

Universidad Evangélica de El Salvador

Facultad de Medicina

Escuela de Nutrición y Dietética

Licenciatura en Nutrición y Dietética



UNIVERSIDAD EVANGÉLICA
DE EL SALVADOR

“Factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes del servicio social”

De la Licenciatura en Nutrición y Dietética, Universidad Evangélica de El Salvador”

Informe Final de Investigación

Integrantes

Barrientos Flores, Fabiola Abigail

Guzmán Sánchez, Brenda Esmeralda

Quintanilla Henríquez, Lourdes Gabriela

Fecha de presentación: 09 de septiembre de 2021



INSTRUMENTO 4

VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN SOCIAL



REMISIÓN DE INFORME FINAL

San Salvador, 10 de septiembre de 2021

Dr. Carlos Monchez
Presidente del CIC
Facultad de Medicina
Presente

Estimado Dr.:

Por este medio remito el ejemplar del informe final del trabajo de investigación titulado: **Factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes del servicio social** De la **Licenciatura en Nutrición y Dietética, Universidad Evangélica de El Salvador**, elaborado por los estudiantes: *Barrienas Flores Fabiola Abigail, Guzmán Sánchez Brenda Esmeralda, Quintanilla Henríquez Lourdes Gabriela*, de la carrera **Lic. En Nutrición y dietética**.

Este informe lo he revisado minuciosa detalladamente y doy fe que en su elaboración han seguido los lineamientos para investigación o de innovación que tiene la Universidad y se han cumplido con los objetivos planteados en la investigación.

Atentamente

Johanna Campos
Nombre y firma
Asesor



INSTRUMENTO 5
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN SOCIAL
ACTA DE RESOLUCIÓN DE
EVALUACIÓN DE INFORME FINAL



FACULTAD: MEDICINA
CARRERA: LICENCIATURA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Este día 9 de Septiembre de 2021, reunida la Comisión Evaluadora en el Campus de la Universidad Evangélica de El Salvador, para evaluar el Informe Final de Trabajo de investigación titulado:

“Factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes del servicio social”
 el cual ha sido presentado por los estudiantes:

	Nombre completo del estudiante	Firma
1	Fabiola Abigail Barrientos Flores	
2	Brenda Esmeralda Guzmán Sánchez	
3	Lourdes Gabriela Quintanilla Henríquez	

Esta Comisión utilizando el instrumento para evaluación de informes finales que la Dirección de Investigación ha elaborado para tal fin (Instrumento 6 y 7) ha asignado las notas y promedio que a continuación se detallan.

Nombre de los miembros de la Comisión Evaluadora	Calificación estudiante 1		Calificación estudiante 2		Calificación estudiante 3	
	Documento escrito	Presentación oral	Documento escrito	Presentación oral	Documento escrito	Presentación oral
Presidente	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
Secretario	9.20	9.00	9.20	9.00	9.20	9.00
Vocal	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
Promedio parcial	9.07	9.00	9.07	9.00	9.07	9.00
Promedio Global obtenido en número y letras	9.04 nueve punto cero cuatro		9.04 nueve punto cero cuatro		9.04 nueve punto cero cuatro	

Anejar los formularios llenos utilizados en la evaluación

Esta Comisión Evaluadora Acuerda APROBAR y para constancia firmamos.

Nombre Presidente Ana Beatriz Alvarado Firma

Nombre Secretario Mariana Cecilia Guzmán de Hoces Firma

Nombre Vocal Johanna Campos de Chavarria Firma



ANEXO

CARTA DE AUTORIZACIÓN

Nosotros Brenda Esmeralda Guzmán Sánchez, Fabiola Abigail Barrientos Flores y Lourdes Gabriela Quintanilla

Henríquez (Nombres y apellidos), con

DUI 05071251-8, 06065152-8, 05454264-8 alumnos de las

Carreras de

Licenciatura en Nutrición y Dietética

(nombre de la carrera), de la Universidad Evangélica de El Salvador,

Manifestamos:

6) Que somos los autores del proyecto de graduación:

Factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes del servicio social

(en adelante, obra) presentado como finalización de la(s) carrera(s)

Licenciatura en Nutrición y Dietética

dirigido por el Asesor Licda. Johanna Campos de Chavarría, de la Facultad de Medicina de la Universidad Evangélica de El Salvador.

7) Que la obra es una obra original y que no infringe los derechos de propiedad intelectual ni los derechos de publicidad, comerciales de propiedad industrial o de otros, y que no constituye una difamación, ni una invasión de la privacidad o de la intimidad, ni cualquier injuria hacia terceros.

8) Que la obra no infringe los derechos de propiedad intelectual de terceros, responsabilizándome ante la Universidad en cualquier reclamación que se pueda hacer en este sentido.

9) Que estamos debidamente legitimados para autorizar la divulgación de la obra mediante las condiciones de la licencia de Creative Commons:

- Reconocimiento (cc by)
- Reconocimiento-Compartir (cc by-sa)
- Reconocimiento-SinObraDerivada (cc by-nd)
- Reconocimiento-No comercial (cc by-nc)
- Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual (cc by-nc-sa)
- Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada (cc by-nc-nd)

de acuerdo con la legalidad vigente.

10) Que conocemos y aceptamos las condiciones de preservación y difusión de la Red de Bibliotecas de universitarias.

Por tanto Solicitamos:

Que la obra quede depositada en las condiciones establecidas anteriormente, en el Catálogo de la Web de Biblioteca y Repositorios pertinentes, y en consecuencia aceptamos se publique bajo la licencia antes expuesta y con una vigencia igual a la de los derechos de autor.

Firman Brenda Esmeralda Guzmán Sánchez
Fabiola Abigail Barrientos Flores.
Lourdes Gabriela Quintanilla Henríquez.

San Salvador, 13 de septiembre de 20 21

Tabla de contenido

RESUMEN	1
INTRODUCCIÓN	3
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
Situación problemática	4
Enunciado del problema	6
Objetivos de la investigación	6
Objetivo general	6
Objetivos específicos	6
Contexto de la investigación	7
Justificación	8
Viabilidad y factibilidad del estudio	8
CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	9
A. Estado actual	9
Antecedentes	9
Base teórica	10
Anatomía del estómago	10
Gastritis	10
Manifestaciones clínicas	11
Complicaciones de la gastritis	11
Causas	12
Clínica	13
Gastritis y fármacos	14
Los hábitos alimentarios	15
Factores que intervienen en los hábitos alimentarios	16

Consejos prácticos para mantener una alimentación saludable	17
Beneficios para la salud de tomar agua	17
Importancia de establecer horarios para las comidas	18
B. Hipótesis o supuestos teóricos.....	19
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	20
A. Enfoque y tipo de investigación.....	20
B. Sujetos y objeto de estudio.	20
1. Unidades de análisis. Población y muestra.....	20
2. Variables e indicadores. Relación de congruencia	22
C. Técnicas, materiales e instrumentos	23
1. Técnicas y procedimientos para la recopilación de la información	23
2. Instrumentos de registro y medición	23
D. Aspectos éticos de la investigación	24
E. Procesamiento y análisis.....	24
F. Estrategias de utilización de resultados	25
CAPITULO IV: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	26
A. Análisis Descriptivo	26
B. Análisis inferencial.....	34
C. Discusión de resultados	35
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	36
A. Conclusiones	36
B. Recomendaciones.....	37
BIBLIOGRAFÍA	38
ANEXOS	42
Anexo 1: Cronograma de actividades.....	42

Anexo 2: Presupuesto	43
Anexo 3: Cuestionario.....	44
Anexo 4: Consentimiento informado	48
Anexo 5: ARTÍCULO CIENTÍFICO DE INVESTIGACIÓN.....	49

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como propósito describir los factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador, en el periodo de enero a julio de 2021, el objetivo del estudio fue determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética, fue una investigación con enfoque cuantitativo de tipo correlacional, diseño no experimental y de corte transversal, con una población de 34 estudiantes en servicio social entre los 22 a 35 años. La técnica de recolección de datos fue la entrevista y el instrumento el cuestionario. El procesamiento y tabulación de datos se realizó en Excel al igual que la prueba Chi-Cuadrado. Resultados: de la población encuestada el 46 % consumió comida rápida, referente al consumo de frutas y verduras, el 50 %, consumió frutas y el 77 % verduras, en cuanto al consumo de alcohol, el 38 % si consumió bebidas alcohólicas y el 19 % se automedicó, siendo el ibuprofeno, el AINES más consumido. Conclusión: de acuerdo a los resultados obtenidos se demostró que no hay relación significativa para el desarrollo de gastritis, ya que la mayoría de los estudiantes tiene hábitos alimentarios adecuados, el 85 % consumió su desayuno, el 62 % no consumió alcohol y el 65 % no tomó medicamentos.

PALABRAS CLAVE: Factores de riesgo, gastritis, hábitos alimentarios, estudiantes.

ABSTRACT

The present research paper aimed to describe the risk factors related to the development of gastritis in social service students of the Degree in Nutrition and Dietetics of the Evangelical University of El Salvador, in the period from January to July 2021, the objective of the study was to determine the risk factors associated with the development of gastritis in social service students of the Degree in Nutrition and Dietetics, was a quantitative research with correlational type, nonexperimental design and cross-sectional, with a sample of 34 students in social service between 22 to 35 years. The data collection technique was the interview and the questionnaire. Data processing and tabulation was performed in Excel as was the Chi-Square test. Results: 46 % of the surveyed population consumed fast food, referring to the consumption of fruits and vegetables, 50 %, consumed fruits and 77 % vegetables, in terms of alcohol consumption, 38 % if consumed alcoholic drinks and 19% self-medication, being ibuprofen, the most consumed AINEs. Conclusion: according to the results obtained it was shown that there is no significant relationship for the development of gastritis, since most students have adequate eating habits, 85 % consumed their breakfast, 62 % did not use alcohol and 65 % did not take medicines.

KEYWORDS: Risk factors, gastritis, eating habits, students.

INTRODUCCIÓN

La gastritis ocurre cuando el revestimiento del estómago resulta inflamado. La gastritis puede durar solo por un corto tiempo (gastritis aguda) o perdurar durante meses o años (gastritis crónica). ¹

En la actualidad, el desarrollo de gastritis en los estudiantes universitarios, es muy frecuente, ya que están expuestos a condiciones estresantes, como presión en los estudios; trabajar y estudiar a la vez para poder sostenerse económicamente; conflictos familiares; malos hábitos alimentarios, como no comer en un horario establecido o saltarse comidas, consumir comida chatarra; además, de vicios como, consumir bebidas embriagantes, energéticas o tabaquismo, que pueden conducir a un deterioro en el organismo y con ello la aparición de otras enfermedades como la colitis.

El contenido del estudio estuvo enmarcado dentro de los pasos metodológicos de la investigación científica, expuestos en el Capítulo I, que comprende: el planteamiento del problema, donde se describió la situación problemática, el enunciado del problema de la investigación, la justificación, objetivo general y específicos, en los cuales se basó la investigación.

En el Capítulo II, se desarrolló el marco teórico conceptual, con los antecedentes del problema, exponiendo aspectos en donde se reflejó la importancia de conocer los factores que predisponen el desarrollo de la gastritis.

El Capítulo III, contempló la Identificación y operacionalización de variables, en donde se dio a conocer los factores que favorecen el desarrollo de la enfermedad. Se presentó la metodología de la investigación, la cual incluye el tipo de investigación que se realizó, población, métodos, técnicas e instrumento. El capítulo IV, comprendió el análisis y el capítulo V, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Situación problemática

La gastritis es un término general para un grupo de enfermedades con un punto en común: la inflamación del revestimiento del estómago. La inflamación de la gastritis generalmente se produce por la misma infección bacteriana que provoca la mayoría de las úlceras estomacales. El uso frecuente de determinados analgésicos y beber demasiado alcohol también pueden contribuir a la gastritis.¹ Tener malos hábitos alimenticios puede ser desencadenante o empeorar los síntomas de la gastritis, los ayunos prolongados, las grasas, el alcohol, el cigarrillo, el café, el chocolate y té, inciden en la aparición de dicho trastorno.²

La gastritis puede ocurrir súbitamente (gastritis aguda) o lentamente con el tiempo (gastritis crónica). En algunos casos, la gastritis puede producir úlceras y un mayor riesgo de sufrir cáncer de estómago. Pero, para la mayoría de las personas, la gastritis no es grave y mejora rápidamente con tratamiento.¹

La etapa universitaria, es una de las más aceleradas, emocionantes y difíciles, esto repercute en la salud y se manifiesta de muchas maneras, siendo la gastritis una de las más comunes. El consumo de comida picante, condimentada, alta en grasas, alcohol, tabaco, ingesta de medicamentos antiinflamatorios, estrés, depresión, ansiedad, ayunos prolongados son las principales causas de la gastritis, que afecta cada vez más a los jóvenes.

Los estudiantes en servicio social se enfrentan a horarios no establecidos o fijos para tomar los alimentos debido a que deben de realizar su jornada en las clínicas o centros de salud por lo que al haber una alta demanda de pacientes, la hora de los alimentos se retrasa, incluyendo la primera comida del día, ya que deben presentarse a tempranas horas en los establecimientos y muchos de ellos no desayunan, por falta de tiempo no preparan sus alimentos y deben consumir alimentos preparados fuera de sus hogares, los cuales pueden no ser saludables.

La gastritis, es una enfermedad que con el pasar de los años, al no tratarse puede conllevar a problemas graves con consecuencias irremediables para el sistema digestivo, si no se trata, puede causar úlceras y hemorragias estomacales.

En 2016, realizó un estudio La Universidad Autónoma de ICA de La Provincia de Chíncha, Perú, la cual investigó sobre los factores que producen la gastritis en los estudiantes de administración del V ciclo. Como resultado del estudio se concluyó que un 80 % de los estudiantes desconocía las causas que provocan la gastritis y un 90 %, no tiene una adecuada alimentación, ya sea por motivo de estudio, trabajo, estrés u otro. La encuesta reveló, que del 80 % de los encuestados, el 78 % no desayuna, la cual es una de las principales causas de inicio de gastritis. ³

Otro estudio, de 2016, destacó la prevalencia de los factores de riesgo de la gastritis en universitarios de Huancayo de Perú y este determinó que el 56 % prevalecieron los factores de riesgo, el 69.9 % estuvo expuesto al estrés académico, laboral y familiar, el 3.5 % desarrolló epigastralgia muy frecuentemente, el hábito alimenticio con mayor incidencia fue el consumo de alimentos fritos o dorados con un 81.8 %, finalmente entre los hábitos toxicológicos se encontró, el consumo de gaseosas con el 11.9 % y el 2.8 % tomó alcohol.⁴

Además de la prevalencia de los factores de riesgo para el desarrollo de gastritis en los universitarios de Huancayo se encontró, que el 56.6 % tomó antiinflamatorios, el 62.2 % consume alimentos muy fríos o muy calientes, el 50.3 % realizó ayunos por espacios mayores a 8 horas y el 47.6 % estuvo expuesto a infección por *Helicobacter pylori*, el 53.8 % consumió alimentos en exceso y finalmente el 69.9 % les falta tiempo para cumplir con sus tareas y la constante exposición al estrés. ⁴

Sobre los hábitos alimenticios, el 51.7 % no tomó su desayuno todos los días, el 54.5 % consumió sus alimentos fuera de casa y el 57.3% consumió una porción de fruta al día y otra de verduras del tamaño de un puño, el 81.8 % consumió alimentos fritos o dorados y finalmente el 41.3 % comió cinco veces al día.⁴

Enunciado del problema

¿Cuáles son los factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en los estudiantes del servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador, en el periodo de enero a junio de 2021?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

- Determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

Objetivos específicos

- Identificar los factores de riesgo de gastritis en estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.
- Establecer la prevalencia de gastritis según sexo y edad de los estudiantes de servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.
- Determinar los hábitos alimentarios en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.
- Establecer la relación de los factores de riesgo para el desarrollo de gastritis en estudiantes de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

Contexto de la investigación

Hoy en día muchas personas padecen de gastritis, ya sea tratada o no, sin dejar de lado que muchos estudiantes no solo en el ámbito universitario, pueden padecer de gastritis debido a distintos factores que pueden desencadenar el desarrollo de la misma, lastimosamente, El Salvador, no cuenta con datos acerca de la prevalencia de la gastritis, en la población, por parte del Ministerio de Salud (MINSAL), ni de otra institución.

A escala mundial, la gastritis afecta a más de 25 % de la población, siendo su principal causa el *Helicobacter pylori* en más del 90 % de los casos. Aunque se ha descrito siempre que dicha enfermedad aumenta su incidencia y prevalencia con la edad, últimamente, también, sucede en la población de menor edad, lo cual está relacionado con el aumento cada vez mayor de los factores de riesgo en la juventud actual.⁵

La mucosa gástrica resiste la irritación y habitualmente puede soportar la acción de un ácido muy fuerte. Sin embargo, en la gastritis, la mucosa gástrica se irrita. Esta se divide en dos categorías en función de su gravedad en erosiva y no erosiva. La gastritis erosiva, es más grave que la gastritis no erosiva. Esta forma produce tanto inflamación como desgaste (erosión) de la mucosa gástrica. La gastritis erosiva suele evolucionar de forma repentina (lo que se conoce como gastritis erosiva aguda), aunque también puede desarrollarse lentamente (lo que se denomina gastritis erosiva crónica), por lo general en personas que están por lo demás sanas.⁶

La gastritis no erosiva se caracteriza por alteraciones en la mucosa gástrica que van desde el desgaste (atrofia) a la transformación del tejido gástrico en otro tipo de tejido intestinal (metaplasia). A menudo, varios tipos de glóbulos blancos se acumulan en el estómago y provocan diversos grados de inflamación. Los glóbulos blancos pueden provocar inflamación en la totalidad del estómago o sólo en ciertas partes.⁶

Se realizó esta investigación con el objetivo de identificar los factores de riesgo asociados al desarrollo de la gastritis, en los estudiantes que realizan su servicio social en las distintas Unidades Comunitarias de Salud Familiar (UCSF) y hospitales de la red de salud de El Salvador, de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la

Universidad Evangélica de El Salvador, ubicada en Prolongación Alameda Juan Pablo II, Calle El Carmen San Antonio Abad, San Salvador, de manera virtual, no presencial.

Justificación

La presente investigación se enfocó en estudiar los factores de riesgo para el desarrollo de gastritis en los estudiantes en servicio social de la carrera de Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador. En el área de nutrición se sabe la importancia de los horarios de comidas y que, por diversos factores como falta de tiempo, ambiente, carga de trabajo, estrés, entre otros, no se sigue el patrón alimentario al cual se está acostumbrado y por ende se puede llegar a desarrollar este tipo de enfermedad.

Este trabajo de investigación es de vital importancia porque brindó los conocimientos necesarios sobre la sintomatología de la enfermedad, así como los factores que aumentan el riesgo de su desarrollo. Se buscó la prevenir el desarrollo de la sintomatología de la gastritis con recomendaciones nutricionales deseando que esta información sea de apoyo para dar a conocer los riesgos que implican el desarrollo de la gastritis.

Viabilidad y factibilidad del estudio

El Proyecto de investigación se consideró viable, debido a que se cuenta con el apoyo de la Escuela de Nutrición y Dietética y de la Universidad Evangélica de El Salvador, ya que la investigación se realizó con estudiantes de servicio social de la carrera de la Licenciatura en Nutrición y Dietética, respetando la confidencialidad de la información.

Además, se contó con el tiempo, recurso humano y recursos materiales necesarios para llevar a cabo la investigación. Es decir, que se contó con viabilidad técnica, temporal, económica y ética.

CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

A. Estado actual

Antecedentes

Cabe destacar que la principal causa de la gastritis es el *Helicobacter pylori*, que, a escala mundial, tiene gran incidencia y prevalencia de 20-50 % en adultos de países desarrollados y hasta 90 % en países subdesarrollados. Alrededor de 10 % desarrollará úlcera péptica y menos del 1 %, cáncer gástrico (adenocarcinoma o linfoma gástrico).⁵

Dentro de las enfermedades gastrointestinales más comunes se encuentra la gastritis, cuyo concepto clásico ha experimentado importantes cambios, fundamentalmente a partir del descubrimiento y caracterización del *Helicobacter pylori*, que es considerado un patógeno humano de interés global de acuerdo a estudios realizados, se puede determinar que la mitad de la población mundial presenta colonización de *Helicobacter pylori* a nivel del tubo digestivo y se concluyó que de acuerdo a las estadísticas, en los países como Ecuador y en países subdesarrollados el 60 y 70 % presenta la infección, por lo tanto, la mayoría de los pacientes van a desarrollar una gastritis.⁸

Gaspar y Jacobe, realizaron una investigación, para identificar la prevalencia de factores de riesgo de la gastritis en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Farmacia y Bioquímica y de Nutrición Humana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana los Andes de Huancayo, en la que se tuvo la participación de 143 encuestados, 97 de la Escuela de Farmacia y Bioquímica, el resto de la Escuela de Nutrición Humana, entre las edades de 17 a 32 años, con mayor participación de estudiantes del sexo femenino se obtuvieron resultados en los cuales el estrés predisponente de responsabilidades tanto laborales como estudiantiles generan el padecimiento de gastritis, aunado a esto el consumo de medicamentos, alimentos fríos o muy calientes, la realización de ayunos prolongados, consumo de alimentos fuera de casa, están íntimamente relacionados al desarrollo de gastritis.⁴

Base teórica

Anatomía del estómago

El estómago es la parte del tubo digestivo comprendido entre el esófago y el intestino delgado. La válvula que comunica el esófago con el estómago es el cardias, seguido del cuerpo gástrico con sus dos curvaturas (la curvatura menor y la curvatura mayor) para desembocar en el duodeno atravesando el píloro.⁹

El estómago tiene dos funciones fundamentales: la secretora, que inicia el proceso de la digestión y la motora, que tritura, mezcla y finalmente evacua el quimo hacia el duodeno. La actividad secretora se produce a través de:

- Glándulas cardiales. Productoras de moco y pepsinógeno II. ⁹
- Glándulas del cuerpo gástrico. Tienen la secreción más específica a cargo de las células parietales productoras de ácido clorhídrico y factor intrínseco. ⁹
- Células principales. Segregan pepsinógeno I. ⁹

El ácido clorhídrico y la pepsina representan los factores agresivos de la mucosa gástrica, mientras que el moco y el bicarbonato son dos de los componentes de la llamada barrera mucosa que protegerán la mucosa gástrica.⁹

Gastritis

La gastritis, es la inflamación de la mucosa gástrica que reviste por dentro al estómago para protegerlo de los jugos gástricos. Su tiempo de duración es desconocido, pero se estima a la gastritis aguda que es sólo por un período relativamente corto y es considerado un ataque; por otro lado, la gastritis crónica, puede permanecer durante 2 o 10 años y en su avance se da un proceso prolongado. Se presenta en personas que abusan del alcohol, tiene malos hábitos alimenticios y abusan del consumo de analgésicos. Si no se le da un tratamiento efectivo, puede que una úlcera gástrica se genere o se aumente el potencial de sufrir cáncer.¹⁰

Manifestaciones clínicas

La gastritis, por lo general, no causa síntomas. Cuando se presentan, varían dependiendo de la causa y pueden consistir en dolor o malestar, náuseas o vómitos, problemas que las náuseas y los vómitos intermitentes pueden ser el resultado de formas más severas de gastritis, como por ejemplo la gastritis erosiva y la gastritis por radiación. Puede aparecer indigestión, especialmente en la gastritis erosiva, la gastritis por radiación, la gastritis por post gastrectomía y la gastritis atrófica. También puede producirse dispepsia muy leve en la gastritis aguda por estrés.⁶

Complicaciones de la gastritis

- Las complicaciones de la gastritis son
- Hemorragia
- Úlceras
- Estrechamiento de la salida del estómago

La gastritis aguda por estrés puede derivar en hemorragia a los pocos días de una enfermedad o lesión, mientras que la hemorragia tiende a evolucionar más lentamente en el caso de la gastritis erosiva crónica o la gastritis por radiación. Si la hemorragia es leve y lenta, es posible que la persona no presente síntomas o que solo note un color negruzco en las heces (melena) que tiene su origen en el color oscuro de la sangre digerida. Si la hemorragia es más rápida, la persona puede vomitar sangre o puede pasar sangre a las heces. La hemorragia persistente causa síntomas de anemia, como cansancio, debilidad y aturdimiento.⁶

La gastritis puede derivar en la formación de úlceras gástrica y provocar un empeoramiento de los síntomas. Si una úlcera perfora la pared del estómago, el contenido gástrico se esparce a la cavidad abdominal, produciendo inflamación y frecuentemente infección del revestimiento de la cavidad abdominal (peritonitis), con un empeoramiento súbito del dolor.⁶

Algunas complicaciones de la gastritis evolucionan lentamente. La cicatrización y el estrechamiento de la salida del estómago, puede ser consecuencia de la gastritis,

especialmente en la gastritis por radiación y eosinofílica, pueden causar náuseas intensas y vómitos frecuentes.⁶

Causas

Las causas de la gastritis son variadas, debido a que existen diversos agentes que podrían causar la descomposición de las paredes mucosas que protegen el estómago. Entre ellas están:

- **Bacterias:** Infección por la bacteria *Helicobacter pylori*. Al poder sobrevivir en ambientes ácidos, esta bacteria se logra ubicar en el estómago y desintegra la mucosa que lo cubre. Suele contagiarse por aguas contaminadas, alimentos o contacto con otras personas que lo padezcan.¹¹
- **Alimentos altos en grasa y que no proveen fibra:** Una dieta alta en estos alimentos produce irritaciones en el estómago y un sobre esfuerzo, así la persona no los percibe inmediatamente.¹¹
- **Medicamentos antiinflamatorios:** Medicamentos tales como la aspirina, el ibuprofeno u otros, causan irritación a la mucosa estomacal. Antes de consumirlo, consulta a tu médico de confianza y evita automedicarte.¹¹
- **Anemia perniciosa:** En este tipo de anemia, el estómago es incapaz de absorber nutrientes como la vitamina B12 para mantener el cuerpo sano y equilibrado.¹¹
- **Reflujo gástrico:** Se da cuando el reflujo vuelve al esófago y lo irrita, causando úlceras. Es producto de un horario alimenticio desordenado y malos hábitos.¹¹
- **Causas emocionales:** En estos casos, el estrés causa el debilitamiento del revestimiento mucoso del estómago, provocando gastritis.¹¹

- **Otros malos hábitos:** El cigarro y el alcohol, además de hacer daño a nuestro hígado y pulmones, son fuertes detonantes de gastritis de tipo aguda.¹¹
- **La edad:** El pasar de los años hace que naturalmente se vaya degenerando el revestimiento estomacal.¹¹

Clínica

La gastritis aguda, no tienen síntomas específicos, presentan una gran variedad clínica que comprende desde formas asintomáticas que cursan sin molestias digestivas, hasta cuadros de gastritis graves con hemorragias digestivas que afectan notablemente al estado general del paciente.⁹

Generalmente, cursan con manifestaciones leves y moderadas; predominan los síntomas de dolor en epigastrio, anorexia, mareos y vómitos. En las personas debilitadas por otra enfermedad asociada, en los niños y en los ancianos puede existir deshidratación y shock si las pérdidas de los vómitos o las diarreas son muy intensas.⁹

La etiología de las gastritis agudas corresponde con agentes externos y otras con agentes o productos metabólicos internos, por este motivo también se les clasifica respectivamente como, gastritis exógenas y gastritis endógenas.⁹

Entre las causas exógenas de la gastritis cabe destacar las radiaciones, agentes cáusticos, alergias, alimentos, alcohol, tóxicos e infecciones; entre las causas endógenas, subrayar las metabólicas, enfermedades sistémicas y enfermedades graves como traumatismos. Las gastritis agudas se clasifican en flemonosas y hemorrágicas.⁹

La gastritis crónica, es de evolución progresiva y larga, con una etiología múltiple que se caracteriza por presentar lesiones histológicas crónicas. Su localización principal es en el antro y en el cuerpo gástrico. El agente etiológico principal es la infección por *Helicobacter pylori*.⁹

Está aceptado que la prevalencia aumenta en países subdesarrollados que a su vez poseen un sistema sanitario deficiente; sin embargo, ésta disminuye en los países

desarrollados con un nivel sanitario y socioeconómico más elevado. Otros de los factores responsables de la aparición de una gastritis crónica son los de carácter químico, inmunológico, hereditario o genético. Las gastritis crónicas se subdividen en gastritis linfocitarias, eosinófilas, granulomatosas y gastritis inducidas por la presencia de *H. pylori*.⁹

Gastritis y fármacos

En ocasiones no se aprecia que manifestaciones como un vacío, ardor y dolor de estómago no son más que expresiones sintomáticas que nos están indicando la existencia de una gastritis.⁹

Aunque el estrés y los alimentos muy condimentados son factores que contribuyen a la formación de la gastritis, también, es verdad que existe otro grupo de gastritis cuyo factor causal es la toma de medicamentos gastrolesivos. Lo primero que se ha de valorar en estos pacientes es la necesidad de la toma de esa medicación, ya que su suspensión supone la curación en más del 90 % de los pacientes.⁹

En general, todo paciente, antes de iniciar un tratamiento farmacológico para la gastritis, debe recibir las siguientes recomendaciones orientadas a suspender:

- Medicamentos gastrolesivos.
- Irritantes como el café, alcohol y tabaco.
- Comidas copiosas, irritantes y grasas.
- Estrés.

El tratamiento para el resto de las gastritis será específico y estará en función de las causas que la originaron.⁹

Medicamentos para la gastritis

Se encuentran antiácidos para reducir el ácido en el estómago y dejar que la gastritis se resuelva, bloqueadores de hidrogeno como ranitidina e inhibidores de la bomba de protones (IBP) como lansoprazol u omeprazol.⁷

Los hábitos alimentarios

Son 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.¹²

➤ Alimentación saludable y balanceada

Hasta no hace mucho tiempo la alimentación se relacionaba esencialmente con la salud y eran conocidos los problemas ocasionados por un exceso o defectos de las dietas. De una manera muy general se pensaba que los problemas de los países pobres eran el hambre o la desnutrición, mientras que los derivados de la sobrealimentación correspondían a las naciones desarrolladas. Esta idea tiene que ser reconsiderada. Es cierto que la desnutrición sigue siendo el gran problema de los llamados países en desarrollo, pero se observa ahora a como en el resto de la sociedad, sin importar su desarrollo, se presentan situaciones de desnutrición, en ocasiones por exceso, pero también por carencias nutricionales producto de la inadecuada densidad nutricional de las dietas y como consecuencia de las formas de vida actuales. No se trata en estos casos de falta de alimentos sino de cambios errados en los hábitos alimentarios.¹²

La dieta, es el conjunto de alimentos que conforman nuestros hábitos alimentarios y estos son el resultado del comportamiento más o menos consciente, que conduce a seleccionar, preparar y consumir un determinado alimento o menú como una parte más de las costumbres sociales, culturales y religiosas, y que está influenciado por múltiples factores (socioeconómicos, culturales, geográficos, nutricionales, etc.). No cabe duda de que los hábitos alimentarios que definen nuestra dieta condicionan nuestro estado nutricional y, por ende, nuestro estado de salud presente y futuro.¹²

Hábitos alimentarios no saludables

Considerando que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial, es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos

alimentarios saludables. No obstante, los hábitos alimentarios se han ido modificando por factores que alteran la dinámica familiar tales como la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar.¹²

Existen en nuestro medio múltiples factores que contribuyen a la formación de malos hábitos de alimentación en el hogar, en los centros laborales de cualquier índole, en los planteles escolares, en la calle e incluso en las instituciones dedicadas a la salud, así sea, de que a través de los medios de comunicación se bombardean a diario las voluntades de los consumidores con alimentos de dudoso valor nutricional e incluso de calidad, lo cual propicia una mala información en el consumidor.¹³

Factores que intervienen en los hábitos alimentarios

- Comodidad y tiempo: Para poder llevar una alimentación saludable se requiere una disciplina y tener el tiempo y espacio para preparar los alimentos.¹³
- Estado de ánimo: La ansiedad o depresión puede provocar que se coma en exceso o que se esté inapetente.¹³
- Publicidad: Las empresas de productos procesados utilizan la psicología de las masas, por ejemplo, al ver un partido de fútbol transmiten comerciales de cadenas de comida rápida para que el público televidente acuda a comprar dicho producto.¹³

Llevar una dieta sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como diferentes enfermedades no transmisibles y trastornos. Sin embargo, el aumento de la producción de alimentos procesados, la rápida urbanización y el cambio en los estilos de vida han dado lugar a un cambio en los hábitos alimentarios. Actualmente, las personas consumen más alimentos hipercalóricos, grasas, azúcares libres y sal/sodio; por otra parte, muchas personas no comen suficientes frutas, verduras y fibra dietética, como por ejemplo, cereales integrales.¹⁴

La composición exacta de una alimentación variada, equilibrada y saludable estará determinada por las características de cada persona (edad, sexo, hábitos de vida y grado de actividad física), el contexto cultural, los alimentos disponibles en el lugar y los hábitos alimentarios. No obstante, los principios básicos de la alimentación saludable siguen siendo los mismos.¹⁴

Consejos prácticos para mantener una alimentación saludable

Frutas, verduras y hortalizas

Comer al menos 400 gramos o cinco porciones de frutas y verduras al día reduce el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles y ayuda a garantizar una ingesta diaria suficiente de fibra dietética.¹⁴

Para mejorar el consumo de frutas y verduras es recomendable:

- Incluir verduras en todas las comidas.
- Como tentempiés, comer frutas frescas y verduras crudas.
- Comer frutas y verduras frescas de temporada.
- Comer una selección variada de frutas y verduras.¹⁴

En diversos estudios, se han indicado distintas recomendaciones a lo largo de los años. Pero las necesidades individuales de agua dependen de muchos factores, incluida tu salud, que tan activo eres y donde vives.

Beneficios para la salud de tomar agua

El agua es el componente químico principal del cuerpo y representa aproximadamente del 50 % al 70 % del peso corporal. Tu cuerpo depende del agua para sobrevivir. Cada célula, tejido y órgano del cuerpo necesita agua para funcionar correctamente. Por ejemplo, el agua hace posible todo lo siguiente.¹⁵

- Elimina los desechos a través de la orina, la transpiración y las deposiciones
- Mantiene la temperatura en niveles normales
- Lubrica y amortigua las articulaciones

- Protege los tejidos sensibles

La falta de agua puede provocar deshidratación, un trastorno que ocurre cuando no hay suficiente agua en el cuerpo para llevar a cabo las funciones normales. Incluso una deshidratación leve puede agotar tu energía y causarte cansancio. Todos los días pierdes agua a través de la respiración, la transpiración, la orina y las deposiciones.¹⁵

Entonces, ¿cuánto líquido necesita el adulto promedio y saludable que vive en un clima templado? Las Academias Nacionales de Ciencias, Ingeniería y Medicina de los Estados Unidos, determinaron que una ingesta diaria adecuada de líquidos es la siguiente:

Aproximadamente 15,5 tazas (3,7 litros) de líquidos al día para los hombres

Aproximadamente 11,5 tazas (2,7 litros) de líquidos al día para las mujeres

Estas recomendaciones cubren los líquidos del agua, otras bebidas y los alimentos, aproximadamente el 20 % de la ingesta de líquidos diarios suele provenir de los alimentos y el resto de las bebidas.¹⁶

Importancia de establecer horarios para las comidas

El organizar nuestro tiempo durante el día nos permitirá disminuir el estrés lo que significa planificar que comer, cada cierto tiempo y además ayudará a que la ansiedad normal, generada por esta situación, afecte lo que podamos comer, permitiéndonos atender de manera correcta nuestras necesidades.¹⁶

Algunas recomendaciones de cómo mantener horarios de alimentación adecuados.

- Realiza tres comidas principales todos los días (desayuno, almuerzo y cena), puedes agregar refrigerios en caso de ser necesario.
- No pases más de 1 hora entre la hora que despiertes y el desayuno.
- Calcula tus horarios con una distancia no mayor a 4 horas entre cada comida.
- Come tu última comida por lo menos 2 horas antes de ir a dormir.
- Programa una alarma que te avise tus horarios de alimentación, esto permitirá que no pases de largo y luego se transforme todo en un desorden.

- Dedicar tiempo a comer y compartir en familia, planificar tus actividades de teletrabajo para que no interfieran en estos horarios, no comas mientras trabajas, ni viendo televisión, el comer consciente es importante para mantener los límites de lo que ingerimos.
- Optimiza tu tiempo cocinando el día anterior o cocinar para más de un día, eso te permitirá que las horas destinadas a la preparación de alimentos no afecte el que puedas comer tranquilamente.¹⁶

B. Hipótesis o supuestos teóricos

H1: Existe relación entre los factores de riesgo y el desarrollo de las manifestaciones clínicas de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la carrera de Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador

H0: No existe relación entre los factores de riesgo y el desarrollo de las manifestaciones clínicas de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la carrera de Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

A. Enfoque y tipo de investigación

La investigación fue con enfoque cuantitativo, ya que estos estudios son el conjunto de estrategias de obtención y procesamiento de información que emplean magnitudes numéricas y técnicas formales y/o estadísticas para llevar a cabo su análisis, siempre enmarcados en una relación de causa y efecto

La investigación fue de tipo correlacional, es decir, este tipo de estudio tiene como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos o variables (en un contexto en particular). Los estudios correlacionales miden dos o más variables que se pretende ver si están o no relacionadas en los mismos sujetos y después se analiza la correlación.

Diseño no experimental y de corte transversal, ya que los datos se obtuvieron con personas que tengan variables o características similares en un periodo de tiempo predeterminado y predefinido.

B. Sujetos y objeto de estudio.

1. Unidades de análisis. Población y muestra.

Población: Estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador, entre las edades de 23 – 35 años, grupo conformado por 34 personas, dado que por ser una población pequeña se estudiará por completo.

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Personas que aceptaron participar en la investigación.	Mujeres embarazadas
Personas de uno o de otro sexo, las cuales deben contar con un dispositivo electrónico.	Que no tenga un diagnóstico de patología gástrica, como Enfermedad por Reflujo Gastroesofágico (ERGE), úlcera gástrica.
Personas que estén dentro del rango de 22 – 35 años	
Estudiantes que pertenezcan a la Universidad Evangélica de El salvador, que sean de la Facultad de Medicina, de la Licenciatura en Nutrición en servicio social.	

2. Variables e indicadores. Relación de congruencia

Matriz de congruencia

Tema: “Factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes del servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador”						
Enunciado: ¿Cuáles son los factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en los estudiantes del servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador?						
Objetivo General: Determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.						
Hipótesis General Existe relación entre los factores de riesgo y el desarrollo de las manifestaciones clínicas de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la carrera de Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.						
Objetivos Específicos	Unidades de Análisis	Variable	Operacionalización de Variables	Indicadores	Técnicas	Instrumentos
Identificar los factores de riesgo para el desarrollo de gastritis en estudiantes de servicio social UEES	Estudiantes de servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética UEES	Factores de riesgo	Hábitos alimentarios Inactividad física Carga laboral Estrés	Consumo de comida rápida, frutas y vegetales, Actividad física realizada por semana Horas laboradas en la semana	Encuesta	Cuestionario elaborado por investigadoras
Establecer la prevalencia de gastritis según sexo y edad de los estudiantes de servicio social UEES	Estudiantes de servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética UEES	-Sexo -Edad	Determinado por el sexo presentado por el paciente según sus características físicas. Edad en años de los pacientes.	1. Masculino 2. Femenino 3. Edad en años	Encuesta	
Determinar los hábitos alimentarios que influyen en la gastritis en los estudiantes en servicio social UEES	Estudiantes de servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética UEES	Hábitos alimentarios	Consumo de comida rápida, frutas y vegetales Consumo de agua Consumo de refrigerios	N° de días que consume comida rápida N° de porciones de frutas y vegetales por semana	Encuesta	
Establecer la relación entre los factores de riesgo y el desarrollo de gastritis.	Estudiantes de servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética UEES	Relación entre los factores de riesgo y el desarrollo de gastritis	Se determinó a través de la prueba estadística chi cuadrado (x ²),	Chi cuadrado	Encuesta y análisis de resultados	

C. Técnicas, materiales e instrumentos

1. Técnicas y procedimientos para la recopilación de la información

Se utilizó, encuesta aplicada a los estudiantes de servicio social de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

Se pidió permiso a la Escuela de Nutrición y a la Universidad Evangélica de El Salvador para enviar las encuestas a cada estudiante, esta encuesta fue de opción múltiple con preguntas cerradas. La encuesta fue de forma virtual y se pidió acceso a la plataforma, campus virtual de la UEES para colocar el enlace a los estudiantes. En este caso se utilizó la plataforma Survey Heart, herramienta gratuita, para crear encuestas y recolectar toda la información necesaria la investigación

Materiales necesarios: internet, computadoras, programa para realizar encuestas.

2. Instrumentos de registro y medición

Los factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en los estudiantes de servicio social de la carrera de Nutrición y Dietética de la universidad Evangélica de El Salvador se registraron a través de una encuesta de 24 preguntas cerradas de opción múltiple sobre factores ambientales, fisiológicos y sociales para conocer la alimentación y estilos de vida de la población evaluada en la investigación. El instrumento se diseñó con el objetivo de identificar el consumo de alimentos y manifestaciones clínicas de los participantes. Dicho instrumento fue de gran utilidad para el registro y evaluación de los datos obtenidos. Se validó, por medio de una prueba piloto a un grupo de 48 personas que cumplieron con los criterios de inclusión, en este caso se contaron con 24 preguntas, por lo tanto, la encuesta se pasó a 48 personas, con la finalidad de verificar si los participantes de la investigación comprendieron el instrumento, es decir, si las preguntas fueron precisas y concisas, para obtener un estudio preliminar completo. La prueba piloto se realizó de forma virtual con amigos y personas conocidas que estaban dispuestas a participar en esta prueba.

D. Aspectos éticos de la investigación

La presente investigación buscó cumplir con los aspectos éticos establecidos por las Buenas Prácticas Clínicas (BPC) los cuales son:

Autonomía, ya que se solicitó el permiso a la universidad para poder realizar las encuestas a los estudiantes en servicio social y de igual manera se respetó la decisión de participar o no en la investigación.

Justicia, porque se respetó a cada estudiante al momento de colaborar con la investigación y no se juzgó en base a los resultados. Así mismo, la información proporcionada por cada uno de los voluntarios fue completamente confidencial.

E. Procesamiento y análisis

Al finalizar la recolección de datos, a través de la encuesta virtual que se envió a los participantes del estudio, previo consentimiento informado, se procedió a tabular los datos obtenidos y se identificó a las personas por edad y género. Se elaboró gráficos y tablas, según las variables y se interpretó de manera individual, utilizando el programa Excel versión 2019, para el análisis inferencial se utilizó la prueba estadística de Chi cuadrado, para probar la asociación entre las variables.

Chi-cuadrado: es una prueba estadística para variables cualitativas usada para determinar el rechazo o no de la hipótesis nula. El valor de chi cuadrado es de 0.05.

- Chi mayor a 0.05 tiene relación.
- Chi menor a 0.05 no tiene relación.

- Si la significancia es menor que 0.05 (p Valor) se rechaza la Hipótesis nula (H_0), por lo que: hay diferencia o no existe relación.

- Si la significancia es mayor que 0.05 (p Valor) NO se rechaza la Hipótesis nula (H_0), por lo que: no hay diferencia, o existe relación. ¹⁷

F. Estrategias de utilización de resultados

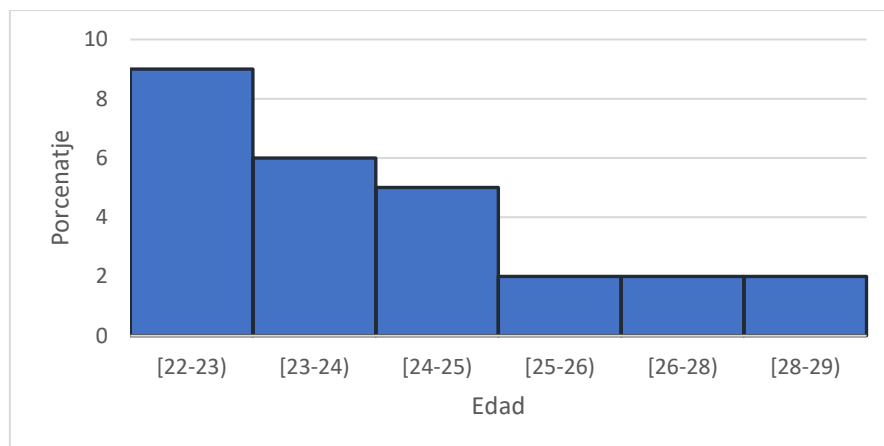
Finalizada la investigación, se entregó a las autoridades de la Universidad Evangélica de El Salvador, para que la misma sea accesible al público en general y sirva de referencia para futuras investigaciones. Los resultados se dieron a conocer a través de una exposición a las respectivas entidades encargadas del comité de investigación de la Universidad Evangélica de El Salvador, además de ello se elaboró un artículo científico, para su difusión y que este sea utilizado de la mejor manera, encaminado para el beneficio de futuras investigaciones.

CAPITULO IV: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La información se obtuvo a través de la encuesta virtual, posteriormente se digitó los resultados en una base de datos utilizándose el programa Microsoft Office Excel 2019, el cual permitió organizar la información a partir de filtros incluidos en el programa, que mostraban los datos obtenidos según se necesitó para realizar el análisis de la información. Se utilizó este programa por la facilidad y versatilidad para organizar datos numéricos y visualizarlos de manera rápida y sin complicaciones.

A. Análisis Descriptivo

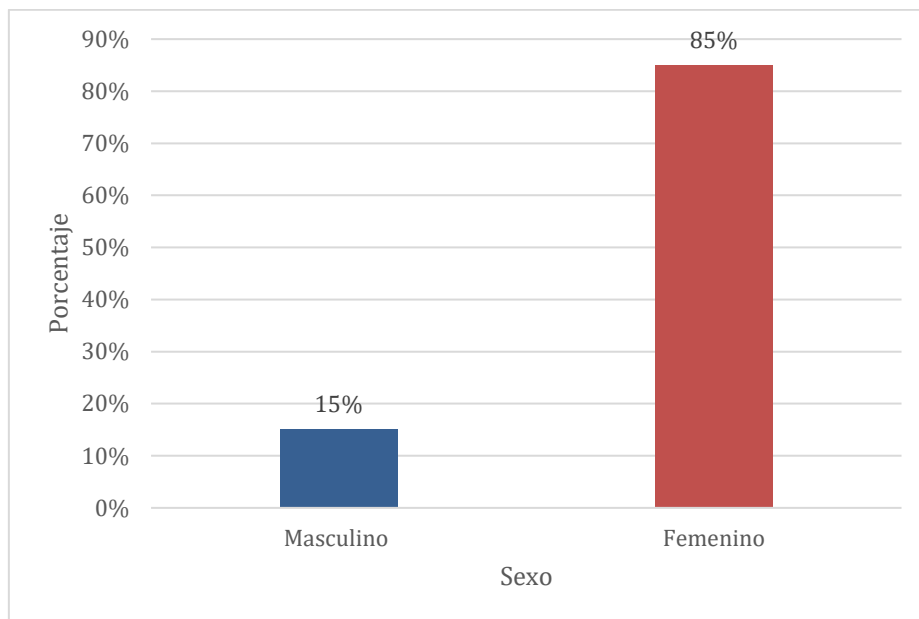
Histograma 1: Clasificación según edad en años de los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



De acuerdo a los datos presentados en el histograma 1, con respecto a la edad de los estudiantes en estudio, la edad mínima fue de 22 años y la máxima de 29 años, la edad que más prevalece es 22 años.

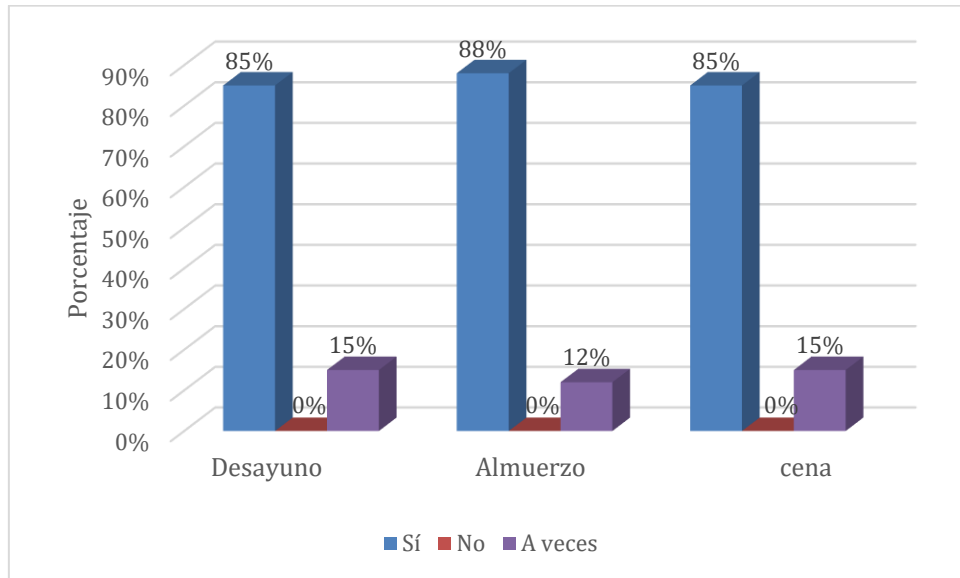
La media fue de 24.42, la mediana de 24 y la moda de 22 años respectivamente. Con relación a la asimetría la distribución tiene una asimetría positiva, con un dato de 0.76, la distribución es platicúrtica, debido a que el coeficiente de curtosis es de -0.17.

Figura 1: Clasificación según el sexo de los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



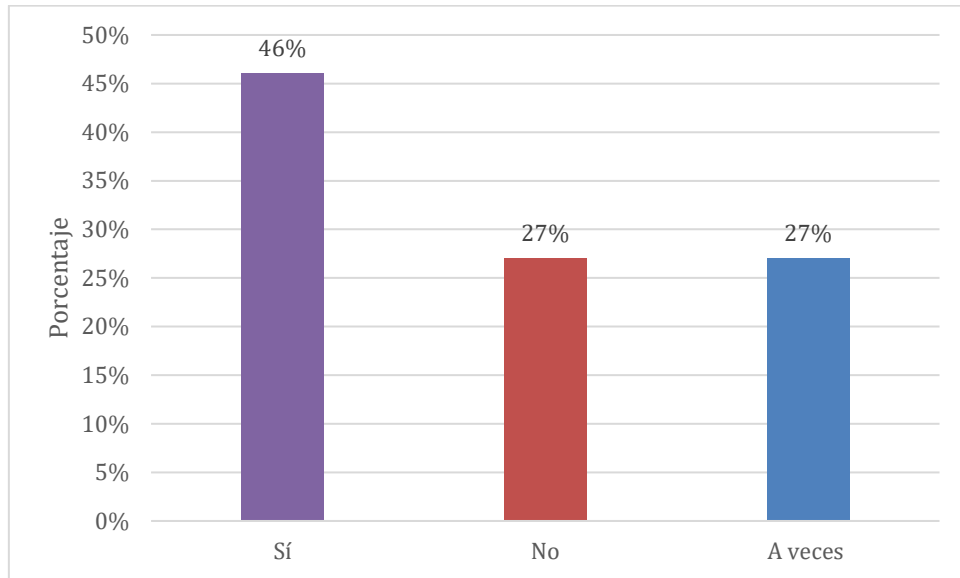
Según la figura 1, se pudo observar que el 85 % de la población encuestada corresponde al sexo femenino las cuales fueron 22, mientras que el 15 % es del sexo masculino que corresponde a 4 personas, según los Resultados de la Información Estadística de Instituciones de Educación Superior Dirección Nacional de Educación Superior Ministerio de Educación 2017, la distribución de la matrícula estudiantil por género fue de 78,960 (45.75 %) de hombres y 93,633 (54.25 %) mujeres. ¹⁸

Figura 2: Prevalencia de estudiantes que realizan sus 3 tiempos de comida, en su Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



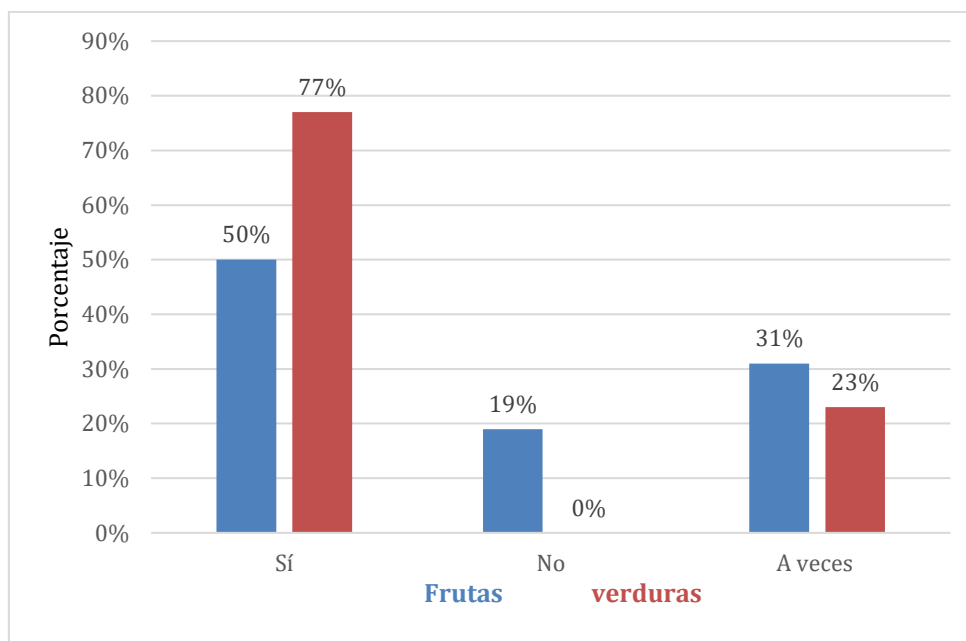
En la figura 2, se pudo evidenciar que, de los estudiantes, solo el 12 % consumió a veces el almuerzo los cuales fueron 3 personas, sin embargo, el 88 % restante siempre lo consumió que corresponde a 23 personas, esto puede verse reflejado debido a la falta de horarios de comidas, estrés o falta de tiempo que dedican a los hábitos alimentarios, el no realizar una comida o comer alimentos inadecuados debido al estrés también es un factor de riesgo para el desarrollo de gastritis.

Figura 3: Prevalencia de consumo de comida rápida en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



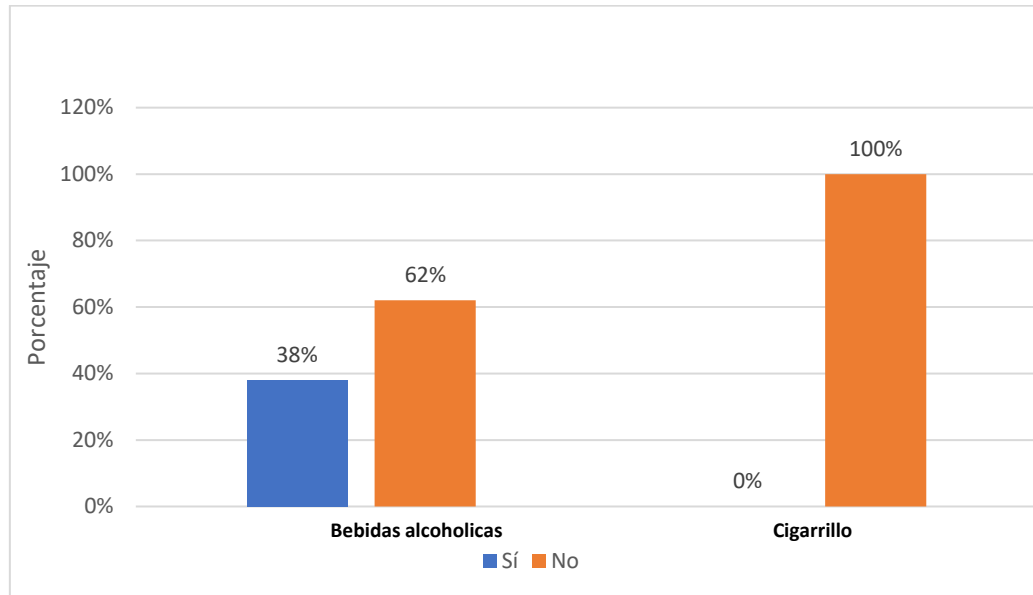
En la figura 3, el 46 % de los estudiantes del servicio social consumió comida rápida durante sus tiempos de comida que corresponde a 12 estudiantes, el otro 27 % no consumió que corresponde a 7 personas y un 27 % consumió algunas veces corresponde a 7 personas. La mayoría de los estudiantes refirió consumir comida rápida entre semana, una de las causas puede ser la falta de planificación de los alimentos o publicidad a la cual están expuestos los estudiantes. Una investigación de estudiantes de Medicina del INTEC reveló que el 65 % de los jóvenes que realizan estudios universitarios consumió comida rápida de manera excesiva.¹⁹

Figura 4: Prevalencia de consumo de frutas y verduras en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



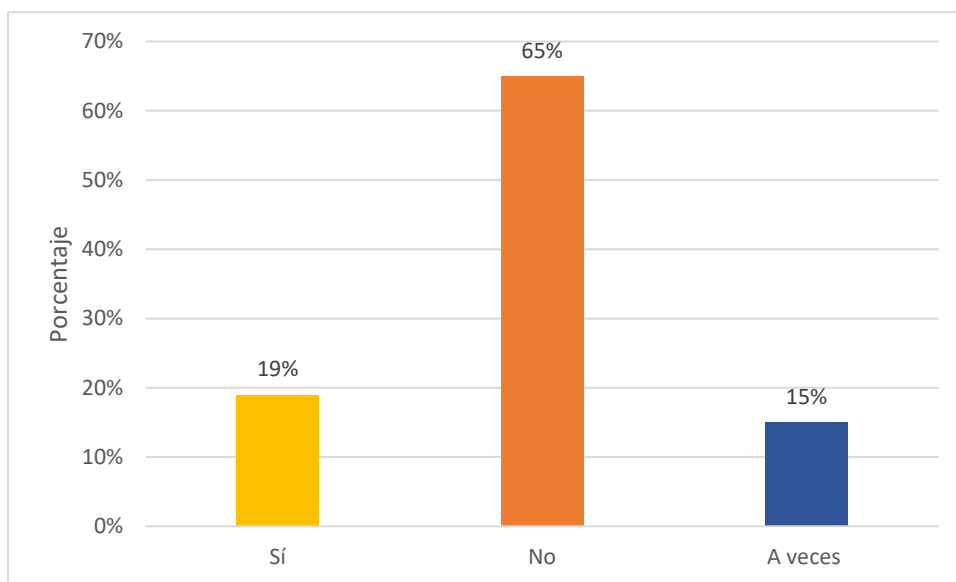
En la figura 4, se destacó que el 50 % de la población encuestada si consumió frutas que corresponde a 13 personas y el 77 % verduras que corresponde a 20 personas, el restante refirió que a veces los consume o es nulo el consumo de frutas y verduras a diario. Comer 5 porciones de frutas y verduras al día puede reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles, lo cual explica, que siendo estudiantes de la carrera de nutrición existe conocimiento de los beneficios en el consumo de estos alimentos y por ende la mayoría de encuestados refirió realizar el consumo recomendado.

Figura 5: Prevalencia de consumo de bebidas alcohólicas y cigarrillos en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



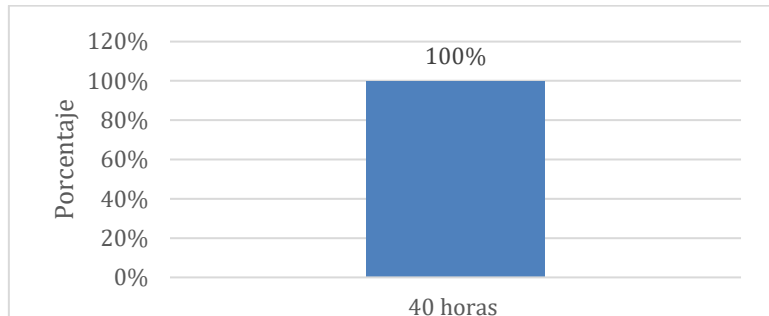
En la figura 5, el 62 % de los estudiantes no consumió alcohol el cual corresponde a 16 personas, mientras que el 38 % si lo consumió que corresponde a 10 personas. En el caso de los cigarrillos todos los participantes respondieron que no fuman. Según un estudio realizado sobre el consumo de alcohol en estudiantes universitarios se demostró que las causas pueden ser el estado emocional y la presión de grupo, lo que podría explicar porque el 38 % si consumió alcohol.

Figura 6: Prevalencia de la automedicación en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



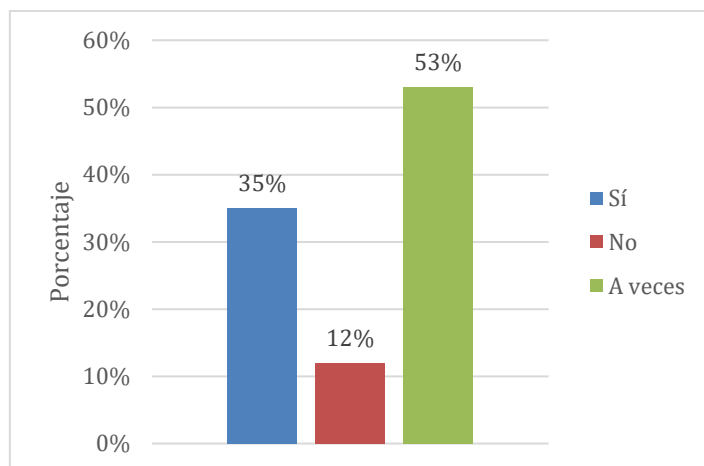
En la figura 6, se cuestionó si se consumió algún tipo de medicamentos y el tipo del medicamento, el 65 % de la población encuestada no tomó medicamentos que corresponde a 17 personas, en cambio el 34 % afirmó que sí lo hace o en ocasiones que corresponde a 9 personas y el tipo de medicamentos que más consumían fue el ibuprofeno que pertenece al grupo de medicamentos llamados antiinflamatorios no esteroides (AINES). Esto puede deberse a que los estudiantes desconocen que este tipo de medicamento, causan irritación a la mucosa estomacal, debido a que los AINES, son de venta libre, por ello, su consumo es frecuente.

Figura 7: Horas laborales realizadas por semana por los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



En la figura 7, el 100 % es decir todos los estudiantes realizó 40 horas laborales a la semana, es decir, 8 horas por día, el cual está fundamentado por el Código de Trabajo de El Salvador, en el artículo 161, en la cual la jornada ordinaria de trabajo no debe excederse las ocho horas diarias, por lo cual la semana laboral no excederá las 44 horas.²⁰

Figura 8: Prevalencia de actividad física en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



En la figura 8, el 53 % que corresponde a 14 encuestados a veces realizaron actividad física de 1 a 3 veces a la semana, un 35 % todos los días que corresponde a 9 personas y un 12 % no realizó actividad física que corresponde a 3 personas. De acuerdo a la OMS, el realizar actividad física por los menos 150 minutos a la semana,

contribuye a la prevención de enfermedades no transmisibles y beneficios para la salud del corazón, cuerpo y mente. ²¹

B. Análisis inferencial

Para la investigación se planteó dos hipótesis, en la cual se estableció si existe o no la relación entre los factores de riesgo para el desarrollo de gastritis en estudiantes en servicio social de la carrera de Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de el Salvador, para lo cual se utilizó Excel, para la codificación de los datos obtenidos de la encuesta.

Prueba de hipótesis chi cuadrado

Chi cuadrado critico	579.4119
Chi cuadrado calculado	260.08641
Grados de libertad	525
Nivel de significancia	0.05
Valor de P	1

Regla de decisión

Valor de $P \leq 0.05$ se rechaza la hipótesis nula

Valor de $P \geq 0.05$ se acepta la hipótesis nula

Resultado: $1 \geq 0.05$ se acepta la hipótesis nula

En este caso no se rechaza la hipótesis nula, ya que el valor de P es mayor a 0.05, por lo cual no hay suficiente evidencia para concluir que las variables están asociadas, es decir, que los factores de riesgo influyan en el desarrollo de gastritis en los estudiantes en servicio social de la carrera de Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

C. Discusión de resultados

La población de estudiantes en servicio social, de la Licenciatura de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad Evangélica de El Salvador, correspondió, en mayor porcentaje, al sexo femenino, con un 85 % y el 15 % al sexo masculino, entre las edades de 22 a 29 años, en los cuales la prevalencia de edad fue de 22 años con un 27 %.

Uno de los factores de riesgo que contribuyó a la gastritis, fueron los malos hábitos alimentarios, dentro de los cuales el principal es, no realizar el desayuno, el 15 % de los estudiantes no desayunó a diario, mientras que el dato obtenido en otra investigación en estudiantes de La Universidad Autónoma de ICA de La Provincia de Chíncha en Perú, es mayor, pues el 78 % de los estudiantes encuestados no tomó desayuno. ³

En cuanto a los hábitos alimentarios el 46 % de la población encuestada de este estudio, consumió comida rápida; en relación al consumo de frutas y verduras, el 50 % de los estudiantes, consumió frutas y el 77 % verduras. En comparación a un estudio realizado en el 2016 en universitarios de Huancayo, Perú, se demostró que el 81.8 % consumió alimentos fritos, con respecto a frutas y verduras el 57.3 % consumió una porción al día de cada una. ⁴

En relación al consumo de alcohol, se determinó que el 38 % si consumió bebidas alcohólicas, el cual es un dato mayor en comparación al 2.8 % de la población en el estudio de la Universidad de Huancayo, Perú. ⁴

En cuanto a la población encuestada, el 19 % si se automedicó, mientras, que en el estudio Huancayo, Perú, el 56.6 % tomó antiinflamatorios, lo cual es un dato mayor en comparación a este estudio. ⁴

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

A. Conclusiones

1. Dentro de los factores identificados en el desarrollo de gastritis de los sujetos en estudio se pueden identificar: malos hábitos de alimentación con un 49 %, consumo de alimentos fritos y golosinas con un 38 %, consumo de bebidas alcohólicas con un 19 % y por último el consumo no controlado de AINES.
2. El sexo femenino, con un 85 % es el sexo que representa mayor prevalencia de gastritis en comparación al 15 % representado por el sexo masculino.
3. Se evidenciaron muy buenos hábitos alimentarios, entre ellos, el consumo de 3 tiempos de comida, consumo de frutas y verduras, mantienen un consumo adecuado de agua durante el día y realizan actividad física.
4. No se encontró relación estadísticamente significativa entre los factores de riesgo y el desarrollo de gastritis en estudiantes del servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador, reflejado en el dato de chi cuadrado de 579.41.

B. Recomendaciones

1. Se recomienda a la Facultad de Medicina y a la Escuela de Nutrición promover este estudio para determinar el desarrollo de riesgo de gastritis en la población estudiantil.
2. Se recomienda a los futuros investigadores más cortes de investigación en esta línea, que nos brinden un mayor reflejo de la problemática de salud en la población estudiantil
3. Se recomienda a la Escuela de Nutrición a través de la Educación Alimentaria Nutricional visual, concientizar a los estudiantes en el consumo de comida rápida y bebidas embriagantes.
4. Concientizar a los estudiantes de nutrición en la práctica de buenos hábitos alimentarios y así evitar las consecuencias de la gastritis.

BIBLIOGRAFÍA

1. Mayo Clinic [Internet] Gastritis, síntomas y causas. 2020. [Consultado: 07 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/gastritis/symptoms-causes/syc-20355807#:~:text=La%20gastritis%20es%20un%20t%C3%A9rmino,mayor%C3%ADa%20de%20las%20%C3%BAlceras%20estomacales.>
2. Analítica [Internet] La mala alimentación puede causar gastritis. 2016. [Consultado: 23 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.analitica.com/entretenimiento/bienestar/gastritis-puede-ser-causada-por-mala-alimentacion/>
3. Espinoza S. Factores que producen gastritis en los estudiantes de administración del V ciclo de la Universidad Autónoma de ICA de la Provincia de Chincha, Perú [Internet] 2016. [Consultado: 17 de febrero de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/169/1/SONIA%20CINTHIA%20ESPINOZA%20SIGUAS-FACTORES%20QUE%20PRODUCEN%20GASTRITIS%20ESTUDIANTES.pdf>
4. Gaspar M, Jacobe V. Prevalencia de factores de riesgo tradicional de la gastritis en universitarios de Huancayo, Perú [Internet] 2017. [Consultado: 17 de febrero de 2021]. Disponible en: http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/UPLA/155/Miguel_Gaspar_Viennev_Jacobe_Tesis_Titulo_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
5. Scielo. [Internet] Factores de riesgo asociados a la gastritis aguda o crónica en adultos de un hospital ecuatoriano. 2019. [Consultado: 08 de febrero de 2021]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v23n3/1029-3019-san-23-03-424.pdf>

6. Manual MSD versión para público general [Internet]. 2020. Gastritis. [Consultado: 08 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.msdmanuals.com/es/hogar/trastornos-gastrointestinales/gastritis-y-%C3%BAlcera-gastroduodenal/gastritis>
7. Knott DL. Symptom Checker, Health Information and Medicines Guide Patient [Internet]. Gastritis. 7 de abril de 2020 [Consultado: 17 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://patient.info/digestive-health/dyspepsia-indigestion/gastritis>
8. RECIMUNDO [Internet] 2018. Factores epidemiológicos asociados a la gastritis aguda por Helicobacter pylori en pacientes atendidos en un servicio de gastroenterología. [Consultado: 12 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/328>
9. ELSEVIER. Tipos de gastritis y su tratamiento. [Internet]. [Consultado: 25 de febrero de 2021] Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-tipos-gastritis-su-tratamiento-13051491>
10. Concepto. Definición. ¿Qué es Gastritis? Su Definición y Significado. 6 de agosto de 2015 [Consultado: 24 de febrero de 2021] Disponible en: <https://conceptodefinicion.de/gastritis/>
11. Yorde S. Cómo lograr una vida saludable. Scielo [Internet]. 2014. [Consultado: 25 de febrero de 2021]; 27(1) Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522014000100018&lng=es.
12. FEN. [Internet]. Hábitos alimentarios [Consultado: 25 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>

13. Raffino M. [Internet]. Método cuantitativo. Concepto, usos, ejemplos y características. 2020 [Consultado: 17 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://concepto.de/metodo-cuantitativo/#ixzz6pWWUHkG1>
14. OMS. [Internet] Alimentación sana. 2018. [Consultado: 13 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
15. Mayo Clinic. [Internet] ¿Cuánta agua necesitas para estar saludable? 2020 [Consultado: 13 de mayo de 2021]. Disponible en: [https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/water/art-20044256#:~:text=Aproximadamente%2015%2C5%20tazas%20\(3,al%20d%C3%ADa%20para%20las%20mujeres](https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/water/art-20044256#:~:text=Aproximadamente%2015%2C5%20tazas%20(3,al%20d%C3%ADa%20para%20las%20mujeres)
16. Centro de Vida Saludable. [Internet] La importancia de establecer horarios para las comidas. [Consultado: 13 de mayo de 2021]. Disponible en: <http://vidasaludable.udec.cl/node/211>
17. Psicología y Mente [Internet]. Prueba de chi-cuadrado (χ^2): qué es y cómo se usa en estadística. [Consultado: 13 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/miscelanea/prueba-chi-cuadrado>
18. Ministerio de Educación. Resultados de la Información Estadística de Instituciones de Educación Superior Dirección Nacional de Educación Superior Ministerio de Educación 2017. El Salvador [Internet] 2018. [Consultado: 23 de agosto de 2021]. Disponible en: <http://utla.edu.sv/wp-content/uploads/2019/01/Resultados-de-la-Informacion-de-IES-2017.pdf>

19. Agencia iberoamericana para la difusión de la ciencia y la tecnología. Rep. Dominicana. [Internet] 2021. [Consultado: 24 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.dicyt.com/noticias/el-horario-de-los-universitarios-eleva-su-consumo-de-comida-rapida>
20. Código de trabajo. El Salvador [Internet] 2021. [Consultado: 23 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.transparencia.gob.sv/institutions/alc-san-ramon/documents/334061/download>
21. OMS. Actividad física. [Internet] 2020. [Consultado: 23 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

ANEXOS

Anexo 1: Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO
Discusión del tema de investigación	■							
Aprobación del tema de investigación	■							
Entrega de perfil de investigación		■						
Entrega de capítulo I: Planteamiento del problema		■						
Entrega de capítulo II: Fundamentación teórica			■					
Entrega de capítulo III: Metodología de la investigación				■				
Revisión de anteproyecto de investigación				■				
Presentación de anteproyecto de investigación					■			
Recolección de datos					■	■		
Entrega de capítulo IV: Análisis de la información						■		
Entrega de capítulo V: Conclusiones y recomendaciones							■	
Revisión de trabajo final							■	■
Presentación final de trabajo de investigación								■

Anexo 2: Presupuesto

Recursos directos			
Recursos	Cantidad utilizada	Precio unitario	Precio total
Impresión del trabajo de investigación	100	\$0.05	\$5.00
Empastado del trabajo	1	\$15	\$15
Total			\$20

Depreciación de recursos indirectos					
Recursos	Cantidad	Precio	Vida útil (meses)	Cantidad x precio	Total
Computadora	3	\$400	36	\$1200	\$33.33
Internet	1	\$50	1	\$50	\$50
Luz	1	\$60	1	\$60	\$60
Total					\$143.33

Anexo 3: Cuestionario

Cuestionario

Universidad Evangélica de El Salvador

Facultad de Medicina

Licenciatura en Nutrición y Dietética

- **Objetivo:** Determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

Estimado (a) compañero(a): El presente cuestionario consta únicamente de 24 preguntas y tiene por finalidad obtener información sobre hábitos alimentarios. Por favor seleccione la respuesta que usted considere correcta. Es importante mencionar que la información proporcionada será estrictamente confidencial y anónimo.

Datos generales

1. ¿Cuál es tu sexo?

- Femenino
- Masculino

2. ¿Cuál es tu edad?

3. ¿Realizas tu desayuno todos los días?

- Si
- No
- A veces

4. ¿Realizas tu almuerzo todos los días?

- Si
- No

- A veces

5. ¿Realizas la cena todos los días?

- Si
- No
- A veces

6. ¿Se te dificulta realizar algún tiempo de comida por tus horarios establecidos en el Servicio Social?

- Si
- No
- A veces

7. ¿Cuánto tiempo le dedicas a la ingesta de tus alimentos?

8. ¿Consumes 2 litros de agua al día?

- Si
- No
- A veces

9. ¿Consumes comida rápida entre semana?

- Si
- No
- A veces

10. ¿Cuál es la comida rápida que más consumes entre semana?

11. ¿Consumes frutas diariamente?

- Si
- No

- A veces

12. ¿Cuántas porciones de frutas consumes a la semana?

13. ¿Consumes vegetales diariamente?

- Si
- No
- A veces

14. ¿Cuántas porciones de vegetales consumes a la semana?

15. ¿Realizas refrigerios diariamente?

- Si
- No
- A veces.

16. ¿Qué alimentos consumes en tu refrigerio?

- Golosinas
- Frutas y Vegetales
- Bebidas azucaradas
- Alimentos fritos

17. ¿Realizas actividad física en la semana?

- Si
- No
- A veces.

18. ¿Cuántas veces a la semana haces actividad física?

- 1-2 veces
- 3-4 veces
- Todos los días

19. ¿Cuántas horas laborales realizas en la semana?

20. ¿Consideras que el estrés influye en la elección de alimentos?

- Si
- No
- A veces

21. ¿Consumes bebidas alcohólicas?

- Si
- No
- A veces

22. ¿Fumas?

- Si
- No
- A veces

23. ¿Tomas algún medicamento?

- Si
- No
- A veces

24. ¿Qué medicamento tomas?

Link de la encuesta: <https://surveyheart.com/form/60a1a613f7b5525279b5221c>

Anexo 4: Consentimiento informado

La realización de dicha investigación lleva consigo la necesidad de realizar una encuesta para poder obtener resultados y analizarlos, los cuales permitirán llegar a conclusiones importantes, siempre con fines estrictamente académicos y para el conocimiento de personas preparadas en el tema de estudio.

Por lo tanto, yo _____

He sido informado/a sobre los motivos académicos de esta investigación y la importancia que tiene la recolección de datos que se solicita a través de una encuesta previamente elaborada. Acepto la realización de dicha encuesta y que los datos sean analizados cuidadosamente para así dar respuesta a esta investigación.

Es por eso que, en forma consiente y voluntaria doy mi consentimiento para que se me realicen las preguntas necesarias. Teniendo pleno conocimiento de los posibles beneficios que podrían desprenderse de dicho acto.

Firma del participante

Firma del responsable en la investigación

Fecha:

Anexo 5: ARTÍCULO CIENTÍFICO DE INVESTIGACIÓN

FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS AL DESARROLLO DE GASTRITIS EN ESTUDIANTES DEL SERVICIO SOCIAL

1. AUTORES

Fabiola Abigail Barrientos Flores ¹

Brenda Esmeralda Guzmán Sánchez ²

Lourdes Gabriela Quintanilla Henríquez ³

2. RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como propósito describir los factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis en estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador, en el periodo de enero a julio de 2021, el objetivo del estudio fue determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de la gastritis en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética, fue una investigación con enfoque cuantitativo de tipo correlacional, diseño no experimental y de corte transversal, con una muestra de 34 estudiantes en servicio social entre los 22 a 35 años. La técnica de recolección de datos fue la entrevista y el instrumento el cuestionario. El procesamiento y tabulación de datos se realizó en Excel al igual que la prueba Chi-Cuadrado. Resultados: de la población encuestada el 46 % consumió comida rápida, referente al consumo de frutas y verduras, el 50 %, consumió frutas y el 77 % verduras, en cuanto al consumo de alcohol, el 38 % si consumió bebidas alcohólicas y el 19 % se automedicó, siendo el ibuprofeno, el AINES más consumido. Conclusión: de acuerdo a los resultados obtenidos se demostró que no hay relación significativa para el desarrollo de gastritis, ya que la mayoría de los estudiantes tiene hábitos alimentarios adecuados, el 85 % consumió su desayuno, el 62 % no consumió alcohol y el 65 % no tomó medicamentos.

PALABRAS CLAVE: Factores de riesgo, gastritis, hábitos alimentarios, estudiantes.

3. ABSTRACT

The present research paper aimed to describe the risk factors related to the development of gastritis in social service students of the Degree in Nutrition and Dietetics of the Evangelical University of El Salvador, in the period from January to July 2021, the objective of the study was to determine the risk factors associated with the development of gastritis in social service students of the Degree in Nutrition and Dietetics, was a quantitative research with correlational type, nonexperimental design and cross-sectional, with a sample of 34 students in social service between 22 to 35 years. The data collection technique was the interview and the questionnaire. Data processing and tabulation was performed in Excel as was the Chi-Square test. Results: 46 % of the surveyed population consumed fast food, referring to the consumption of fruits and vegetables, 50 %, consumed fruits and 77 % vegetables, in terms of alcohol consumption, 38 % if consumed alcoholic drinks and 19 % self-medication, being ibuprofen, the most consumed AINEs. Conclusion: according to the results obtained it was shown that there is no significant relationship for the development of gastritis, since most students have adequate eating habits, 85 % consumed their breakfast, 62 % did not use alcohol and 65 % did not take medicines.

KEYWORDS: Risk factors, gastritis, eating habits, students.

^{1, 2, 3} Investigadoras principales de la investigación

4. INTRODUCCIÓN

La gastritis ocurre cuando el revestimiento del estómago resulta inflamado. La gastritis puede durar solo por un corto tiempo (gastritis aguda) o perdurar durante meses o años (gastritis crónica).¹

En la actualidad, el desarrollo de gastritis en los estudiantes universitarios, es muy frecuente, ya que están expuestos a condiciones estresantes, como presión en los estudios; trabajar y estudiar a la vez para poder sostenerse económicamente; conflictos familiares; malos hábitos alimenticios, como no comer en un horario establecido o saltarse comidas, consumir comida chatarra; además, de vicios como consumir bebidas embriagantes, energéticas o tabaquismo, que pueden conducir a un deterioro en su organismo y con ello la aparición de otras enfermedades como la colitis.

Hoy en día muchas personas padecen de gastritis, ya sea tratada o no, sin dejar de lado que muchos estudiantes no solo en el ámbito universitario, pueden padecer de gastritis debido a distintos factores que pueden desencadenar el desarrollo de la misma, lastimosamente, El Salvador, no cuenta con datos acerca de la prevalencia de la gastritis, en la población, por parte del Ministerio de Salud (MINSAL), ni de otra institución.

El contenido del presente estudio se enmarcó dentro de los pasos metodológicos de la investigación científica, expuestas en el Capítulo I, que comprende: el contexto en el que se desarrolló la investigación, así como su delimitación a través de objetivos y la relevancia del tema. En el Capítulo II, se desarrolló el marco teórico conceptual, donde se abordó los antecedentes del problema exponiendo aspectos en donde se reflejó la importancia de conocer los factores que predisponen el desarrollo de la gastritis, incluyéndose estudios relacionados a la temática.

El enfoque metodológico, se detalló en el capítulo III, fue de tipo cuantitativo, con diseño no experimental de corte transversal, con una muestra de 34 estudiantes utilizando la encuesta aplicada de forma virtual por medio de la plataforma Survey Heart, haciendo uso del consentimiento informado.

El capítulo IV, comprendió el análisis, para el cual se hizo uso de gráficos con su respectivo análisis y el capítulo V, concluyó que los factores de riesgo no influyen en el desarrollo de gastritis y para finalizar las respectivas recomendaciones.

5. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

A. Sujetos y objeto de estudio.

1. Unidades de análisis. Población y muestra.

Población: Estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador, entre las edades de 22 – 35 años, grupo conformado por 34 personas, dado que por ser una población pequeña se estudiará por completo.

Criterios de inclusión

1. Personas que acepten participar en la investigación.
2. Personas de uno o de otro sexo, las cuales deben contar con un dispositivo electrónico.
3. Personas que estén dentro del rango de 22 – 35 años
4. Estudiantes que pertenezcan a la Universidad Evangélica de El Salvador, que sean de la Facultad de Medicina, de la Licenciatura en Nutrición en servicio social.

B. Técnicas a emplear en la recopilación de información

La técnica que se utilizó fue la encuesta elaborada en Survey Heart, de 24 preguntas que sirvió para determinar los factores de riesgo para el desarrollo de gastritis. Para la recolección de la información, se ejecutaron los siguientes pasos:

1. Se pidió permiso a la plataforma del campus virtual.
2. Después de la autorización, se envió la encuesta que se creó en Survey Heart

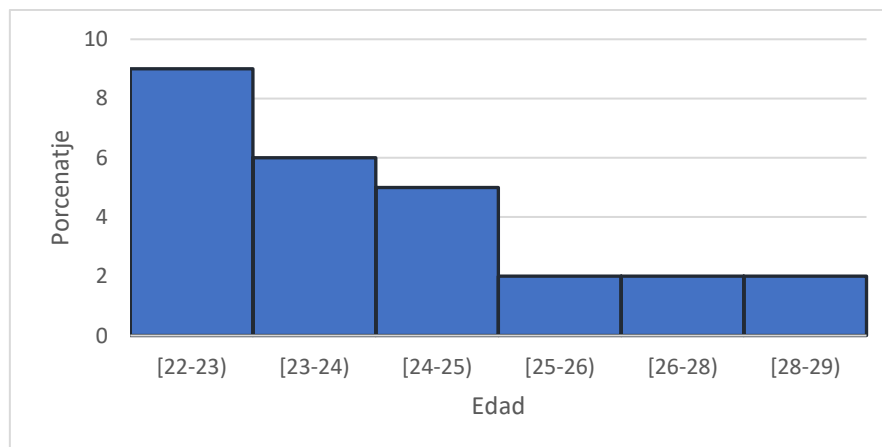
3. Cada estudiante tuvo acceso a la encuesta, previamente consentimiento informado (ver, Anexo 4)
4. Al aceptar ser parte del estudio, se procedió a la parte de datos generales, demográficos y por ultimo las preguntas de la prueba que ayudó a establecer factores de riesgo relacionados al desarrollo de gastritis (ver, Anexo 3)

C. Procesamiento y análisis

Una vez se finalizó la recolección de datos, a través del instrumento antes descrito se elaboró la base de datos en el programa Microsoft Excel 2019, luego el análisis descriptivo y el uso de tablas y gráficos.

6. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

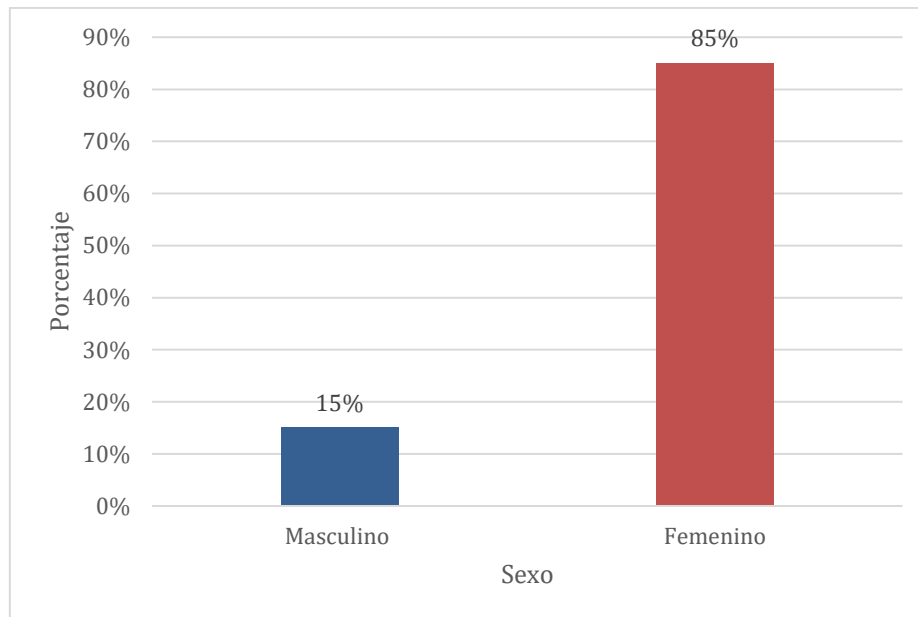
Histograma 1: Clasificación según edad de los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



De acuerdo a los datos presentados en el histograma 1, con respecto a la edad de los estudiantes en estudio, la edad mínima fue de 22 años y la máxima de 29 años, la edad que más prevalece es 22 años.

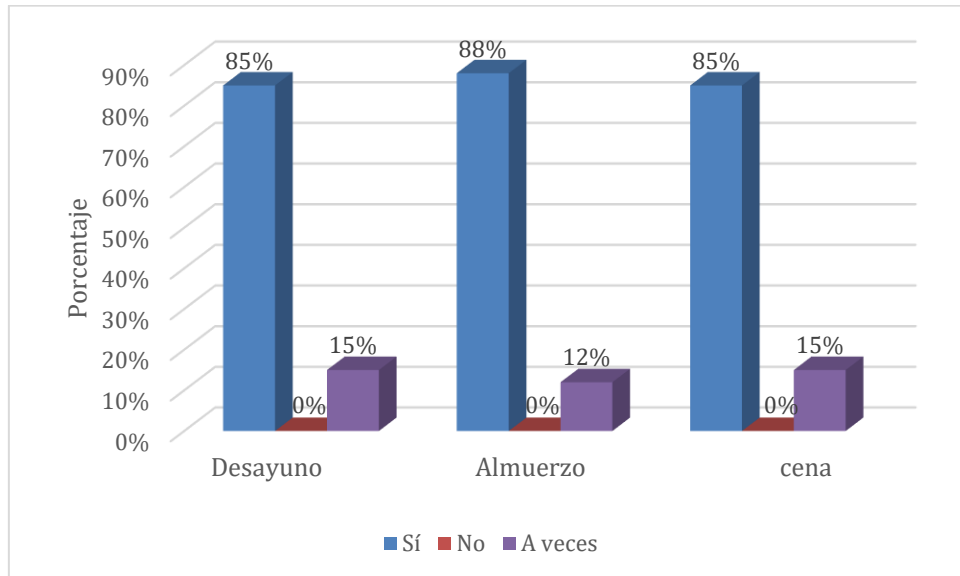
La media fue de 24.42, la mediana de 24 y la moda de 22 años respectivamente. Con relación a la asimetría la distribución tiene una asimetría positiva, con un dato de 0.76, la distribución es platicúrtica, debido a que el coeficiente de curtosis es de -0.17.

Figura 1: Clasificación según el sexo de los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



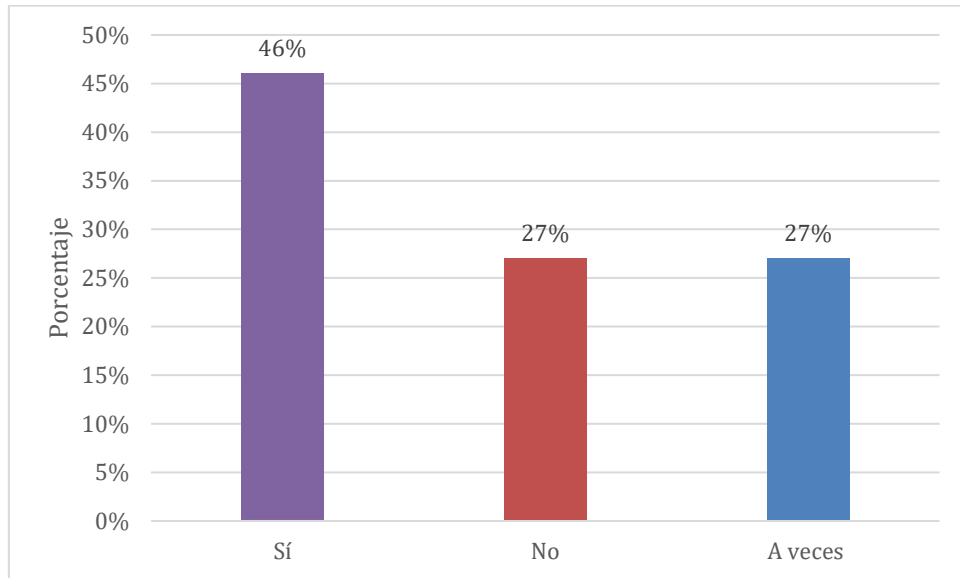
Según la figura 1, se pudo observar que el 85 % de la población encuestada corresponde al sexo femenino, mientras que el 15 % es del sexo masculino, según los Resultados de la Información Estadística de Instituciones de Educación Superior Dirección Nacional de Educación Superior Ministerio de Educación 2017, la distribución de la matrícula estudiantil por género fue de 78,960 (45.75 %) de hombres y 93,633 (54.25 %) mujeres. ²

Figura 2: Prevalencia de estudiantes que realizan sus 3 tiempos de comida, en su Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



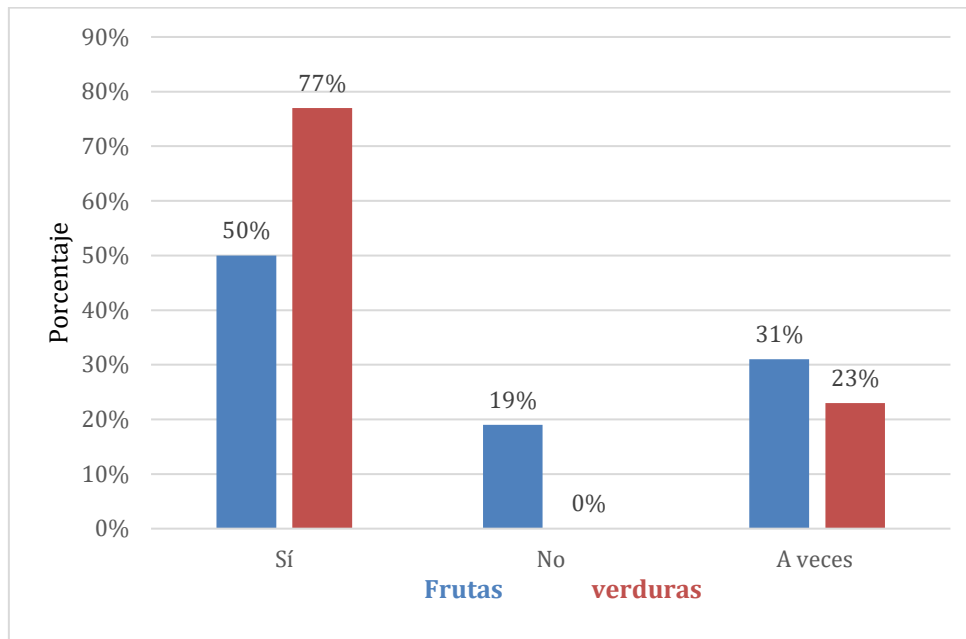
En la figura 2, se pudo evidenciar que, de los estudiantes, solo el 12 % consumió a veces el almuerzo, sin embargo, el 88 % restante siempre lo consumió, esto puede verse reflejado debido a la falta de horarios de comidas, estrés o falta de tiempo que dedican a los hábitos alimentarios, el no realizar una comida o comer alimentos inadecuados debido al estrés también es un factor de riesgo para el desarrollo de gastritis.

Figura 3: Prevalencia de consumo de comida rápida en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



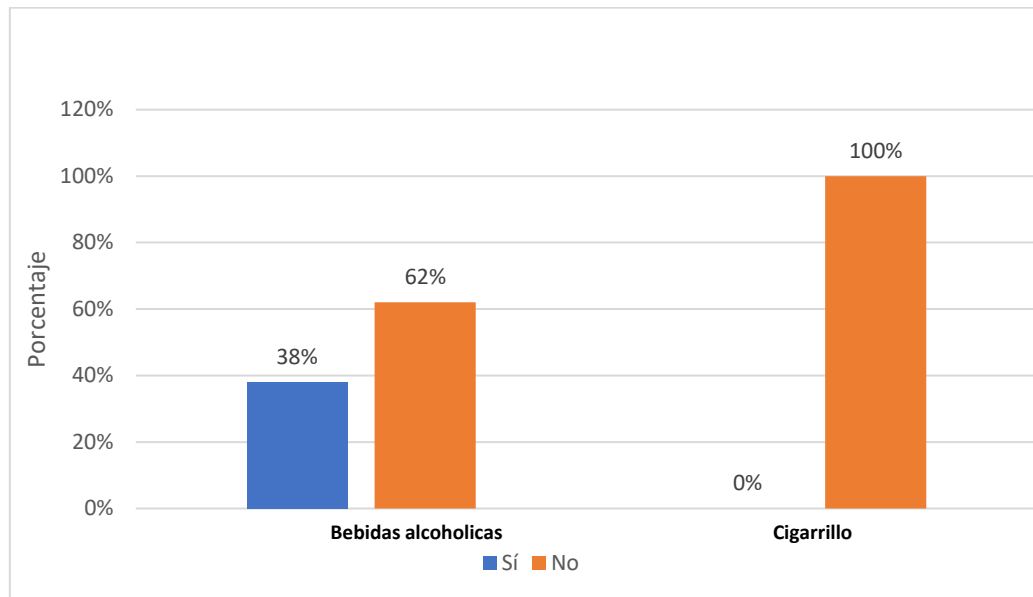
En la figura 3, el 46 % de los estudiantes del servicio social consumió comida rápida durante sus tiempos de comida, el otro 27 % no consumió y un 27 % consumió algunas veces. La mayoría de los estudiantes refirió consumir comida rápida entre semana, una de las causas puede ser la falta de planificación de los alimentos o publicidad a la cual están expuestos los estudiantes. Una investigación de estudiantes de Medicina del INTEC reveló que el 65 % de los jóvenes que realizan estudios universitarios consumió comida rápida de manera excesiva.³

Figura 4: Prevalencia de consumo de frutas y verduras en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



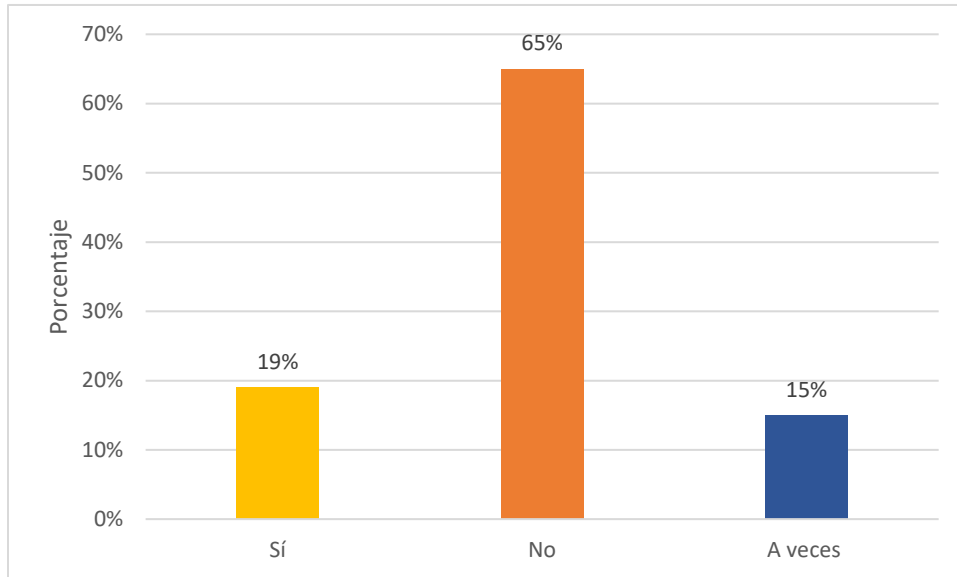
En la figura 4, se destacó que el 50 % de la población encuestada si consumió frutas y el 77 % verduras, el restante refirió que a veces los consume o es nulo el consumo de frutas y verduras a diario. Comer 5 porciones de frutas y verduras al día puede reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles, lo cual explica, que siendo estudiantes de la carrera de nutrición existe conocimiento de los beneficios en el consumo de estos alimentos y por ende la mayoría de encuestados refirió realizar el consumo recomendado.

Figura 5: Prevalencia de consumo de bebidas alcohólicas y cigarrillos en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



En la figura 5, el 62 % de los estudiantes no consumió alcohol, mientras que el 38 % si lo consumió. En el caso de los cigarrillos todos los participantes respondieron que no fuman. Según un estudio realizado sobre el consumo de alcohol en estudiantes universitarios se demostró que las causas pueden ser el estado emocional y la presión de grupo, lo que podría explicar porque el 38 % si consumió alcohol.

Figura 6: Prevalencia de la automedicación en los estudiantes en Servicio Social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética en el periodo de enero a junio de 2021.



En la figura 6, se cuestionó si se consumió algún tipo de medicamentos y el tipo del medicamento, el 65 % de la población encuestada no tomó medicamentos, en cambio el 34 % afirmó que sí lo hace o en ocasiones y el tipo de medicamentos que más consumían fue el ibuprofeno que pertenece al grupo de medicamentos llamados antiinflamatorios no esteroides (AINES). Esto puede deberse a que los estudiantes desconocen que este tipo de medicamento, causan irritación a la mucosa estomacal, debido a que los AINES, son de venta libre, por ello, su consumo es frecuente.

7. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La población de estudiantes en servicio social, de la Licenciatura de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad Evangélica de El Salvador, correspondió, en mayor porcentaje, al sexo femenino, con un 85 % y el 15 % al sexo masculino, entre las edades de 22 a 29 años, en los cuales la prevalencia de edad fue de 22 años con un 27 %.

Uno de los factores de riesgo que contribuyó a la gastritis, fueron los malos hábitos alimentarios, dentro de los cuales el principal es, no realizar el desayuno, el 15 % de los estudiantes no desayunó a diario, mientras que el dato obtenido en otra investigación en estudiantes de La Universidad Autónoma de ICA de La Provincia de Chíncha en Perú, es mayor, pues el 78 % de los estudiantes encuestados no tomó desayuno. ⁴

En cuanto a los hábitos alimentarios el 46 % de la población encuestada de este estudio, consumió comida rápida; en relación al consumo de frutas y verduras, el 50 % de los estudiantes, consumió frutas y el 77 % verduras. En comparación a un estudio realizado en el 2016 en universitarios de Huancayo, Perú, se demostró que el 81.8 % consumió alimentos fritos, con respecto a frutas y verduras el 57.3 % consumió una porción al día de cada una. ⁵

En relación al consumo de alcohol, se determinó que el 38 % si consumió bebidas alcohólicas y el 19 % se automedicó; mientras, que en el estudio Huancayo, Perú, el 2.8 % consumió alcohol y el 56.6 % tomó antiinflamatorios. ⁵

Por tanto, se concluyó que dentro de los factores que desencadenan el desarrollo de gastritis de los sujetos en estudio, se identificaron: malos hábitos de alimentación, pero, también, se evidenció muy buenos hábitos alimentarios, entre ellos el consumo de 3 tiempos de comida, consumo de frutas y verduras y realizar actividad física. A parte de ello, no se encontró relación estadísticamente significativa entre los factores de riesgo y el desarrollo de gastritis en los estudiantes en servicio social de la Licenciatura en Nutrición y Dietética de la Universidad Evangélica de El Salvador.

En vista de lo anterior, se recomienda, a la Facultad de Medicina y a la Escuela de Nutrición, promover este estudio para determinar el desarrollo de riesgo de gastritis en la población estudiantil, también, se recomienda a la Escuela de Nutrición, concientizar a los estudiantes a través de la Educación Alimentaria Nutricional visual, sobre el consumo de comida rápida y bebidas embriagantes y la práctica de buenos hábitos alimentarios.

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. Mayo Clinic [Internet] Gastritis, síntomas y causas. 2020. [Consultado: 07 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/gastritis/symptoms-causes/syc-20355807#:~:text=La%20gastritis%20es%20un%20%C3%A9rmino,mayor%20%20de%20las%20%C3%BAlceras%20estomacales.>
2. Ministerio de Educación. Resultados de la Información Estadística de Instituciones de Educación Superior Dirección Nacional de Educación Superior Ministerio de Educación 2017. El Salvador [Internet] 2018. [Consultado: 23 de agosto de 2021]. Disponible en: <http://utla.edu.sv/wp-content/uploads/2019/01/Resultados-de-la-Informacion-de-IES-2017.pdf>
3. Agencia iberoamericana para la difusión de la ciencia y la tecnología. Rep. Dominicana. [Internet] 2021. [Consultado: 24 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.dicyt.com/noticias/el-horario-de-los-universitarios-eleva-su-consumo-de-comida-rapida>
4. Espinoza S. Factores que producen gastritis en los estudiantes de administración del V ciclo de la Universidad Autónoma de ICA de la Provincia de Chincha, Perú [Internet] 2016. [Consultado: 17 de febrero de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/169/1/SONI>

[A%20CINTHIA%20ESPINOZA%20SIGUAS-FACTORES%20QUE%20PRODUCEN%20GASTRITIS%20ESTUDIANTES.pdf](#)

5. Gaspar M, Jacobe V. Prevalencia de factores de riesgo tradicional de la gastritis en universitarios de Huancayo, Perú [Internet] 2017. [Consultado: 17 de febrero de 2021]. Disponible en: http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/UPLA/155/Miguel_Gaspar_Viennev_Jacobe_Tesis_Titulo_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y