup>, 2010 Red de Malnutrición en Iberoamérica del Programa de Ciencia y Tecnología para el Desarrollo (Red Mel-CYTED) Métodos de valoración del estado nutricional, Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112010000900009](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009)
- Paz J. (2017) Relación entre el Nivel de Estrés y Nivel de Ansiedad con el Estado Nutricional y los Hábitos Alimentarios del personal auxiliar y administrativo. Universidad F.A.S.T.A

- facultad de Medicinas recuperado de:  
[http://redi.ufasta.edu.ar:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/861/2015\\_K\\_010.pdf?sequence=1](http://redi.ufasta.edu.ar:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/861/2015_K_010.pdf?sequence=1)
- Relación del estrés académico y estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de nutrición - UNSA (2019) recuperado de:  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9450>
- nolds, W.M. (1986). About Myself RADS form. Odessa: Psychological Assessment Resources
- Sabino C. (1992). El proceso de investigación. Caracas. Panapo
- Sampieri, (2014). Selección de la muestra. En Metodología de la Investigación (6ª ed., pp.170-191). México: McGraw-Hill.
- Sapolsky R (2010). Estrés y su salud recuperado de: <https://www.hormone.org/pacientes-y-cuidadores/el-estres-y-su-salud>
- Tamayo y Tamayo (2008). El Proceso de la Investigación Científica. Limusa Noriega Editores. 4ta
- Torrejón Rabanal Peter Hugo y Pariatanta Mendoza, Cleber (2021) . Estudio denominado Relación entre estrés y rendimiento académico en los estudiantes de estomatología de la universidad Señor de Sipan Chiclayo
- Vásquez F y Janjetic M (2017), Relación entre estado nutricional, consumo de alimentos no nutritivos y percepción de estrés en mujeres perimenopáusicas, Universidad de Buenos Aires recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnut/v45n2/0716-1549-rchnut-45-02-0105.pdf>

## Anexo A



Universidad de Carabobo  
Facultad de Odontología  
Unidad de Investigaciones Morfopatológicas  
UNIMPA



CAU-18-2022

### CONSTANCIA

Quien suscribe, Coordinadora de la Unidad de Investigaciones Morfopatológicas (UNIMPA), Prof. Mariela Pérez Domínguez, hago constar que el proyecto de investigación, PIP-BS-12-22: ***“RELACION DE ESTRÉS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE 3ER AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021 -2022”***, enmarcado dentro de la Línea de Investigación, Biología y Salud, Temática, Nutrición., Subtemática: Evaluación nutricional y antropométrica, presentado por, Br. Keissel Gutiérrez., portadora de la Cédula de Identidad V-24.368.795 y Br. Madison González., portadora de la Cédula de Identidad V-25.145.282, se encuentra adscrito en la UNIMPA.

Constancia que se emite, a solicitud de la parte interesada a los ocho días del mes de agosto del dos mil veintidós.

Atentamente,

Prof. Mariela Pérez-Domínguez  
Coordinadora de la Unidad de Investigaciones Morfopatológicas  
(UNIMPA)





## Anexo B

UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE ODONTOLOGÍA  
COMISIÓN OPERATIVA DE BIOÉTICA Y  
BIOSEGURIDAD

### CERTIFICADO BIOÉTICO

FECHA: 11 / 11 / 22

N° de control COBB: Tg-54-2022

TIPO DE TRABAJO: Ascenso ( ) Informe de investigación ( ) Trabajo de grado (X)

Responsables de la  
Investigación:

1-Madison González Aguilera \_\_\_\_\_ C.I. Nro 25.145.282  
2.-Keissel Gusbellys Gutiérrez Patiño \_\_\_\_\_ C.I. Nro 24.368.795  
3.- \_\_\_\_\_ C. Nro \_\_\_\_\_

Título:

RELACION DE ESTRES Y ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CARABOBO PERIODO LECTIVO 2021-2022


Las condiciones de aprobación, han sido previamente establecidas para la aplicación de esta investigación.

*La aprobación incluye:*

SE CERTIFICA QUE LA INFORMACIÓN CONTENIDA ES VERDADERA, COMO CONSTA EN LOS REGISTROS DE LA COMISIÓN OPERATIVA DE BIOÉTICA Y BIOSEGURIDAD DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA (COBB/FOUC).

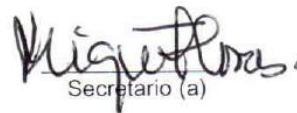
SE CERTIFICA QUE LA INVESTIGACIÓN ESTÁ EN TOTAL ACUERDO CON LAS PAUTAS, PROPUESTAS Y REGULACIONES NACIONALES E INTERNACIONALES ESTABLECIDAS A TAL EFECTO. EL CUMPLIMIENTO DE LA NORMATIVA DE APROBACIÓN INICIAL, LA ETAPA DE SEGUIMIENTO, COMO EL RESGUARDO DE LOS CONSENTIMIENTOS INFORMADOS APLICADOS, SON RESPONSABILIDAD DEL INVESTIGADOR (ES).

CERTIFICADO BIOÉTICO EMITIDO POR LA COMISIÓN OPERATIVA DE BIOÉTICA Y BIOSEGURIDAD DE LA FOU, REQUISITO PREVIO A LA PRESENTACIÓN PÚBLICA DE LA INVESTIGACION.

  
Coordinador (a)

Sello  
Universidad de Carabobo  
Facultad de Odontología  
Comisión de Bioética y  
Bioseguridad

  
Miembro

  
Secretario (a)



### Anexo C

## CARTA DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR ACADÉMICO

Yo, \_\_\_\_\_: Titular de la Cédula de Identidad N° \_\_\_\_\_, de Profesión \_\_\_\_\_

Por la presente hago constar que acepto asesorar en calidad de Tutor el Trabajo Final de Investigación elaborado por el (la) Ciudadano(a):

1.) \_\_\_\_\_ C.I.: \_\_\_\_\_

2.) \_\_\_\_\_ C.I.: \_\_\_\_\_

Cuyo Título es: \_\_\_\_\_

---



---



---



---

Dicha tutoría comprende desde la elaboración del Proyecto de Investigación hasta la presentación y entrega del Trabajo Final.

En Bárbula, a los \_\_\_\_\_ días del mes de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_ C.I.: \_\_\_\_\_

**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**Facultad de Odontología**  
**Dpto. Formación Integral del Hombre**  
**Informe de Investigación**

---

**Anexo D. Cuestionario**

El presente cuestionario tiene como objetivo **Relacionar el estrés y el estado nutricional que presentan los estudiantes de tercer año de la facultad de odontología de la universidad de Carabobo**, por lo que se presenta una serie de preguntas politómicas, el cual debe responder

(Nunca- En ocasiones-Siempre) . Dicha información es necesaria y valiosa para desarrollar el trabajo netamente investigativo titulado: “Relación de estrés y estado nutricional en estudiantes de 3er año de la Facultadde Odontología de la universidad de Carabobo periodo lectivo 2021 -2022”.

**DATOS DE IDENTIFICACION**

FECHA \_\_\_\_\_ CI \_\_\_\_\_  
 NOMBRE Y APELLIDO \_\_\_\_\_  
 SEXO \_\_\_\_\_ AÑO QUE CURSA \_\_\_\_\_  
**INTRUCCIONES**

Lea cuidadosamente cada pregunta antes de responder, para cada ítem corresponde a una sola respuesta.

Sea sincero y objetivo al momento de marcar la respuesta que ud considere

Por favor, marque con una “X” de acuerdo a tu criterio

|          | <b>PREGUNTA</b>  | <b>Siempre</b> | <b>Enocasiones</b> | <b>Nunca</b> |
|----------|--|----------------|--------------------|--------------|
| <b>1</b> | Consume alimentos proteicos (pollo, carne, pescados)                           |                |                    |              |
| <b>2</b> | incluye en su dieta diaria alimentos energéticos (Frutas, dulce, miel, pastas) |                |                    |              |



|    |   |  |  |  |
|----|---|--|--|--|
| 3  | Ingiera grasas trans (comida rápida, galletas, helados margarina)   |  |  |  |
| 4  | He experimentado las consecuencias que genera ingerir constantemente grasas trans (obesidad, ansiedad, mareos, acné)  |  |  |  |
| 5  | Identifica cuales alimentos de su dieta diaria contienen grasas trans   |  |  |  |
| 6  | Lleva un registro de la cantidad de calorías que consume al día   |  |  |  |
| 7  | Considera que cumple con la ingesta calórica necesaria diariamente de 200kcal   |  |  |  |
| 8  | Ingiera algún tipo de alimento antes de asistir a la clínica de la facultad de odontología  |  |  |  |
| 9  | Considera que las horas de guardia clínica influyen en el consumo de los alimentos a deshoras   |  |  |  |
| 10 | Deja de comer en lo absoluto cuando posee múltiples asignaciones en el área clínica   |  |  |  |
| 11 | Al terminar sus actividades diarias en el área clínica se siente con exceso de apetito  |  |  |  |
| 12 | Al no tener el tiempo suficiente para ingerir los alimentos durante área clínica sustituyes los alimentos proteicos por comida rápida   |  |  |  |
| 13 | Su nivel socioeconómico incide directamente en su ingesta de alimentos  |  |  |  |
| 14 | Considera que los alimentos a los cuales tienen accesos los estudiantes de odontología de 3er año en la Universidad de Carabobo cumplen con los requerimientos alimenticios recomendados por expertos |  |  |  |
| 15 | Cree Ud. que podría mejorar sus hábitos alimenticios  |  |  |  |
| 16 | Existe competencia excesiva entre los estudiantes que pueda generar estrés  |  |  |  |
| 17 | Cree que las exigencias en el área clínica en su mayoría generan estrés   |  |  |  |
| 18 | Considera que existe relación entre el estrés y la falta de apetito   |  |  |  |
| 19 | Ha presentado pérdida de peso en los últimos tres meses debido al estrés.   |  |  |  |
| 20 | Me siento calmado cuando ingiero alimentos a la hora  |  |  |  |
| 21 | Me siento seguro luego de haber desayunado antes de entrar a las actividades clínicas   |  |  |  |
| 22 | Me siento angustiado si no tengo apetito en lo absoluto durante las actividades clínicas  |  |  |  |
| 23 | Me siento nervioso al ingerir alimentos en horario cercanos a la guardia clínica por presentar alguna complicación digestiva  |  |  |  |

|           |   |  |  |  |
|-----------|---|--|--|--|
| <b>24</b> | Me gustaría tener el tiempo adecuado para ingerir los alimentos   |  |  |  |
| <b>25</b> | Me siento desmotivado cuando estoy en el área clínica y no tengo el tiempo suficiente de ingerir alimentos                          |  |  |  |
| <b>26</b> | Estoy inconforme por no cumplir una dieta diaria adecuada   |  |  |  |
| <b>27</b> | Estoy satisfecho con todos los alimentos que consumo diariamente  |  |  |  |
| <b>28</b> | Me siento alegre porque ingiero los alimentos de mi preferencia   |  |  |  |
| <b>29</b> | Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones en la vida cotidiana antes de entrar al área clínica me pongo tenso                    |  |  |  |
| <b>30</b> | Considera que al momento de realizar una defensa de historia o tratamiento odontológico desaparece el apetito debido al alto estrés |  |  |  |

¡¡Muchas Gracias...!!



| ASPECTOS GENERALES  | SÍ | NO | OBSERVACIONES |
|---|----|----|---------------|
| El instrumento contiene instrucciones para las respuestas   |    |    |               |
| Los ítems permiten el logro del objetivo relacionado con el diagnóstico   |    |    |               |
| Los ítems están presentes en forma lógica-secuencial  |    |    |               |
| El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems que hagan falta |    |    |               |

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

| VALIDEZ                                  |  |              |  |
|--|--|--------------|--|
| APLICABLE                                |  | NO APLICABLE |  |
| APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES |  |              |  |

Validado por:

Cédula de Identidad:

Fecha:

E-mail:

Teléfono(s):

Firma: \_\_\_\_\_



## Anexo F.

**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**Facultad de Odontología**  
**Dpto. Formación Integral del Hombre**  
**Informe de Investigación**

Formulario de Consentimiento informado para investigación.

**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**FACULTAD DE ODONTOLOGÍA**

***Consentimiento Informado***

Este documento está dirigido a los estudiantes, de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo Sede –Valencia, a quienes se les solicita participar en la investigación realizada por el profesor tutor: Olimar Márquez y las bachilleres Madison González y Keissel Gutiérrez, el cual, lleva por nombre: Relación de estrés y estado nutricional en estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la universidad de Carabobo periodo lectivo 2021 -2022. Este trabajo forma parte de la línea de investigación: Biología Humana de la unidad de investigación Morfo patológica (UNIMPA). La cual tiene como norte relacionar el estrés y el estado nutricional de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo. La investigación es de tipo descriptiva y se realizará con la participación de los estudiantes de 3er año de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo Facultad de Odontología. La forma de participación será mediante la aplicación de un cuestionario de tipo Linkert de respuestas cerradas. La información suministrada es enteramente confidencial y se empleará con fines netamente académico investigativo el cual tendrá un (1) año aproximado de duración; los investigadores se comprometen en contactar a los participantes para notificar cualquier avance o nuevo hallazgo. Será la profesora Olimar Márquez y los bachilleres Madison González y Keissel Gutiérrez por medio de sus teléfonos de contacto 0412-053-653, 0414-174-0619 a quienes debo buscar a tal fin. Como beneficio la investigación sus resultados permitirán generar datos de interés en el área de investigación, además de engrosar la producción científica de la citada línea.

Como participante he recibido toda la información necesaria, también tuve la oportunidad de formular preguntas para mi entendimiento las cuales fueron respondidas con claridad y a profundidad. Además, se me explicó que el estudio no

implica ningún tipo de riesgo, gasto, no recibiré pago o bonificación alguna, mi participación es voluntaria y puedo dejar de participar en el momento que yo lo decida. Bajo ningún concepto o razón la institución donde se realizará el estudio dejará de prestarme servicio, si lo necesito. Así mismo se garantiza la confidencialidad de los datos obtenidos. Reconozco que fui informado de los resultados de este trabajo, que serán publicados, sometidos a defensa y presentación pública, podrán ser llevados a revista y/o evento científico. Como fuente adicional de información asistiré a la institución que respalda el estudio en cuestión.

Finalmente, este procedimiento se inscribe en el buen trato a los participantes en investigaciones científicas, garantizando el cumplimiento de los principios bioéticos, según Código de Ética Para la Vida (2011).

Con este documento dejo expresó mi consentimiento a participar,

Nombre del Participante: \_\_\_\_\_ Firma :  
\_\_\_\_\_

Nombre del entrevistador: \_\_\_\_\_ Firma :  
\_\_\_\_\_

Nombre del testigo: \_\_\_\_\_

Fecha del procedimiento de consentimiento: \_\_\_\_\_

### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

| Meses y semanas         | 1     | 2       | 3     | 4     | 5     |
|-------------------------|-------|---------|-------|-------|-------|
| Actividades             | Enero | Febrero | Marzo | Abril | Mayo  |
| Revisión de Instrumento | _____ |         |       |       |       |
| Estudio piloto          | _____ | _____   |       |       |       |
| Análisis piloto         | _____ | _____   |       |       |       |
| Rediseño                | _____ | _____   |       |       |       |
| Muestreo                |       | _____   | _____ |       |       |
| Trabajo de campo        |       | _____   | _____ |       |       |
| Procesamiento de datos  |       |         | _____ | _____ |       |
| Análisis                |       |         | _____ | _____ |       |
| Informe final           |       |         |       |       | _____ |