



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE ENFERMERIA

**“MALNUTRICION EN EL PERSONAL DE SALUD A
NIVEL DE LATINOAMERICA”**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORAS: EVELYN CECILIA BACULIMA FAREZ

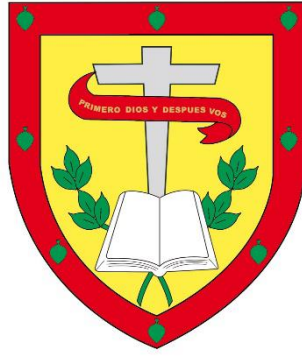
JESSICA LISSETH CAMBISACA GUAYACONDO

**DIRECTORA: LCDA. JENNIFFER NATALY QUITO PERALTA,
ESP.**

CUENCA - ECUADOR

2024

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE ENFERMERIA

“MALNUTRICIÓN EN EL PERSONAL DE SALUD A NIVEL DE
LATINOAMÉRICA”

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORAS: EVELYN CECILIA BACULIMA FAREZ

JESSICA LISSETH CAMBISACA GUAYAICONDO

**DIRECTORA: LCDA. JENNIFFER NATALY QUITO PERALTA,
ESP.**

CUENCA - ECUADOR

2024

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Evelyn Cecilia Baculima Farez portadora de la cédula de ciudadanía N° **0106814593** y **Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo**, portadora de la cédula de ciudadanía N° **0106322951**. Declaramos ser autoras de la obra: “**Malnutrición en el Personal de Salud a Nivel de Latinoamérica**”, sobre la cual nos responsabilizamos sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaramos que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaramos finalmente que nuestra obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también nos responsabilizamos y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **4 de enero del 2024**



Firmado electrónicamente por:
**EVELYN CECILIA
BACULIMA FAREZ**

F:

Evelyn Cecilia Baculima Farez

C.I. 0106814593



Firmado electrónicamente por:
**JESSICA LISSETH
CAMBISACA
GUAYACONDO**

F:

Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo

C.I. 0106322951

CERTIFICACIÓN

Yo **Jennifer Nataly Quito Peralta**, con cédula de identidad N° **0106842685** en calidad de Director del Trabajo de Titulación con el tema: "**MALNUTRICIÓN EN EL PERSONAL DE SALUD A NIVEL DE LATINOAMÉRICA**", certifico que el presente trabajo fue desarrollado por **EVELYN CECILIA BACULIMA FAREZ** y **JESSICA LISSETH CAMBISACA GUAYACONDO**, bajo mi supervisión.



Firmado electrónicamente por:
**JENNIFER NATALY
QUITO PERALTA**

Lcda. Jennifer Nataly Quito Peralta. Esp.

DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
DOCENTE DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA

Agradecimiento

Agradecemos a Dios por guiarnos en este largo e importante trayecto de nuestras vidas y por permitirnos culminar nuestra carrera universitaria; convirtiéndonos así en profesionales dentro del área de la salud. A la Universidad Católica de Cuenca por impartirnos conocimientos en el área de enfermería desde el primer día de clases; gracias por abrirnos sus puertas y permitirnos obtener tan anhelado sueño de ser profesionales. A la Unidad Académica de Salud y Bienestar Carrera de Enfermería, en especial a los docentes que nos compartieron sus enseñanzas y nos brindaron su apoyo incondicional durante todo este tiempo de formación para llegar a ser hoy en día grandes profesionales. De manera muy especial expresamos nuestra eterna gratitud a la Lcda. Nathaly Quito quien fue nuestra tutora y nos impartió todos sus conocimientos y apoyo desde el primer momento en el que empezamos a trabajar en el tema de investigación; gracias por la paciencia y por ser un excelente guía, acompañándonos siempre hasta culminar con nuestro trabajo de titulación, para ella mucho respeto y admiración. Agradecemos también a los docentes de la universidad quienes estuvieron siempre allí para nosotros y a los profesionales de los distintos Centros de Salud y Hospitales de la ciudad de Cuenca de manera especial al Centro de Salud Virgen del Milagro, a la Clínica Latino y al Hospital José Carrasco Arteaga por facilitarnos espacios de aprendizaje para así poder ejecutar nuestros conocimientos en la realización de las prácticas pre-profesionales y así como también agradecemos al Hospital “Aida León de Rodríguez Lara” del cantón Girón y al Hospital “José Carrasco Arteaga”, por permitirnos realizar nuestras prácticas de internado, las cuales hemos concluido y nos ha permitido ejercer nuestra profesión; fueron de gran ayuda en el trayecto de nuestra carrera, ya que el personal que labora en cada una de las instituciones ya antes mente mencionadas nos transmitieron todas sus enseñanzas y con quienes vivimos experiencias inolvidables.

Evelyn Cecilia Baculima Farez

Jessica Liseth Cambisaca Guayacondo

Dedicatoria

En primer lugar, dedico este trabajo primeramente a Dios y a la Virgencita del Cisne por haber guiado mi camino y haberme brindado salud y la fortaleza para seguir adelante a pesar de todas las dificultades que en ese momento atravesaba. Asimismo, a mis padres Angel Gerardo Baculima y Laura Azucena Farez quienes han sido y serán siempre el pilar más importante de mi vida, puesto que siempre estuvieron junto a mí en todo momento de manera incondicional, es por eso que este título no es únicamente mi esfuerzo, sino de ellos también, la meta que hoy se cumple nos pertenece a los tres por igual, de la misma manera a mis hermanos Alex y Henry, que en cada momento han estado a mi lado, apoyándome moralmente cuando más lo necesitaba, a mi tío Manuel Arturo Farez, que siempre ha estado pendiente de mí como un segundo padre desde la distancia apoyándome en lo que más se ha podido, a mi abuelito Lorenzo que a pesar de no estar con nosotros ya hace 5 años yo sé que desde el cielo estará orgulloso de verme convertida en una profesional de enfermería, puesto que él fue el principal motivo para seguir mi carrera, siendo un ejemplo de solidaridad y apoyo al prójimo ofreciendo lo poquito que uno tiene y llenando de alegría el corazón de otros a mismo rato. En segundo lugar, doy gracias a todos por sus consejos y por apoyarme siempre a salir adelante como no agradecerles ya que siempre me alentaron a no rendirme y salir adelante a pesar de los momentos felices o tristes que me dio la vida. También la gratitud a mis amigos y amigas y compañeras que siempre estuvieron conmigo que a pesar de que cada uno de ellos tomaron rumbos diferentes nunca olvidare todos esos momentos en los que nos apoyamos y vivimos grandes recuerdos en la universidad al igual que en el Internado y a todos aquellos que de alguna manera estuvieron a mi lado. Y para terminar a mi compañera y amiga de tesis Jessy que, con mucha dedicación, esmero, esfuerzo y muchos días de sacrificio logramos con éxito este trabajo. Gracias a todos.

Evelyn Cecilia Baculima Farez.

Dedicatoria

La presente tesis está dedicada primeramente a Dios, ya que gracias a él he logrado concluir mi carrera, a mis padres , porque ellos siempre estuvieron a mi lado brindándome su apoyo y sus consejos para hacer de mí una mejor persona, porque ellos han sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores lo cual me ha ayudado a seguir adelante en los momentos difíciles, a mis hermanos a mi hijo y en especial a mi esposo por sus palabras y su confianza ,por su amor y por brindarme el tiempo necesario para realizarme profesionalmente a mis amigos, a mi compañera Evelyn Baculima, que con su apoyo y con mucha dedicación, esmero, esfuerzo y muchos días de sacrificio logramos con éxito este trabajo, y aquellas personas que de una u otra manera han contribuido para que el logro de mis objetivos. GRACIAS A TODOS.

Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo.

Índice de Contenido

Contenido

Resumen	9
Abstract.....	10
Introducción.....	11
Metodología.....	14
Resultados y discusión.....	16
Prevalencia de malnutrición en el personal de salud a nivel de Latinoamérica .	16
Factores asociados que influyen en la malnutrición del personal de salud	18
Complicaciones en la salud por la malnutrición.	20
Hábitos alimenticios que tiene el personal de salud.....	23
Prácticas saludables para evitar la malnutrición en el personal de salud	25
Conclusiones	29
Bibliografía	31

Resumen

Introducción: La malnutrición es un desequilibrio entre los nutrientes que el organismo necesita y aquellos de que dispone, incluye tanto la sobrealimentación, el consumo de una cantidad excesiva de calorías y también la carencia de uno o más nutrientes esenciales.

Objetivo: Analizar la malnutrición en el personal de salud a nivel de Latinoamérica.

Metodología: Se realizó un estudio de revisión bibliográfica de artículos científicos en bases de datos científicas como: Scopus, ProQuest, Scielo, Web Of Science, Redalyc, que se publicaron en el periodo 2018 – 2023, relacionados con la malnutrición en el personal de salud.

Resultados: Se encontró una prevalencia de ente el 55% y el 83% de malnutrición en el personal de salud, teniendo como factores asociados: la carencia de tiempo, sedentarismo y falta de actividad física, provocando complicaciones como afecciones gastrointestinales, cambios de comportamiento y altos niveles de estrés, debido a hábitos alimenticios como: consumo de comida rápida, snacks, bebidas azucaradas y el cambio de alimentación normal; ante lo cual se recomendó como prácticas saludables el cambio a una alimentación más sana, la práctica de ejercicio y el descanso para reducir los niveles de malnutrición. *Conclusión:* La malnutrición en el personal de salud afecta no solo en el aspecto físico y emocional sino también a nivel laboral, de ahí que, se deben definir planes de identificación y tratamiento a corto plazo de los casos presentes en los profesionales de la salud en América Latina.

Palabras clave: Malnutrición, prevalencia, factores asociados, complicaciones, hábitos alimenticios, prácticas saludables, personal de salud.

Abstract

Introduction: Malnutrition is an imbalance between the nutrients the body needs and those it receives, encompassing both overconsumption, the intake of an excessive number of calories, and the deficiency of one or more essential nutrients for the proper functioning of the human body. *Objective:* To analyze malnutrition in healthcare personnel at the Latin American level. *Methodology:* A literature review of scientific articles on malnutrition in healthcare personnel was conducted using databases such as Scopus, ProQuest, SciELO, Web of Science, and Redalyc, published between 2018 and 2023. *Results:* A prevalence of malnutrition ranging from 55% to 83% was found among healthcare personnel, with associated factors including lack of time, sedentary lifestyle, and lack of physical activity. It led to complications such as gastrointestinal disorders, behavioral changes, and high-stress levels, attributed to dietary habits such as the consumption of fast food, snacks, and sugary beverages, and a shift in standard eating patterns. Healthy practices such as adopting a more nutritious diet, engaging in physical exercise, and prioritizing rest were recommended to reduce malnutrition. *Conclusion:* Malnutrition in healthcare personnel impacts their physical and emotional well-being and professional performance. Consequently, short-term identification and treatment plans for cases of malnutrition among healthcare professionals in Latin America should be established.

Keywords: Malnutrition, prevalence, associated factors, complications, dietary habits, healthy practices, healthcare personnel.

Introducción

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la malnutrición es definida como la carencia, desequilibrio o considerada como la excesiva ingesta de calorías y nutrientes en una persona. Estas se congregan en tres grandes grupos: el primero que hace referencia a la desnutrición, conocida como la ingesta inferior de nutrientes y calorías a la necesaria, el segundo donde se encuentra el desequilibrio alimenticio relacionado con la falta y el exceso de micronutrientes esenciales para el crecimiento integral y la obesidad, y en tercer lugar con el sobrepeso y enfermedades no transmisibles que hace referencia a la aglomeración anormal o excesiva de grasa en el organismo que puede ser contraproducente para la salud (1).

Si bien la malnutrición está asociada a niños y jóvenes que padecen en la mayoría de casos desnutrición en la población en general, esta también se puede dar en las personas adultas de más de 18 años en adelante por déficit calórico; no obstante, es más frecuente la presencia de obesidad o sobrepeso, debido a varios factores como, por ejemplo: una alimentación basada en comida alta en grasas saturadas, azúcares y carbohidratos, así también el estilo de vida que llevan o la ingesta de sustancias como bebidas alcohólicas o el cigarrillo (2).

Por otra parte, el estilo de vida de las personas debido a su trabajo, economía o actividades diarias han provocado que cambien las prácticas alimentarias, que inciden directamente en su aspecto físico y desarrollo integral. Estas prácticas alimentarias son entendidas como acciones propias que realizan los seres humanos en relación a su ambiente, ocupación, actividades y/o eventos que integran en la parte de la vida cotidiana y que repercuten directamente en su desarrollo físico e intelectual. Si se hace referencia al ámbito profesional, las personas han adecuado sus horarios de trabajo, descanso y alimentación según sus necesidades o la jornada que efectúan con el propósito de equiparar el tiempo para sus diferentes tareas, entre las que se establecen los tiempos de alimentación (2).

No obstante, estas prácticas no siempre son realizadas de forma efectiva debido a varios factores que, entre otras cosas, provoca malnutrición en las personas que, ya sea por falta de tiempo, inaccesibilidad de lugar donde comer o una calidad pobre de los alimentos que consumen tienen a padecer varios trastornos alimenticios que afectan no solo su salud integral sino, además, su desenvolvimiento personal y laboral (1). Sobre todo, cuando se trata de profesiones que requieren largas jornadas y tiempos mínimos

para el espacio de alimentación; tal es el caso del equipo de salud que se desempeñan en clínicas y hospitales públicos y privados.

Al analizar el tema de la mal nutrición en el personal sanitario a nivel de América Latina, se encontró que el comportamiento alimentario es un procedimiento voluntario, educable y muy influenciado por factores ambientales, económicos y sociales. Esto hace que estas personas adapten su vida personal de acuerdo a sus requerimientos u obligaciones laborales, en donde el descanso, las horas de sueño y, sobre todo, el proceso de alimentación se rige a varios elementos que establecen el estilo de vida que llevan (3).

Pero los comportamientos alimentarios poco saludables siguen aumentando en los países de ingresos bajos y medianos, lo que convierte la desnutrición en una máxima prioridad de salud. Sin embargo, los trabajadores de la salud con largas jornadas laborales y horarios de trabajo variables; son menos activos físicamente y tienden a adoptar conductas alimentarias que no cubren las necesidades nutricionales, excluyendo la carne, los lácteos y las verduras y reemplazándolos por comida rápida y frituras. (4).

Lo que ha provocado varios casos de malnutrición entre el personal sanitario a nivel mundial. Tal es el caso presentado por Syafiq et al. (5) realizado en Malasia en el 2021, en donde, al realizar un estudio a 5540 profesionales de la salud, obtuvo como resultado una prevalencia de malnutrición al presentar el 33,1% sobrepeso y el 21,1% obesidad. Así también se puede señalar el estudio de Nsiah et al. (6) realizado en Ghana en el 2021, en el que, al analizar la prevalencia de malnutrición a 320 trabajadores de la salud de un Hospital universitario se conoció una prevalencia de malnutrición del 13,1% bajo peso, y el 39,4% sobrepeso.

El llevar un nivel de vida más beneficioso, se ha vuelto cada vez más complejo en el área de la salud, considerando que, varios son los factores que hacen que el personal de salud tenga una variabilidad de alimentación mientras realizan sus jornadas laborales. De acuerdo con algunos estudios, el poco tiempo que tiene dentro del trabajo para comer es un factor preponderante para la malnutrición, esto conlleva a que tanto médicos como el personal de enfermería opten por productos como snacks, gaseosas o comida rápida bajos en nutrientes y niveles elevados en grasas saturadas y azúcares (7). Además, en estudios como el realizado por Ramos y Carballeira (8) en el 2021 en España se manifiesta que los factores ambientales relacionados con la ingesta desfavorable de alcohol, cigarrillo y la ausencia de actividad física conlleva a la malnutrición, así también se denota los factores genéticos para los casos de obesidad entre el equipo de enfermería.

Esto ha provocado que el consumo alimenticio dentro del personal de salud sufra cambios relevantes que conllevan a la malnutrición y que provocan entre otras cosas obesidad y sobrepeso. En un estudio realizado en el Reino Unido en el 2021 sobre la obesidad y la dieta entre el personal de enfermería de ese país, dio a conocer que el 67,6% del personal no consumía las cinco raciones diarias de fruta/verduras recomendadas y el 89,6% creía que la dieta alimenticia que llevaban era la indicada para llevar una vida más saludable (9). Por otra parte, en el 2020 en Beirut se realizó un estudio a 307 enfermeras de cinco hospitales de la localidad, de las cuales el 78,2% manifestó que tuvo una alimentación irregular basada en dulces y frituras sobre todo en los turnos de la noche.

En este mismo aspecto, tanto los médicos como el equipo de enfermería, corren el riesgo de tener mala salud física debido a los bajos niveles de actividad física y hábitos alimentarios saludables, especialmente aquellos que trabajan 65 horas o más por semana. Sin olvidar, que las jornadas de turno nocturno, conlleva ciertas irregularidades en las actividades diarias provocando en muchos casos, cambios hormonales, trastornos digestivos y de memoria, fatiga y estrés crónico, mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares o defensas débiles; en otras palabras, los trastornos de las funciones psicofísicas empeoran. (10).

Donkor et al. (11) En Trinidad y Tobago en el 2020 realizaron un estudio a 99 enfermeras que asistieron al Taller de Excelencia en la Práctica de Enfermería, en el mismo se pudo conocer que entre las complicaciones de malnutrición presente en el personal estuvieron: la presión arterial sistólica, la presión arterial diastólica y la glucosa en la sangre. Mientras que en Australia en el 2022 se realizó un estudio entre 501 profesionales de la salud, donde los resultados dieron a conocer que el 82% del personal presentaron problemas de alimentación saludable por consumir varios alimentos de las máquinas expendedoras en su trabajo (12).

Al reconocer las diferencias de los niveles de actividad física y hábitos alimentarios entre diferentes programas de salud permitió recibir información para que cada programa adopte estrategias que incluyan en el contenido curricular instrucción sobre estilos de vida saludable, mientras que la universidad implementa estrategias que promuevan la actividad física y hábitos alimentarios saludables; como resultado de estas intervenciones, los profesionales de la salud prescriben hábitos más saludables a largo plazo (13).

Es por ello que, se buscan soluciones a la problemática de la malnutrición que se presenta en el equipo de salud. En el estudio de Sajwani et al. (14) en el cual, al establecer

un deficiente comportamiento alimentario de 488 enfermeros de la ciudad de Beirut en el 2023, se definió un proyecto para promover una alimentación saludable a nivel organizacional, personal, ambiental y social que sea alcanzable en el lugar de trabajo como práctica saludable de alimentación.

Sin embargo, muchos países en Latinoamérica han optado por la implementación de planes alimentarios desde las instituciones educativas en las que se incluye el tipo de alimentación que se debe tener de acuerdo a la edad de cada persona, las principales complicaciones de no alimentarse bien con el fin de que involucren al personal de salud para que ellos comprendan la necesidad de tener un hábito saludable y sean ellos los encargados de transmitir este mensaje al resto de personas (15).

De acuerdo a los preceptos antes mencionados, se justificó la necesidad de ejecutar una revisión bibliográfica enfocado en la malnutrición en el personal de salud a nivel de Latinoamérica, misma que da como resultado el establecimiento de las siguientes interrogantes: Prevalencia de malnutrición del personal de salud a nivel de Latinoamérica; factores asociados que influyen en la malnutrición del personal de salud; complicaciones en la salud por la malnutrición; hábitos alimenticios que tiene el personal de salud; prácticas saludables para evitar la malnutrición en el personal de salud.

Metodología

El presente trabajo investigativo se realizó a través de una revisión bibliográfica en bases de datos científicas como: Scopus, ProQuest, Scielo, Web Of Science, Redalyc, información disponible en la literatura científica sobre el tema de malnutrición en el personal de salud en Latinoamérica.

Para la revisión de los artículos científicos se procedió a seleccionar las palabras clave utilizando los “Descriptores en ciencia de la salud” (DECS) y los Medical Subject Headings (MESH) en varios idiomas (español, inglés y portugués): “prevalencia”, “factores asociados”, “complicaciones en la salud”, “hábitos alimenticios”, “prácticas saludables” relacionados con el personal de salud en Latinoamérica.

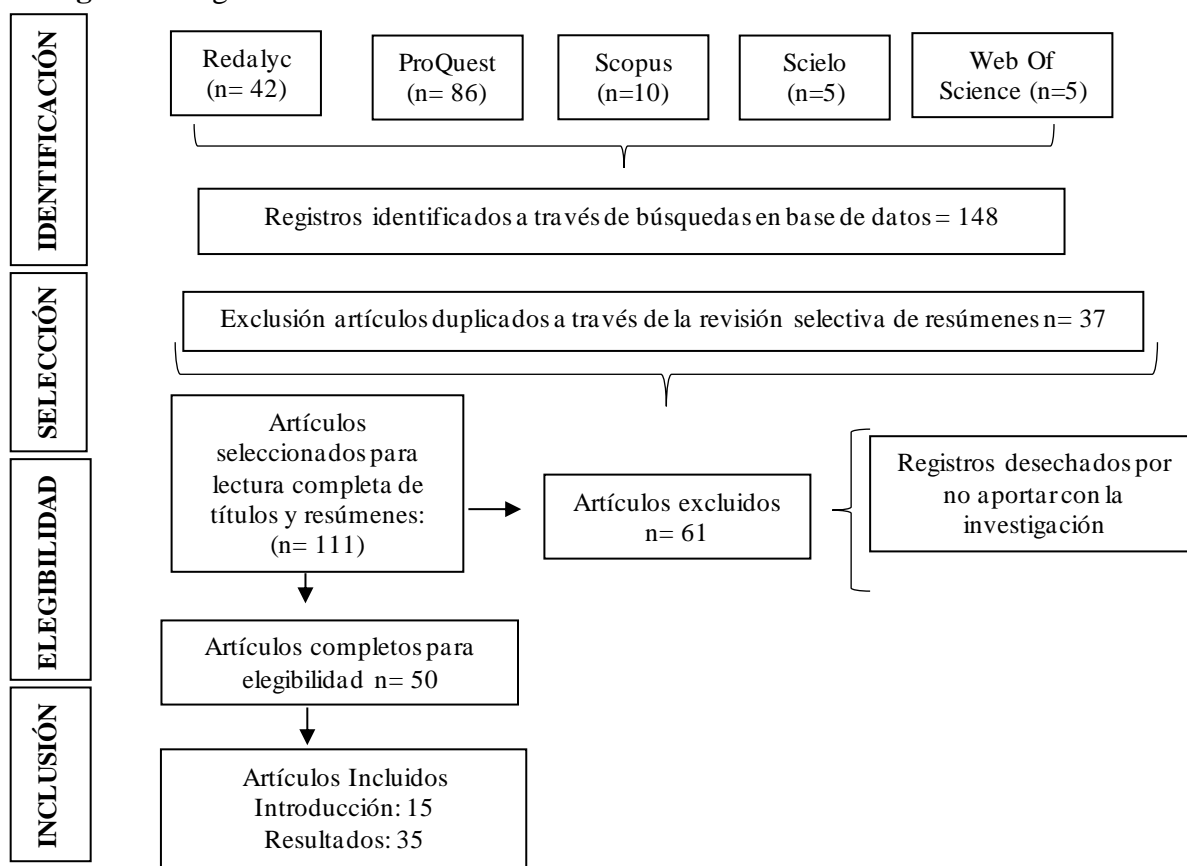
Para la búsqueda de información se utilizaron los descriptores asociados a los operadores booleanos “OR”, “AND”, guiados en los criterios para la obtención de los artículos, los cuales fueron revisados y analizados para responder a las preguntas de investigación propuestas sobre la malnutrición del personal de salud en Latinoamérica. Dentro de los criterios de inclusión se encontraron documentos de bases científicas relacionadas al tema, correspondientes a los últimos cinco años de publicación y en varios idiomas. Mientras que en los criterios de exclusión estuvieron todos los documentos que

no cumplieron con los criterios de inclusión y que no aporten de manera significativa al desarrollo del presente estudio.

Las bases de datos seleccionadas para este estudio fueron: Scopus, ProQuest, Scielo, Web Of Science, Redalyc. Para la combinación de las palabras claves se utilizaron los operadores AND y OR de la siguiente forma: Hábitos Alimenticios AND personal de salud AND Latinoamérica; Factores asociados AND malnutrición AND personal de salud; Complicaciones en la salud AND malnutrición OR factores asociados; Prevalencia AND personal de salud AND malnutrición; Prácticas saludables AND personal de salud AND malnutrición.

Para realizar este estudio se ejecutó la búsqueda en bases de datos e información, en donde se encontró un total de 148 artículos, a los cuales se les realizó un análisis crítico de acuerdo al tema de investigación planteado de los cuales se excluyeron 98, dando como resultado 50 artículos para empezar a desarrollar el trabajo de investigación, tal como se evidencia en la Figura 1.

Figura 1. Algoritmo de selección de los artículos



Fuente: Elaborado por las autoras.

Resultados y discusión

Al realizar la búsqueda bibliográfica se eligieron 50 artículos de las siguientes bases digitales: Redalyc (18%), ProQuest (18%), Scopus (24%), Scielo (18%), Web Of Science (22%), de los cuales 15 se utilizaron en la parte de introducción de la revisión bibliográfica y los 35 artículos restantes para contestar las preguntas de investigación que se relacionaron al tema; siete artículos se utilizaron para la prevalencia de malnutrición del personal de salud a nivel de Latinoamérica, siete a los factores asociados que influyen en la malnutrición, siete a las complicaciones en la salud por la malnutrición, siete a los hábitos alimenticios que tiene el personal de salud y siete las prácticas saludables para evitar la malnutrición. De los cuales, 31 fueron en idioma español, dos en inglés y dos en portugués.

Prevalencia de malnutrición en el personal de salud a nivel de Latinoamérica

En el ámbito de la salud, los profesionales han debido modificar sus hábitos cotidianos como es el descanso y la alimentación, lo que ha provocado cambios a nivel de salud tanto física como psicológica, es por ello que, es común observar personal de salud con apariencia obesa o sobre peso. Tal como lo señala Mota et al. (16) que en su estudio realizado a 710 expertos de la salud en el estado de Paraíba dio a conocer que el 78,5% tuvo una prevalencia de malnutrición al realizar un cambio negativo de su dieta alimenticia, especialmente relacionado con la obesidad.

De acuerdo con Verón et al. (17) esta situación no es aislada en ciertos sectores pues al realizar un estudio entre 100 profesionales de enfermería que laboraban en el Instituto de Cardiología de Corrientes en el turno de la noche, se conoció que el 33% evidenciaba sobrepeso y 50% obesidad, señalando, además, que este grupo poblacional es vulnerable a padecer malnutrición debido a varios factores que inciden en su complejidad física. Esto comparte Gualpa et al. (18) pues en su estudio a 73 enfermeras/os del Hospital "Homero Castanier Crespo" en Azogues, Ecuador se encontró que el 54,8 % del personal presentó sobrepeso y 17,8 % obesidad.

El tema de la malnutrición entre el personal de salud ha estado presente en varias investigaciones que inciden en varios padecimientos que sobrellevan por su estilo de trabajo tal como lo muestra Hernández et al. (19), quienes por medio de un estudio realizado a 60 expertos de la salud de un hospital público de México pudieron establecer que el 55% de los integrantes presentan sobrepeso y obesidad, y el 8,3% de los integrantes presentan un índice de masa corporal en estándares normales.

Bajo el mismo concepto, Tirado et al. (20) al realizar estudio descriptivo y correlacional a 500 profesionales de la salud de una unidad de medicina familiar (UMF) en Culiacán dieron a conocer que existe una prevalencia del 43,6% de obesidad y un 37,3% de sobrepeso en el personal evaluado. Mientras que, Correa et al. (21) encontraron que de 442 profesionales de enfermería del hospital de Rio Grande do Sul, existió una prevalencia de 74,2% de sobrepeso, con 3,6% de obesidad.

Mientras que, en Argentina en el 2018, Izquierdo et al. (22) al realizar un estudio descriptivo, transversal acerca de la prevalencia de sobrepeso/obesidad en el personal sanitario del Departamento de Clínica Médica de la Fundación Favalaro, Buenos Aires, estableciendo una prevalencia de malnutrición debido que, el 42% del personal sanitario presento sobrepeso y el 28% obesidad. Tal como se puede evidenciar en la tabla 1.

Tabla 1.

Prevalencia de malnutrición en el personal de salud

Autor	Año	País	Casos	Muestra	Prevalencia
Mota et al. ¹⁶	2021	Hospitales Federales Universitarios - Brasil	557 personas	710 personas	78,5%
Verón et al. ¹⁷	2020	Instituto de Cardiología de Corrientes - Argentina	83 personas	100 personas	83%
Gualpa et al. ¹⁸	2018	Hospital "Homero Castanier Crespo" - Ecuador	53 personas	73 personas	72,6%
Hernández et al. ¹⁹	2021	Hospital Público de segundo nivel - México	33 personas	60 personas	55%
Tirado et al. ²⁰	2020	Unidad de Medicina Familiar (UMF) - México	405 personas	500 personas	80,9%
Correa et al. ²¹	2020	Hospital Filantrópico de Rio Grande do Sul - Brasil	344 personas	442 personas	77,8%
Izquierdo et al. ²²	2018	Fundación Favalaro - Argentina	35 personas	50 personas	70%

Fuente: Revistas científicas Latinas. Elaborado por: Autoras.

De acuerdo con los estudios revisados, acerca de la prevalencia de malnutrición del personal de salud a nivel de Latinoamérica, se evidencia que, el problema de malnutrición se encuentra relacionado a una cantidad excesiva de calorías, relacionado al sobrepeso y a la obesidad, no se encuentra datos importantes sobre desnutrición, debido a que existen factores prevalentes que influyen directamente en la aparición de esta condición; se debe considerar que no es necesario que una persona se vea gorda para admitir esta condición, pues existen personas que a pesar de tener un peso aparentemente saludable, presentan un exceso de grasa corporal.

De los estudios analizados, se observó una mayor prevalencia en el Instituto de Cardiología de Corrientes – Argentina al presentar un 83% de su personal con malnutrición, le sigue la Unidad de Medicina Familiar (UMF) – México con el 80,9% de su personal con malnutrición por presentar altos niveles de obesidad y sobrepeso; en tanto que, la prevalencia más baja lo tiene el Hospital Público de segundo nivel – México, donde únicamente el 55% de los profesionales de la salud presentan obesidad; no obstante son porcentajes bastante altos a nivel general.

No obstante, las cifras son bastante preocupantes en el sentido de que, la malnutrición no solo afecta a la parte física del personal de salud, esto inclusive puede repercutir en el desempeño laboral e indirectamente está afectando a los pacientes que diariamente son atendidos. Esta situación tiene origen en varios factores que se verán a continuación y que poco a poco se va convirtiendo en un problema de salud pública, lo que las autoridades sanitarias deben tomar en atención a fin de buscar una solución que permita reducir o eliminar esta situación que se encuentra presente en todas las entidades de salud, tanto públicas como privadas.

Factores asociados que influyen en la malnutrición del personal de salud

De acuerdo a la investigación realizada se ha puesto en evidencia que existe una elevada prevalencia de malnutrición entre el personal de salud que labora en los centros médicos, al no ser hechos aislados, se da a conocer una variedad de factores asociados que conllevan a esa condición. Tal como lo indica Chávez et al. (23) quienes en su estudio encontraron que los principales factores que alteran la alimentación de los profesionales de la salud están: la carencia de tiempo, carga de trabajo, la disponibilidad de alimentos, el estrés, las preferencias y los horarios de alimentación.

Por su parte, Tapia et al. (24) realizó una revisión sistemática acerca del entorno de trabajo y sus repercusiones en el estado de salud nutricional del equipo de enfermería en las diversas áreas hospitalarias, donde se pudo conocer que los turnos de trabajo, el estilo de vida y las costumbres son factores que influyen en su malnutrición. Factores que coinciden con el estudio de Espeche et al. (25) donde al investigar que el equipo de enfermería que se desempeñan en varios centros de salud de Córdoba, Argentina, destacan que entre los factores que provocan una malnutrición están: tiempo de trabajo, situación económica y la cultura alimentaria que tiene el personal.

Echeverría et al. (26) realizó en el 2020 en un estudio de corte transversal, exploratorio, descriptivo y retrospectivo sobre los estilos de vida del profesional enfermero en el cual se pudo que entre los factores que afectan su alimentación están las

condiciones laborales y las exigencias del trabajo con el 58,2%; además de los factores laborales se advierte el consumo de ciertas sustancias tales como: en el personal médico el consumo de alcohol con el 89,5%, el cigarrillo en el 50% y bebidas energéticas con el 28,9%; mientras que, en el equipo de enfermería el uso de bebidas alcohólicas estuvo presente en el 60%, cigarrillo en el 45% y bebidas energéticas con el 40% como factores de malnutrición. En tanto que, Laje et al. (27) dieron a conocer que el estrés, especialmente en el horario nocturno en el 78,9%, los turnos de trabajo y la rotación afectaron al 32% y en la alimentación del personal de enfermería que pueden generar complicaciones a nivel físico, coincidiendo con los resultados del estudio anterior.

Mientras que, Villafuentes (28) en el 2018 realizó un estudio en México, el cual analizó a 124 profesionales de enfermería que presentaron malnutrición, misma que se dio debido a varios factores, sobre todo, el sedentarismo presente en el 63%, debido a que la mayoría del tiempo pasan sentadas en el trabajo y en sus tiempos libres no realizan actividad física. Por último, Diaz et al. (29) en el 2020 en Perú realizaron un estudio descriptivo, transversal a 238 expertos en la salud del Hospital Naylamp de Chiclayo donde se encontró que la presencia de malnutrición entre el personal se debe a factores como el hábito de fumar en el 58,7% y el consumo de alcohol en el 36,4%, que han influenciado en su alimentación saludable e integral. Tal como se edifica en la Tabla 2.

Tabla 2.

Factores asociados que influyen en la malnutrición en el personal de salud

Autor	Año	País	Factores asociados
Chávez et al. ²³	2021	Hospital Autónomo Universitario - México	Falta de tiempo, carga de trabajo, la accesibilidad de los alimentos, el estrés, los gustos, las preferencias y los horarios de comida
Tapia et al. ²⁴	2023	Hospital Público "Eloy Alfaro", Manabí - Ecuador	Turnos de trabajo, los hábitos y el estilo de vida
Espeche et al. ²⁵	2021	Centro Hospitalario de Córdova - Argentina	Tiempo de trabajo, situación económica y la cultura alimentaria
Echeverría et al. ²⁶	2020	Centro de Salud de Milagro - Ecuador	Condiciones laborales, exigencia del trabajo y el consumo de alcohol
Laje et al. ²⁷	2022	Hospital Sagrado Corazón de Jesús - Ecuador	Estrés, los turnos de trabajo y la rotación
Villafuentes ²⁸	2018	Hospital General de Zona No. 1, Tepic - México	Sedentarismo y falta de actividad física
Diaz et al. ²⁹	2020	Hospital Naylamp-Chiclayo - Perú	Hábito de fumar y el consumo de alcohol

Fuente: *Revistas científicas Latinas. Elaborado por:* Autoras.

De acuerdo al análisis realizado, se puede observar que la falta de tiempo y los turnos de trabajo son los factores asociados que prevalecen para la presencia de malnutrición en los trabajadores de la salud. Sobre estos hechos hay que manifestar que, en el ámbito de salud de acuerdo a sus actividades diarias no siempre permite que su personal pueda alimentarse a las horas establecidas. A esto se suma el estilo de vida que llevan, pues en ciertos casos, varias son las personas que tienen un tipo de dieta o una preferencia alimenticia, inclusive el uso de sustancias alcohólicas o el cigarrillo que de una u otra manera incide en el régimen alimenticio, más aún cuando tienen que realizar los turnos en las noches.

Como se observa en la Tabla 2, existen factores similares en diferentes centros médicos, pues, los turnos de trabajo son factores habituales en el Ecuador, pues tanto en el Hospital Público “Eloy Alfaro” de Manabí como en el Hospital Sagrado Corazón de Jesús los profesionales de la salud coinciden en este punto; por otra parte, los gustos o cultura alimentaria son factores prevalentes tanto en México como en Argentina; mientras que el consumo del alcohol está presente en el Centro de Salud de Milagro, Ecuador y el Hospital Naylamp-Chiclayo, Perú.

Es importante tomar en consideración que, ciertos factores asociados que se presentaron no solo se dan al momento de los turnos laborables de los trabajadores de la salud, pues estos también se presentan en sus horas libres; es decir, hay personas que no se alimentan correctamente cuando están en casa, de la misma forma, beben alcohol o tienen el hábito de fumar a cualquier hora del día, así también, la falta de actividad física se genera fuera de los horarios laborales sin embargo, también incide negativamente en su condición física.

Complicaciones en la salud por la malnutrición.

En cuanto a los artículos revisados acerca de la malnutrición en el personal de enfermería se consideró también las complicaciones que esta provoca, debido a que, en sí, la obesidad y el sobrepeso, en este caso, hace referencia a la malnutrición como tal y no como una complicación. Es así como, Ojeda et al. (30) al analizar la relación que existe entre las complicaciones que presenta el equipo de enfermería de un hospital público de Perú, a través de un estudio cuantitativo de correlación corte transversal, dieron a conocer que al menos el 50% presentaron gastritis por sus condiciones de trabajo que afecta en su normal alimentación.

Por su parte, Cobos et al. (31) en su investigación acerca de la convención que existe entre los niveles de obesidad y la calidad de sueño en los profesionales sanitarios

de un hospital público de Ecuador en el 2022, se pudo conocer que la malnutrición provocó que el 71,3% de los expertos de la salud presente alteraciones en el sueño. En tanto que, Bareiro (32) al analizar la relación entre las complicaciones de salud y las perturbaciones en los hábitos nutricionales de 40 trabajadores de enfermería de un Hospital General de Paraguay, encontró que el 80% del personal reportaron alteraciones metabólicas a causa del exceso de peso que padecían, siendo la hipertrigliceridemia (50%) y el hipercolesterolemia (30%), las más frecuentes.

Codas et al. (33) en el 2018 realizaron un estudio observacional, prospectivo, descriptivo de tipo transversal en Paraguay a 302 profesionales de la salud de un Hospital Regional acerca de los hábitos en su vida, obteniendo resultados que dieron a conocer que el 79% de los trabajadores de salud tenían un hábito de vida poco saludable; influyendo en el 78% del personal que presentó un alto riesgo cardio metabólico. En tanto que, en el mismo año Bordignon et al. (34) en Brasil se realizó un estudio a 86 expertos de enfermería del área de emergencia hospitalaria del interior del Estado de São Paulo con el propósito de reconocer las complicaciones de salud que comprometen al personal y sus factores relacionados, donde se conoció que, el 10% y el 11,8% presentaron gastritis e irritación duodenal respectivamente por causas de una malnutrición.

Moya et al. (35) al realizar un estudio observacional, descriptivo, transversal a fin de verificar los estilos de vida existentes a desarrollar sobrepeso y obesidad durante la pandemia por COVID-19 a 21 profesionales de la salud del Hospital General Ambato, Ecuador, dieron a conocer una prevalencia de sobrepeso, lo que provocó en el 28,6% del personal un cambio irregular del metabolismo sobre todo en quienes laboraban en la jornada nocturna donde aumentó la ingesta de comida chatarra. Finalizando con Tamayo et al. (36) quienes, en su estudio descriptivo, transversal evaluaron 25 enfermeras que laboraban en la unidad de cuidados intensivos de un hospital de tercer nivel de la Ciudad de México, donde se constató la presencia del síndrome metabólico en 28% de la población asociado con problemas de obesidad y sobrepeso. El resumen de los estudios se puede constatar en la Tabla 3.

Tabla 3.*Complicaciones de la salud por la malnutrición en el personal de salud*

Autor	Año	País	Complicaciones
Ojeda et al. ³⁰	2019	Hospital Provincial Docente Belén Lambayeque - México	Gastritis
Cobos et al. ³¹	2022	Hospital José Carrasco Arteaga - Ecuador	Alteraciones en la calidad del sueño
Bareiro ³²	2020	Hospital General de Barrio Obrero - Argentina	Alteraciones metabólicas
Codas et al. ³³	2018	Hospital Regional de Encarnación - Ecuador	Alto riesgo cardiometabólico
Bordignon et al. ³⁴	2018	Hospital General de São Paulo - Brasil	Gastritis e irritación duodenal
Moya et al. ³⁵	2022	Hospital General Ambato - Ecuador	Metabolismo irregular
Tamayo et al. ³⁶	2018	Hospital de tercer nivel de la Ciudad de México - México	Síndrome metabólico

Fuente: Revistas científicas Latinas. *Elaborado por:* Autoras.

En cuanto a las complicaciones que la malnutrición ha provocado en el profesional de salud, se observa que, las afecciones a nivel gastrointestinal son las más frecuentes como la gastritis que es habitual entre las personas jóvenes y adultas, sin dejar a lado, a problemas de tipo metabólico como la diabetes y los cambios de comportamiento sobre todo en cuanto al sueño se refiere, pues una mala alimentación provoca varios trastornos que no son considerados como importantes pero que altera los estilos de vida personal como profesional.

En relación a las complicaciones con los centros médicos, se observa que, la gastritis está presente tanto entre el personal del Hospital Provincial Docente Belén Lambayeque – México, así como en el Hospital General de São Paulo – Brasil; mientras que, las afecciones metabólicas se hacen presente en tres países diferentes al presentarse en el Hospital General de Barrio Obrero de Argentina, en el Hospital General Ambato de Ecuador y en el Hospital de tercer nivel de la Ciudad de México, en México. Únicamente se menciona las alteraciones en la calidad del sueño en el Hospital José Carrasco Arteaga de Ecuador.

Esto da como resultado que se generen nuevas enfermedades en el personal de salud, mismas que no siempre son tratadas a tiempo, pues en la mayoría de casos si no existe el tiempo suficiente para alimentarse adecuadamente, menos tienen para realizarse un chequeo preventivo o correctivo, desechando la idea errónea de que al laborar en una institución de salud es difícil enfermarse o padecer algún malestar, según el criterio público en la sociedad.

A esto se suma el criterio popular que aducen que la obesidad o el sobrepeso derivan de la malnutrición, sin embargo, estas son únicamente los tipos que se pueden

presentar en una persona, y que no solo depende de los factores que lo provoquen sino principalmente de los hábitos alimenticios que tengan las personas, en el caso de estudio, el personal sanitario, como se verá a continuación.

Hábitos alimenticios que tiene el personal de salud.

En lo relacionado con los estilos de vida alimenticio que el equipo de salud tiene de acuerdo a la investigación realizada se pudo conocer que, el personal de salud dado ciertos factores han cambiado su forma de alimentarse lo que ha incidido en varios ámbitos. Tal es el caso de Schifferli et al. (37) quienes, en su estudio realizado en Chile en el 2020, dieron a conocer que el 12.9% de los profesionales tenían estilos de vida poco saludables, así también, el 65.2% requería cambios de estilos de vida dietéticos y el 21.9% presentaban hábitos alimenticios saludables.

Galicia et al. (38) en su estudio realizado en el 2022 en Zacatecas, México encontraron que entre los hábitos alimenticios que tienen los internos de enfermería, el consumo de alimentos ultra procesados es alto, dado que, el 33% del personal tienen un consumo de refrescos alrededor de cinco veces a la semana, así también, el 40% consumieron frituras alrededor de 3 veces a la semana y el 35,6% de la población tuvieron una frecuencia de hasta tres veces a la semana de chocolates y golosinas; hábitos que se relacionan directamente con su estado nutricional y rendimiento personal.

Mientras que, Agreda et al. (39) al realizar un estudio transversal en Colombia en el 2020, encontraron que, el 67,4%, de este grupo, el 65,1% son mujeres, quienes consumen habitualmente bebidas estimulantes o bebidas energéticas con alto contenido de cafeína sobre todo para contrarrestar los efectos de cansancio por los turnos rotativos; además indicaron que lo hacen para mitigar los efectos del alcohol que consumen, lo que provoca cambios en su metabolismo originando casos de obesidad entre el personal de salud.

Por su parte, Yaguachi et al. (40) al realizar un estudio en Ecuador en el 2021, entre 130 trabajadores de la salud del Hospital Provincial Martín Icaza de Babahoyo, obtuvieron como resultado que el 69,2% del personal tiene una dieta baja de frutas, el 66,2% consume aproximadamente de dos a tres tazas de vegetales crudos o de ensaladas en cantidades inferiores de lo normal durante el día y el 30,8% consume excesiva cantidad de sal, alimentos enlatados con preservantes, comida rápida, chatarra o con excesiva grasa. Que se asemeja a los resultados del estudio de Meza et al. (41) realizado en Paraguay en el 2022, donde se encontró que, de 58 médicos residentes el 64% ingiere

comida rápida en horario normal y únicamente el 34% consume agua habitualmente en el trabajo.

Viana et al. (42) En Brasil, en el 2019 al realizar un estudio descriptivo, transversal entre 215 expertos de la salud de Montes Claros, MG, encontraron que el 87,4% no consume agua normalmente, el 72,6% no consume frutas y el 57,7% consume bebidas alcohólicas, aunque el 63,7% si retira la excesiva cantidad de grasa de la carne antes de consumirla. Finalizando con el estudio de Santiago (43) que, al realizar un estudio en México en el 2023 a 126 trabajadores de la salud, dio como resultado que, el índice de obesidad se da sobre todo por el consumo elevado de alimentos con grasas, sal, y azúcares y el sedentarismo que presentaron. El resumen se lo observa en la tabla 4.

Tabla 4.

Hábitos alimenticios que tiene el personal de salud

Autor	Año	País	Hábitos alimenticios
Schifferli et al. ³⁷	2020	Hospital Dr. Hernán Henríquez Aravena - Chile	Snacks, golosinas
Galicia et al. ³⁸	2022	Centro Médico De Especialidades de Zacatecas - México	Refrescos, frituras, chocolates y golosinas
Agreda et al. ³⁹	2020	Hospital Universitario del Área Andina - Colombia	Bebidas estimulantes y energizantes
Yaguachiet al. ⁴⁰	2021	Hospital Provincial Martin Icaza de Babahoyo - Ecuador	Comida chatarra y alta en grasa
Meza et al. ⁴¹	2022	Hospital General de Luque - Paraguay	Consumen comida rápida
Viana et al. ⁴²	2019	Hospital Montes Claros, MG - Brasil	No consume agua normalmente
Santiago ⁴³	2023	Unidad de Medicina Familiar No. 53 - México	Alimentos ricos en grasas, sal, y azúcares

Fuente: Revistas científicas Latinas. Elaborado por: Autoras.

Sobre los hábitos alimenticios, en los artículos analizados se presenta el consumo de comida rápida como fuente de alimentación, a esto se le incluye productos como snacks, golosinas que se encuentran en las máquinas expendedoras que muchos hospitales tienen y son bastante requeridas, esto se suma el hecho que, el personal de salud ha disminuido el consumo de agua durante la jornada laboral, en su lugar, prefieren bebidas azucaradas o energizantes, sobre todo en las jornadas nocturnas o en su caso, muchos no desayunan de manera correcta y únicamente prefieren consumir algún alimento rápido como las hamburguesas; o en su caso, solo ingieren yogurt, que si bien es un alimento

sano, no provee los nutrientes necesarios de un desayuno normal, lo que ha hecho que se establezcan prácticas saludables para evitar la presencia de obesidad o sobrepeso ente los profesionales de la salud.

Si se observa la Tabla 4, en el Hospital Dr. Hernán Henríquez Aravena de Chile, en el Centro Médico De Especialidades de Zacatecas, México y en el Hospital Provincial Martin Icaza de Babahoyo en Ecuador se presenta una preferencia por los snacks, golosinas y alimentos procesados, generalizando a nivel de Latinoamérica el gusto por estos alimentos; mientras que, en el Hospital General de Luque de Paraguay y la Unidad de Medicina Familiar No. 53 de México, tienen un preferencia similar por la comida rápida, algo bastante habitual entre los profesionales de la salud.

También hay que considerar el hecho que, los hábitos alimenticios de las personas, en este caso del personal de salud también viene dados por hechos como que, la comida chatarra o la rápida, es de fácil acceso tanto por su valor como por su facilidad de adquisición, lo que provoca el aumento de su consumo, además indirectamente los centros de salud son culpables de esta situación, pues su administración es quien decide que alimentos proporcionar para el consumo de las personas dentro de los establecimientos sanitarios.

Este aspecto es importante tomar en consideración debido a que, dentro de la atención primaria de salud, se aconseja y solicita a los pacientes que mantengan buenos hábitos alimenticios con el incremento del consumo de frutas, vegetales y hortalizas, al mismo tiempo el reducir la ingesta de azúcares y grasas saturadas; por lo cual, el personal de salud debe dar el ejemplo y a pesar de existir varios factores asociados se puede ejecutar prácticas saludables para mejorar la alimentación tal como, se verá a continuación.

Prácticas saludables para evitar la malnutrición en el personal de salud

La presencia de malnutrición en el equipo de salud puede repercutir en el óptimo cumplimiento en el cuidado y atención de los usuarios; de ahí que, varios investigadores han incluido en sus investigaciones algunas estrategias para mejorar su condición nutricional. Tal es el caso del estudio de Alonzo et al. (44) en el 2021 quienes, ante los niveles altos de obesidad y sobrepeso en el equipo de enfermería analizado, establecieron algunas estrategias educativas como charlas educativas y la entrega de trípticos didácticos para robustecer sus conocimientos y que tomen conciencia ante esta problemática y los beneficios que aporta llevar un estilo de vida saludable, eligiendo alimentos por calidad y no por cantidad.

De la misma manera, Alarcón et al. (45) en su estudio realizado en el 2018 en la ciudad de México ante la presencia de obesidad en el equipo de enfermería, proponen la planificación de estrategias por parte de la administración del hospital para mejorar el estado nutricional, orientados al cambio de una alimentación equilibrada individual con alimentos más sanos y la práctica de actividad física saludable como la realización de deportes o caminatas diarias. Datos que se asemejan a los encontrados en el estudio de Souza et al. (46) realizado en Brasil en el 2019, donde ante el incremento de peso en el personal, recomendaron que se analice los hábitos alimenticios con el fin de realizar un cambio de dieta para reducir medidas, así también, el incremento de actividades físicas como ir al gimnasio o practicar algún deporte.

Por su parte, el estudio realizado por parte de Escobar (47) en Ecuador en el 2023 se observó una mala alimentación entre el personal de enfermería que desencadenaba bajo desempeño laboral; ante esta situación se propuso que se ejecute un cambio en la alimentación del personal, con una dieta basada en alimentos naturales, así como un cambio en el estilo de vida, en el que se incluya la práctica de algún deporte que permita quemar calorías. Resultados que se relacionan con encontrados en el estudio de León et al. (48) realizado en el en Perú en el 2021, donde, se hacen propuestas de adoptar medidas como el mejoramiento por parte de las administraciones hospitalarias para implementar mejores tiempos de descanso y alimentación; a esto se promueve un cambio de alimentación más sano y el manejo del estrés laboral que repercute directamente en la salud de los profesionales.

En tanto que, en el estudio realizado por Rivas et al. (49) en el 2023 en Paraguay ante la alta incidencia de hábitos alimenticios no saludables entre la población de internos analizados, proponen que se planifique un plan dirigido al cambio de alimentación con el aumento en la ingesta de verduras, legumbres y frutas; la disminución de consumo de cigarrillo y de bebidas alcohólicas; así también, reducir el sedentarismo que presentan a pesar de ser una población bastante joven. Finalizando el análisis con el estudio de González et al. (50) realizado en México en el 2019 donde sugieren mejorar los tiempos en el horario de descanso en el equipo de enfermería, sobre todo, en el turno de la noche, donde suelen consumir alimentos ricos en grasas saturadas y snacks para evitar problemas de malnutrición. Tal como se puede verificar en la tabla 5.

Tabla 5.*Prácticas saludables para evitar la malnutrición en el personal de salud*

Autor	Año	País	Prácticas saludables
Alonzo et al. ⁴⁴	2021	Hospital Luis Gabriel Dávila, Tulcán - Ecuador	Charlas educativas y trípticos didácticos
Alarcón et al. ⁴⁵	2018	Clínica Hospital del ISSSTE Chilpancingo - México	Alimentos más sanos y la práctica de actividad física saludable
Souza et al. ⁴⁶	2019	Hospital Primario de Rio Grande do Sul - Brasil	Cambio de dieta para reducir medidas e ir al gimnasio o practicar algún deporte
Escobar ⁴⁷	2023	Hospital San Vicente de Paúl - Ecuador	Consumo de alimentos naturales y la práctica de deportes
León et al. ⁴⁸	2021	Hospital de Alta Complejidad Virgen de la Puerta - Perú	Cambio de alimentación más sano y manejo del estrés laboral
Rivas et al. ⁴⁹	2023	Centro Hospitalario de San Lorenzo - Paraguay	Aumento en ingesta de verduras, legumbres y frutas y disminución de consumo de tabaco y alcohol
González et al. ⁵⁰	2019	Institución Hospitalaria de tercer nivel de la Ciudad de México - México	Mejorar los tiempos y horarios de descanso

Fuente: *Revistas científicas Latinas. Elaborado por:* Autoras.

El tema de la malnutrición en el ámbito del personal sanitario es de suma relevancia, a tal punto que, esto no solo se relaciona con obesidad o sobrepeso, también con otros trastornos como el estrés y la ausencia de sueño; de ahí que, en las investigaciones analizadas lo que más se recomienda como prácticas saludables está el cambio de alimentación, pues como se observó anteriormente, el consumo de comida baja en proteínas y altas en grasas y carbohidratos provocan cambios metabólicos, a esto se suma la intervención de las instituciones de salud a fin de proporcionar periodos de descanso en el cual puedan alimentarse de forma normal.

De acuerdo con los resultados encontrados, la práctica de actividad física es la más prevalente pues se encuentra presente como una opción primaria en el Hospital General de Luque de Paraguay, Hospital San Vicente de Paúl en Ecuador y la Unidad de Medicina Familiar No. 53 en México; en tanto que, el aspecto alimenticio sano es una opción en la Clínica Hospital del ISSSTE Chilpancingo, México, el Hospital de Alta Complejidad Virgen de la Puerta -de Perú y el Centro Hospitalario de San Lorenzo – Paraguay al sugerir consumir alimentos más sanos como frutas, verduras y hortalizas. Solo en la Institución Hospitalaria de tercer nivel de la Ciudad de México proponen mejorar los tiempos y horarios de descanso.

Algunos autores hacen hincapié también en la práctica de actividad física como un complemento para establecer una mejoría el estado físico y mental de los profesionales

de la salud, pues el ejercicio diario ayuda a minimizar la magnitud de la obesidad y sobrepeso en la humanidad y esto mejoraría si además tuvieran tiempos adecuados de descanso, sobre todo en las jornadas nocturnas que tiene que cumplir el personal de salud. Y esto no solo se ha aplicado en el contexto de los trabajadores de la salud, sino a nivel de la población, pues esta una recomendación que los mismos médicos hacen a sus pacientes que presentan una condición de obesidad o sobrepeso.

No obstante, es posible mejorar la condición física del personal de salud ejecutando un análisis de los determinantes sociales que influyen en su comportamiento alimenticio, es bastante complicado definir un plan de contingencia o intervención basándose en datos generalizados, es aquí donde la administración hospitalaria debe examinar al personal para conocer de manera individualizada su estado nutricional, lo que permitirá adoptar medidas como el cambio de alimentación, la disminución del sedentarismo, la reducción de hábitos dañinos como el tabaco o alcohol y el aumento de actividad física fuera del horario de trabajo.

Conclusiones

A nivel de América latina la prevalencia de malnutrición del personal de salud es una problemática presente, con implicaciones que podrían presentarse a nivel físico y emocional de los expertos de la salud; dado que, se ha visualizado varios factores que inciden directamente con la complejidad física de los profesionales y esto a su vez repercute en su estado de ánimo y a su vez, en su desempeño laboral y que preocupa a la comunidad sanitaria, debido a que su labor va directamente relacionada con la atención integral de la salud de los profesionales sanitarios que se atienden en los centros hospitalarios.

Los factores asociados que influyen en la malnutrición del personal de salud se relacionan directamente con la falta de tiempo que tienen para su periodo de alimentación, y estos a su vez, con los cambios de turnos de trabajo que poseen, pues generalmente son rotativos; esto implica en que los profesionales tienden a tener niveles altos de estrés que a su vez hace que sus preferencias alimenticias se alejen de un consumo de alimentos saludables; a esto se suma la falta de accesibilidad de alimentos sanos y el factor económico individual que hacen que se presenten casos de obesidad o sobrepeso; si dejar de mencionar que se han encontrado el sedentarismo, la ausencia de actividad física y el aumento en el hábito de fumar y el consumo de alcohol como factores relevantes.

En cuanto a las complicaciones que la malnutrición provoca se ha encontrado en un amplio rango a las afecciones gastrointestinales que van desde: gastritis e irritación duodenal, reflujo gástrico, inclusive casos de intoxicación por alimentos debido a ciertos productos o alimentos que consumen habitualmente o que se combinan con el consumo de bebidas alcohólicas; también se ha podido encontrar algunas alteraciones físicas como la falta de sueño y el incremento de los niveles de estrés y cambios metabólicos como el incremento en los niveles de colesterol y/o triglicéridos o hipertensión arterial, lo que conlleva a la aparición de nuevas enfermedades que afectan aún más a los trabajadores de la salud.

De acuerdo con la investigación realizada al personal de salud acerca de los hábitos alimenticios durante su jornada laboral se ha podido conocer que, debido al tiempo reducido y las circunstancias laborales que poseen, existe un alto consumo de productos procesados como snacks que generalmente lo adquieren a través de las máquinas expendedoras que cuentan algunos centros de salud, a esto se suma el hecho que, habitualmente consumen comida chatarra o comida rápida como hamburguesas, papas fritas que son productos altos en grasas saturadas; además, se ha podido observar

un incremento en la ingesta de bebidas azucaradas o energizantes, sin dejar de mencionar la falta de una alimentación normal como el no desayunar que cambia su metabolismo de manera negativa.

En lo relacionado a las prácticas saludables el cambio en los hábitos alimenticios es la recomendación más frecuente con el incremento en el consumo de frutas, verduras y legumbres; por otra parte, se recomienda la realización de actividades físicas como practicar deportes varios, o visitar los gimnasios en sus tiempos libres, que permitirá incluso la reducción de consumo de tabaco y alcohol; a nivel institucional se aconseja mejorar los tiempos de descanso del personal para su alimentación y la inclusión de productos más sanos en las cafeterías. Hay que destacar que, en la revisión bibliográfica realizada, estas prácticas son recomendaciones o propuestas por parte de los investigadores, pues no se ha encontrado un estudio que haya aplicado estrategias útiles para mejorar la nutrición en el personal de salud y hayan dado resultados efectivos, algo que debería tomarse en consideración para estudios a futuro.

Bibliografía

1. Poveda C, Peré G, Jouvín J, Celi , Martha , Yaguachi R. Prácticas alimentarias y estilos de vida en la población de Guayaquil durante la pandemia por Covid-19. *Nutr Clín Diet Hosp* [Internet]. 2021; 41(3): 70-78. doi: <https://doi.org/10.12873/413poveda>
2. del Río F. Prácticas alimentarias, un fenómeno multinivel. *Rev. chil. nutr.* [Internet]. 2022; 49(2): 263-267. doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182022000200263>
3. Yust S, Zarandona J, Arrúe M, Gravina L. Enseñanza y aprendizaje sobre nutrición en estudiantes de enfermería: revisión de alcance. *Enferm. glob.* [Internet]. 2023; doi: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.537641>
4. Nohra R, Naim E, Chaaban T, Rothan M. Nurses' eating habits in Lebanon during the economic and health crises: a cross-sectional study. *Arch Public Health.* [Internet]. 2022; 80(28): 1-11. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8758992/>
5. Syafiq M, Daud A, Jusoh N. Obesity among Health-Care Workers: Which Occupations Are at Higher Risk of Being Obese? *Int J Environ Res Public Health.* [Internet]. 2021; 18(8): e4381. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8074354/>.
6. Nsiah C, Amoasi D, Setorglo J. Dietary Practices of Health Professionals during Working Hours in a Tertiary Referral Teaching Hospital In Ghana: A Neglected Vulnerable Group. *EJNFS* [Internet]. 2021; 13(5): 82-97. Disponible en: <https://journalejnfs.com/index.php/EJNFS/article/view/623>
7. Monaghan T, Dinour L, Liou D, Shefchik M. Factors Influencing the Eating Practices of Hospital Nurses During Their Shifts. *Workplace Health Saf* [Internet]. 2018; 66(7): 331-342. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29224552/>.
8. Ramos J, Carballeira M. Obesidad y sobrepeso: conceptualización e intervención desde la enfermería en España. *Ene.* [Internet]. 2021; 15(2): e1197. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2021000200008&lng=es.
9. Blake H, Watkins K, Middleton M, Stanulewicz N. Obesity and Diet Predict Attitudes towards Health Promotion in Pre-Registered Nurses and Midwives. *Int J Environ Res Public Health.* [Internet]. 2021; 18(24): e13419. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8708316/>.
10. Manriquez N, Silveira N, Velasquez D. Hábitos alimenticios del personal de enfermería del Hospital Eva Perón y Dr. Carlos Bocalandro. Tesis de grado. Buenos

- Aires: Universidad de San Martín; 2020. Disponible en: <https://ri.unsam.edu.ar/xmlui/handle/123456789/1354>.
11. Donkor N, Farrell K, Ocho O, Sheppard C, Caesar L, Andrews L, et al. Correlates of obesity indices and cardiovascular disease risk factors among Trinidadian nurses. *Int J. Africa Nurs Scien* [Internet]. 2020; 12: e100194. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2020.100194>.
 12. Utter J, McCray S, Denny S. Work site food purchases among healthcare staff: Relationship with healthy eating and opportunities for intervention. *Nutrition & Dietetics* [Internet]. 2022; 79(2): 265-271. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1747-0080.12724>.
 13. Fernández A, Quiñones I, Álvarez T. Estilo de vida y rendimiento académico en Farmacología de los estudiantes de Estomatología. *Rev haban cienc méd* [Internet]. 2020; 19(3): e3012. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000300013&lng=es.
 14. Sajwani A, Alomari A, Hashi F, Fawzy E, Alananzeh I. Workplace barriers and facilitators to nurses' healthy eating behaviour: Qualitative Systematic Review. *Reseach Square* [Internet]. 2023; 34(12): 1-19. Disponible en: <https://www.researchsquare.com/article/rs-2584430/v1>.
 15. FAO , FIDA , OPS , WFP , UNICEF. Panorama de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en América Latina y el Caribe. 2022: hacia una mejor asequibilidad de las dietas saludables. Santiago de Chile: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO); 2023. doi: <https://doi.org/10.4060/cc3859es>.
 16. Mota I, de Oliveira G, Silva I, Ferreira T. Impacto da COVID-19 nos hábitos alimentares, atividade física e sono em profissionais de saúde brasileiros. *Arq. Neuro-Psiquiatr.* [Internet]. 2021; 79(5): 429-436. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/0004-282X-ANP-2020-0482>.
 17. Verón A, Auchter M. Sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del Instituto de Cardiología de Corrientes. Año 2017. *Notas enferm.* [Internet]. 2020; 20(35): 30-8. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/notasenf/article/view/29155>.
 18. Gualpa M, Sacoto N, Guallpa M, Cordero G, Alvarez R. Factores de riesgo cardiovascular en profesionales de enfermería. *Rev Cubana Med Gen Integr* [Internet]. 2018; 34(2): 1-11. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252018000200005&lng=es

19. Hernández A, Rivera L, López M. Indicadores antropométricos y consumo alimentario del personal de salud según su turno laboral, cronotipo y calidad del sueño. *Rev. Cienc. salud* [Internet]. 2021; 19(2): 1-16. Disponible en: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10293>.
20. Tirado R, de Lourdes P, Uriarte S. Sobrepeso, obesidad y autoestima en trabajadores de la salud. *Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc.* [Internet]. 2020; 28(4): 310-318. Disponible en: <https://fi-admin.bvsalud.org/document/view/jrhd4>.
21. Correa B, Gonçalves J, Oliveira I. Qualidade da dieta da equipe de enfermagem de um hospital filantrópico de Pelotas (RS). *Cad. saúde colet.* [Internet]. 2020; 28(1): 34-43. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028010086>.
22. Izquierdo D, Alvarez R, Cordero G. Prevalencia de sobrepeso/obesidad y su relación con las horas de sueño en personal de salud del Departamento de Clínica Médica de la Fundación Favaloro. Buenos Aires. *RCTU* [Internet]. 2018; 5(2): 37-3. Disponible en: <https://doi.org/10.26423/rctu.v5i2.346>.
23. Chávez J, Del Carmen B, Huerta L, Martínez W, Regalado L, Godínez M. Autocuidado en la alimentación de los profesionales de Enfermería. *Ocronos* [Internet]. 2021; 4(10): e2631. Disponible en: <https://revistamedica.com/autocuidado-alimentacion-profesionales-enfermeria/>.
24. Tapia M, Rich M. El Entorno laboral y la nutrición del personal de enfermería en áreas hospitalarias. *revistavive* [Internet]. 2021; 4(11): 145-72. Disponible en: <https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/98>.
25. Espeche R, Rojo M. Percepción sobre alimentación y modo de consumo de estudiantes de la asignatura Enseñanza en Enfermería. *Enfermeria (Montev.)* [Internet]. 2021; 10(2): 145-59. Disponible en: <https://doi.org/10.22235/ech.v10i2.2417>.
26. Echeverría K, Romero H, Sellan G, Mendez E. Estilos de Vida del Profesional Enfermero y su relación en la calidad de atención. *Rev Sal Bien Col* [Internet]. 2020; 4(1): 44-58. Disponible en: <https://revistasaludybienestarcolectivo.com/index.php/resbic/article/view/72>
27. Laje G, Tigrero S, Mite J, Alvarez I. Relación del estrés laboral con estilo de vida saludable en el personal de enfermería. *RECIMUNDO* [Internet]. 2022; 6(4): 505-1. Disponible en: [https://doi.org/10.26820/recimundo/6.\(4\).octubre.2022.505-515](https://doi.org/10.26820/recimundo/6.(4).octubre.2022.505-515).
28. Villafuentes C. Actividad física y comportamiento sedentario del personal de enfermería con base en el Cuestionario Mundial sobre la Actividad Física (GPAQ).

- Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. [Internet]. 2018; 26(4): 263-72. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2018/eim184f.pdf>.
29. Diaz E, Failoc V. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. Rev haban cienc méd [Internet]. 2020; 19(5): e2876. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2876>.
30. Ojeda M, Lázaro E. Enfermedades ocupacionales del personal de enfermería y su relación con las condiciones de trabajo. Hospital Provincial Docente Belén de Lambayeque.2018. cietna [Internet]. 2019; 6(2): 21-31. Disponible en: <https://revistas.usat.edu.pe/index.php/cietna/article/view/251>.
31. Cobos K, Peña S, Ochoa A, Ordoñez J. Prevalencia de sobrepeso/obesidad y su relación con la calidad de sueño en profesionales de la salud del Hospital José Carrasco Arteaga. facsalud [Internet]. 2022; 6(10): 45-0. Disponible en: <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/facsalud-unemi/article/view/1577>.
32. Bareiro E. Estado nutricional y alteraciones metabólicas en personal de enfermería con guardias nocturnas. Rev UniNorte Med [Internet]. 2020; 9(2): 66-89. Disponible en: <https://investigacion.uninorte.edu.py/wp-content/uploads/MED-0902-06.pdf>.
33. Cudas M, Figueredo M, Chamorro L, Achucarro D, Martínez V. Estilos de vida y riesgo cardiovascular y cardiometabólico en profesionales de salud del Hospital Regional de Encarnación. Rev. virtual Soc. Parag. Med. Int. [Internet]. 2018; 5(1): 12-24. Disponible en: <https://www.revistaspmi.org.py/index.php/rvspmi/article/view/50>.
34. Bordignon M, Monteiro M. Problemas de salud entre profesionales de enfermería y factores relacionados. Enf Global [Internet]. 2018; 17(3): 435-69. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/302351>.
35. Moya T, Sánchez M. Hábitos de vida de sobrepeso y obesidad en el período de pandemia por COVID-19. Salud, Ciencia y Tecnología [Internet]. 2022; 2(85): 2-7. Disponible en: <https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct/article/view/85>.
36. Tamayo E, Estévez R, Basset I, Pérez M, Ávila G. Riesgo cardiovascular en profesionales de enfermería adscritos a una unidad de cuidados intensivos. RICS [Internet]. 2018; 7(14): 57 -81. Disponible en: <https://www.rics.org.mx/index.php/RICS/article/view/69>.
37. Schifferli I, Cofré S, Soto F, Soto L, Vargas K. Measuring diet quality in health personnel of a Chilean hospital using the Healthy Eating Index. rev.fac.med. [Internet]. 2020; 68(4): 512-516. Disponible en:

<https://www.proquest.com/openview/40aed58472765a0aab8585938b336d55/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2035757>

38. Galicia A, Herrera S, Herrera A, Acuña A, Ayala J, Castro M. La relación de hábitos alimentarios, toxicomanías y actividad física con el rendimiento académico en estudiantes de secundaria en Zacatecas. *Acta univ [revista en la Internet]*. 2022; 32: e3254. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-62662022000100130&lng=es.
39. Agreda L, Rodríguez J, Mendieta G. Representaciones sociales del consumo de bebidas energéticas en estudiantes de enfermería. *Rev Cubana Salud Pública Internet*. 2020; 46(2): e1156. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46n2/e1156/#>.
40. Yaguachi R, Troncoso L, Correa K, Poveda C. Estilo de vida, estado nutricional y riesgo cardiovascular en trabajadores de la salud. *Nutr Clín Diet Hosp [Internet]*. 2021; 41(3): 19-27. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/145>.
41. Meza E, Ovelar P. Evaluación del estado nutricional, los patrones de alimentación y realización de actividad física de los médicos residentes del Hospital General de Luque del año 2020. *Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud [Internet]*. 2022; 20(1): 46-52. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282022000100046&lng=es.
42. Viana F, dos Santos D, Lopes R, de Pinho S, de Pinho L. Excesso de peso e fatores associados entre profissionais de saúde da Estratégia Saúde da Família. *Cad. Saúde Colet. [Internet]*. 2019; 27(2): 138-145. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/HgnSpfQRYH5wNXG3PMvdHFw/?lang=pt>.
43. Karla S. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el personal de Salud de la Unidad de Medicina Familiar No. 53 en el año 2021. *Ocronos [Internet]*. 2023; 4(1): e2648. Disponible en: <https://revistamedica.com/prevalencia-sobrepeso-obesidad-personal-salud/>.
44. Alonzo O, Alpala J, Guerrón S. Estrategias educativas sobre hábitos alimenticios saludables en personal de enfermería Hospital Luis Gabriel Dávila, Tulcán. *Rev Conrado [Internet]*. 2021; 17(2): 356-364. Disponible en: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2027>.

45. Alarcón O, Álvarez A, Bañuelos Y, Sánchez M, Hernández V. Calidad de vida y obesidad en el personal de enfermería de una institución de salud de segundo nivel de atención. RICS [Internet]. 2018; 7(13): 68 -4. Disponible en: <https://www.rics.org.mx/index.php/RICS/article/view/63>.
46. de Souza J, Silva P, Carvalho R, Maciel M, Gonçalves A, Bosi T. Estrés y sobrepeso/obesidad en estudiantes de enfermería. Rev. Latino-Am. Enfermagem [Internet]. 2019; 27(1): e3177. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/4fy6kQ9gHXNw55YFZmf5MK/?lang=es#>.
47. Escobar C. Calidad de vida y desempeño laboral del personal de enfermería del “Hospital San Vicente de Paúl” 2021. Pol. Con. [Internet]. 2023; 8(9): 1706-1718. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/6109/html>.
48. Leon P, Lora M, Rodriguez J. Relación entre estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos de COVID-19. Rev Cubana Enfer [Internet]. 2021; 37(1): e4043. Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4043>.
49. Rivas N, Noguera G, Portillo L, Montiel C. Frecuencia de factores de riesgo cardiovascular modificables en estudiantes universitarios de carreras de salud. Rev. virtual Soc. Parag. Med. Int. [Internet]. 2023; 10(1): 66-73. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2312-38932023000100066&lng=en.
50. González M, López M. Calidad de vida en el trabajo de personal de enfermería en clínicas de servicios de salud. Rev Col Sal Ocup [Internet]. 2019; 9(1): e-6418. Disponible en: https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc_salud_ocupa/article/view/6418/5791.

Evelyn Cecilia Baculima Farez portadora de la cédula de ciudadanía N° **0106814593** y **Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo**, portadora de la cédula de ciudadanía N° **0106322951**. En calidad de autoras y titulares de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación “**Malnutrición en el Personal de Salud a Nivel de Latinoamérica**”, de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **4 de enero del 2024**



Firmado electrónicamente por:
**EVELYN CECILIA
BACULIMA FAREZ**



Firmado electrónicamente por:
**JESSICA LISSETH
CAMBISACA
GUAYACONDO**

F:

Evelyn Cecilia Baculima Farez

C.I. 0106814593

F:

Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo

C.I. 0106322951

Evelyn Cecilia Baculima Farez portadora de la cédula de ciudadanía N° **0106814593** y **Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo**, portadora de la cédula de ciudadanía N° **0106322951**. En calidad de autoras y titulares de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación “**Malnutrición en el Personal de Salud a Nivel de Latinoamérica**”, de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **4 de enero del 2024**



Firmado electrónicamente por:
**EVELYN CECILIA
BACULIMA FAREZ**



Firmado electrónicamente por:
**JESSICA LISSETH
CAMBISACA
GUAYACONDO**

F:

Evelyn Cecilia Baculima Farez

C.I. 0106814593

F:

Jessica Lisseth Cambisaca Guayacondo

C.I. 0106322951