

Inseguridad, alfabetización alimentaria y estado nutricional en jóvenes universitarios de Los Mochis, Sinaloa: Estudio descriptivo

Clarissa Guadalupe Armenta-López; Liliana Echavarría-Ardizoni; Guadalupe Adriana Miranda-Cota; Jorge Luis García-Sarmiento; Nidia Celene Castro-Leyva; Liliana Estefanía Ramírez-Jaime

RESUMEN

La inseguridad alimentaria está muy presente en la población, incluso en jóvenes universitarios, debido a la combinación de factores socioeconómicos, cognitivos y de estilo de vida que afectan su estado nutricional. Mejores niveles de alfabetización alimentaria se relacionan con un mejor acceso y disposición hacia alimentos saludables y accesibles, mientras que su falta incrementa la propensión a inseguridad alimentaria, el sobrepeso y la obesidad. Se analiza la inseguridad alimentaria, la alfabetización alimentaria y el estado nutricional en jóvenes universitarios, a través de un estudio descriptivo transversal con 148 jóvenes de universidades públicas de Los Mochis, Ahome, Sinaloa, México. Se incluyen todos los estudiantes inscritos y se excluyen los que padecen diabetes o tiroides. Se aplicó la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria, Escala de Alfabetización Alimentaria. Se pesó y midió con báscula SECA 354 y estadiómetro SECA 213 para calcular IMC; apegados a consideraciones éticas. Se analizaron los datos con el Paquete Estadístico SPSS 27. Los resultados describen que el 31.08 % de los jóvenes universitarios presentó inseguridad alimentaria leve, 12.8 % moderada y 6.08 %, el 48.6 % severa, y el 37.8 % suficiente. En cuanto al estado nutricional, el 43.9 %, tiene sobrepeso y el 40.5 % normopeso; mientras que un 12 % obesidad grado uno y dos. La evidencia revela la urgencia de políticas públicas y universitarias que garanticen el derecho a una alimentación adecuada, equitativa y saludable. Las universidades, como espacios formativos y de transformación social, tienen la oportunidad de implementar programas integrales que combinen el acceso a alimentos saludables con acciones de educación alimentaria y nutricional que contribuyan al bienestar y desarrollo sostenible de su comunidad estudiantil.

Palabras clave: inseguridad alimentaria; alfabetización alimentaria; jóvenes.

Cómo citar: Armenta-López, C., Echavarría-Ardizoni, L., Miranda-Cota, G., García-Sarmiento, J., Castro-Leyva, N., Ramírez-Jaime, L. (2025). Inseguridad, alfabetización alimentaria y estado nutricional en jóvenes universitarios de Los Mochis, Sinaloa: Estudio descriptivo. En Del Castillo, G., Tamayo, C., Morveli, A. (Ed). (2025). Salud Integral. Universidad Andina del Cusco/High Rate Consulting. <https://doi.org/10.36881/saludint4>

Insecurity, food literacy, and nutritional status among university students in Los Mochis, Sinaloa: A descriptive study

ABSTRACT

Food insecurity is highly present in the population, even among university students, due to a combination of socioeconomic, cognitive, and lifestyle factors that affect their nutritional status. Higher levels of food literacy are associated with better access and willingness to consume healthy and accessible foods, while its lack increases the likelihood of food insecurity, overweight, and obesity. Food insecurity, food literacy, and nutritional status in university students are analyzed through a cross-sectional descriptive study with 148 young people from public universities in Los Mochis, Ahome, Sinaloa, Mexico. All enrolled students were included, and those with diabetes or thyroid conditions were excluded. The Latin American and Caribbean Food Security Scale and the Food Literacy Scale were applied. He was weighed and measured with a SECA 354 scale and SECA 213 stadiometer to calculate BMI, adhering to ethical considerations. The data were analyzed with the SPSS 27 Statistical Package. The results show that 31.08% of university students experienced mild food insecurity, 12.8% moderate, 6.08% severe, 48.6%, and 37.8% adequate food security. Regarding nutritional status, 43.9% are overweight and 40.5% have normal weight, while 12% have grade one or two obesity. The evidence highlights the urgency of public and university policies that ensure the right to adequate, equitable, and healthy food. Universities, as educational and social transformation spaces, have the opportunity to implement comprehensive programs that combine access to healthy foods with food and nutrition education initiatives that contribute to the well-being and sustainable development of their student community.

Keywords: food insecurity; food literacy; youth

INTRODUCCIÓN

Desde hace décadas, la seguridad alimentaria se ha vuelto un pilar fundamental para la salud pública. Esta se considera un estado en el cual todas las personas gozan, de manera oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad para su adecuado consumo, garantizando un estado de bienestar general y permitiendo un desarrollo óptimo [Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés), 2023]. Sin embargo, en la actualidad sigue existiendo inseguridad alimentaria en la población, siendo esta el acceso limitado a una alimentación adecuada y beneficiosa para el organismo (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, 2023).

La inseguridad alimentaria se ha convertido en un importante problema en el mundo, el cual ha estado relacionado positivamente con diversos resultados de salud adversos en las personas (Betancourt-Núñez et al., 2023; FAO, 2023). En este sentido, en 2022 aproximadamente 258 millones de personas en 58 naciones y territorios experimentaron inseguridad alimentaria severa. En México, de acuerdo con lo reportado en 2022 por la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), el 59.1 % de los hogares mexicanos

se encuentra en algún tipo de inseguridad alimentaria, de los cuales el 20.6 % de estos aparece en el grado de moderada y severa. Esto ubica a México en el lugar 43 de las 103 naciones del mundo, con un puntaje general del 69 % en seguridad alimentaria. En cuanto a Sinaloa, la prevalencia en seguridad alimentaria fue del 66.7 % [Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), 2022].

La inseguridad alimentaria afecta de manera particular a los jóvenes, quienes enfrentan condiciones de vulnerabilidad derivadas de factores socioeconómicos, cognitivos y de estilo de vida. En México, el 39.1 % de los adultos de 20 años y más presenta sobrepeso y el 36.1 % obesidad, mientras que en adolescentes de 12 a 19 años la cifra combinada asciende a 38.4 % (ENSANUT, 2022). En el caso de los jóvenes universitarios, diversos estudios han señalado que suelen experimentar limitaciones en el acceso a alimentos suficientes y nutritivos, optando con frecuencia por productos de bajo costo y alta practicidad, asociados a un mayor índice de masa corporal (Álvarez-Ramírez et al., 2023; Blas & Haro, 2022; Santos et al., 2022).

En este contexto, la alfabetización alimentaria emerge como un factor clave en la comprensión y manejo de la inse-

guridad alimentaria. Se trata del conjunto de conocimientos, habilidades y motivaciones necesarias para planificar, seleccionar, preparar y consumir alimentos de manera informada y saludable (García-Mata & Celis-Moscoso, 2021). Una alfabetización alimentaria limitada puede constituir una barrera para la adopción de hábitos saludables y agravar los efectos de la inseguridad alimentaria, especialmente entre los jóvenes universitarios, quienes suelen enfrentar autonomía reciente, restricciones económicas y falta de tiempo. Por el contrario, una adecuada alfabetización alimentaria puede funcionar como un factor protector, al favorecer decisiones alimentarias más conscientes, sostenibles y saludables (Nam & Suk, 2024; Ramos-Gerena, 2023).

Además, el estado nutricional de los individuos, como resultado del equilibrio entre la ingesta y las necesidades de nutrientes, constituye un indicador relevante para comprender la interacción entre alfabetización alimentaria e inseguridad alimentaria. Este refleja no solo la cantidad y calidad de los alimentos consumidos, sino también la capacidad del organismo para aprovecharlos eficazmente (García-Almeida et al., 2020). Por tanto, estudiar la inseguridad alimentaria, la alfabetización alimentaria y el estado nutricional en jóvenes universitarios resulta pertinente, ya que permite identificar no solo la magnitud del problema, sino también posibles áreas de intervención educativa y de política pública. Las universidades, como espacios formativos, pueden desempeñar un papel estratégico en la promoción de entornos alimentarios saludables y en el fortalecimiento de las competencias necesarias para garantizar el derecho a una alimentación adecuada.

Por lo antes expuesto, el presente estudio tuvo como objetivo describir la relación entre la inseguridad alimentaria, la alfabetización alimentaria y el estado nutricional en jóvenes universitarios.

METODOLOGÍA

El diseño de estudio fue descriptivo, con corte transversal, puesto que el objetivo del estudio fue describir la inseguridad alimentaria, la alfabetización alimentaria y el estado nutricional de los jóvenes universitarios. Asimismo, fue transversal porque los datos de recolección fueron en un solo momento (Grove & Gray, 2019). Este diseño fue el apropiado, ya que el propósito principal es describir la magnitud, prevalencia y distribución de las variables de interés en la población objetivo, dado que, hasta el momento, no se identificó evidencia sobre esto en el contexto y población seleccionada, comprender el estado actual de las variables y generar información base que futuros estudios puedan profundizar.

Población, muestra y muestreo

La población estuvo conformada por 10,200 jóvenes universitarios del municipio de Ahome, Sinaloa. Se calculó la muestra a través del programa NetQuest, con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 8 %, obteniendo una muestra

de 148, bajo un muestreo aleatorio simple, ya que este permitió que toda la población tuviera la misma oportunidad de ser seleccionada, lo cual reduce el sesgo y aprueba de mejor manera las características de la población (Polit & Beck, 2018). Se obtuvo un marco muestral completo, es decir, una lista de todos los estudiantes, a los cuales se les asignó un número único y consecutivo para facilitar la selección aleatoria.

A continuación, se describen los criterios específicos de inclusión y exclusión aplicados en la selección de los jóvenes universitarios participantes:

Inclusión

- Jóvenes universitarios mayores de 18 años.
- Jóvenes universitarios adscritos a una universidad pública del Municipio de Ahome.
- Exclusión
- Padecer algún problema de salud mental diagnosticado que le impida responder.
- Padecer enfermedades que alteran su peso corporal (problemas de tiroides, diabetes, enfermedades de Crohn o celiaquía).

Eliminación

- Todo instrumento que no haya sido contestado por completo.

Instrumentos de medición

- Mediciones de lápiz y papel
- Datos sociodemográficos
- Para recabar los datos personales, se aplicó una cédula sociodemográfica que contempló edad, sexo, universidad, carrera, grado escolar, estado civil, lugar de procedencia, tipo de familia, ocupación e ingreso económico familiar mensual aproximado.

Inseguridad alimentaria

Para determinar la inseguridad alimentaria, se aplicó la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), la cual presenta una consistencia interna de alfa de Cronbach $\alpha = 0.95$ (Carmona-Silva, 2022). Esta indaga la experiencia de hambre en personas menores de 18 años y adultos. Se integra por 15 preguntas en total, divididas en dos secciones: una primera con ocho preguntas (de la 1 a la 8), referidas a diversas situaciones que conllevan a la inseguridad alimentaria, experimentadas por los hogares y los adultos de esos hogares; y una segunda sección (de la 9 a la 15), con preguntas referidas a condiciones que afectan a los menores de 18 años en el hogar. El periodo de referencia para las preguntas son los tres meses previos a la aplicación de la encuesta.

Las preguntas que componen la escala están organizadas de forma continua, de menor a mayor gravedad, iniciando con escenarios en los que se percibe preocupación por la seguridad alimentaria, continuando con pérdida en la variedad de

la dieta, hasta llegar a reportar experiencias de hambre. El instrumento es dicotómico, ya que las opciones de respuesta son “sí” o “no”. A toda respuesta afirmativa se le asignó un punto; la sumatoria de estos puntos determina el nivel de inseguridad alimentaria. A las respuestas negativas se les asignó un 0, de tal manera que un hogar con cero puntos se considera con seguridad alimentaria. Para determinar el nivel de seguridad o inseguridad alimentaria, la Tabla 1 muestra las puntuaciones que se tomaron en cuenta.

Tabla 1.
Puntos de corte para la clasificación de la (in)seguridad alimentaria según tipo de hogar

Tipo de hogar	Clasificación de la (in)seguridad alimentaria			
	Seguridad	Inseguridad leve	Inseguridad moderada	Inseguridad severa
Hogares integrados solamente por personas adultas	0	1 a 3	4 a 6	7 a 8
Hogares integrados por personas adultas y menores de 18 años	0	1 a 5	6 a 10	11 a 15

Fuente: FAO, 2012; Viveros et al., 2014.

Alfabetización alimentaria

Para evaluar la alfabetización alimentaria, se aplicó el Cuestionario Corto de Alfabetización Alimentaria por Krause et al. (2018), el cual ha sido validado específicamente en población de jóvenes universitarios, asegurando su adecuación y fiabilidad para este grupo. Este instrumento consta de 12 ítems que se responden mediante una escala de Likert para captar distintos aspectos de la alfabetización alimentaria. Las preguntas presentan diferentes tipos de respuesta: los ítems 6, 8, 9, 10, 11 y 12 tienen opciones que van desde “muy difícil” (valor 1) hasta “muy fácil” (valor 5), evaluando la percepción de dificultades para realizar tareas seleccionadas con la alimentación. Los ítems 2 y 3 emplean respuestas que oscilan entre “muy mal” (1) y “muy bien” (5), valorando el desempeño o evaluación personal.

El ítem 7 utiliza una escala de frecuencia que va de “nunca” (1) a “siempre” (5), mientras que el ítem 1 mide el grado de acuerdo desde “muy de acuerdo” (1) hasta “muy en desacuerdo” (4). Este cuestionario presenta una consistencia interna mediante un alfa de Cronbach de $\alpha = 0.82$. Para determinar la alfabetización alimentaria, se sumaron las respuestas y se tomaron en cuenta los puntos de corte para clasificar los niveles de alfabetización inadecuada (de 17 a 32), alfabetización regular (de 33 a 48), alfabetización suficiente (de 49 a 64) y alfabetización adecuada (de 65 a 80), los cuales se derivan de la validación original del instrumento (García-Mata & Celis-Moscoso, 2021).

Mediciones antropométricas

Los datos antropométricos fueron peso y talla, con el objetivo de determinar el estado nutricional. Se tomó el peso del estudiante con la utilización de la báscula SECA 354 y, a su vez, también la estatura con estadiómetro SECA 213, para, posteriormente, determinar el IMC del participante y se clasificó según lo establecido por la OMS (Tabla 2).

Tabla 2.
Clasificación IMC según la OMS

Valores	Clasificación
< 18.5	Bajo peso
18.5 – 24.9	Normo peso
25.0 – 29.9	Sobrepeso
30.0 – 34.9	Obesidad grado I
35.0 – 39.9	Obesidad grado II
> 40	Obesidad grado III

Fuente: OMS, 2025.

Procedimiento de recolección de datos

Para la recolección de datos, en principio, se solicitó la aprobación del Comité de Investigación y del Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Enfermería Mochis. Una vez obtenido este documento, se acudió a las universidades públicas de Los Mochis para explicar el objetivo del proyecto y solicitar autorización para llevar a cabo las mediciones y la aplicación de instrumentos. Cuando se otorgó la autorización para aplicar, se procedió a la selección de los participantes, la cual se realizó de forma aleatoria a partir de las listas de asistencia y a través del programa Excel. Esto se llevó a cabo de junio a septiembre de 2024.

Se priorizó el consentimiento informado, explicando a los estudiantes los objetivos del estudio, el carácter anónimo y voluntario de su participación y su derecho a retirarse en cualquier momento. Una vez que aceptaron participar, se les hizo entrega del consentimiento informado.

Con posterioridad, se les proporcionaron los instrumentos para la recolección de los datos (cédula de datos sociodemográficos, ELCSA y cuestionario sobre alfabetización alimentaria) y se les explicó la manera de responderlos. Una vez terminados los instrumentos de lápiz y papel, se procedió con las mediciones antropométricas. Se les informó que se les mediría y pesaría; para esto, se instaló el equipo de báscula y estadiómetro en un espacio de la misma aula. Para garantizar la confidencialidad, todos los instrumentos fueron foliados, protegiendo la identidad de cada estudiante. El estudio concluyó con la verificación de los datos completos y un agradecimiento a los participantes por su colaboración.

Consideraciones éticas

Previo a la recolección de la información, se presentó el protocolo de investigación al Comité de Investigación y al Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Enfermería Mochis. Asimismo, el estudio se apegó al Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (Diario Oficial de la Federación, 2 de abril de 2014), garantizando el respeto a la dignidad, privacidad y bienestar de los participantes. Se contó con consentimiento informado; asimismo, la información fue tratada de manera confidencial y los participantes pudieron retirarse en cualquier momento sin repercusiones. El estudio se clasificó como de riesgo mínimo, ya que únicamente implicó responder cuestionarios sobre datos personales y alfabetización alimentaria.

Plan de análisis de los datos

Los datos fueron capturados y analizados por medio del paquete estadístico Statal Package for the Social Sciences (SPSS), versión 27. Se utilizó estadística descriptiva para obtener medias, desviación estándar, mínimos y máximos, frecuencias y porcentajes de las variables de estudio.

RESULTADOS

Se exhiben los resultados obtenidos sobre inseguridad alimentaria, alfabetización alimentaria y estado nutricional de 148 jóvenes universitarios de las escuelas de la Universidad Autónoma del Occidente (UADEO), el Tecnológico de Los Mochis (TEC) y la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS), campus Los Mochis, México. En primer lugar, se presenta la confiabilidad de los instrumentos de los estudios. En la Tabla 3 se muestra que la ELCSA y el instrumento de alfabetización alimentaria tuvieron una confiabilidad que, según Polit y Beck (2018), superior a 0.70 es generalmente considerada aceptable.

Tabla 3.

Consistencia interna de los instrumentos

Escala	Reactivos	Número de reactivos	Alpha de cronbach
ELCSA	1-15	15	0.85
Alfabetización alimentaria	1-12	12	0.81

Fuente: ELCSA; Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria

Características sociodemográficas

La Tabla 4 muestra que la mayoría de los jóvenes universitarios están inscritos en la UAS (70.9 %). Predominaron los estudiantes de primer grado (31.8 %) y, respecto a la carrera que cursan, en su mayoría son de ciencias de la salud (63.2 %), como Licenciatura en Enfermería. En la población de estudio predomina la de sexo femenino, con el 83.8 %, y con

una media de edad de 22.34 años (DE = 7.67). Respecto al lugar de procedencia, el 75 % refirió provenir de localidades urbanas y el 69.6 % solo se dedica al estudio. Por último, de acuerdo con el tipo de familia de los participantes, el 70.3 % refirió una estructura familiar tipo nuclear (integrada por padre, madre e hijos). En relación con el ingreso económico familiar, la media fue de \$8374.32 (DE = 1503.23).

Tabla 4.

Estadística descriptiva de las características sociodemográficas de la población

VARIABLE	f	%
Universidad		
UAS	105	70.9
UADEO	31	20.9
TEC	12	8.1
Grado escolar		
Primer año	47	31.8
Segundo año	33	22.3
Tercer año	20	13.5
Cuarto año	31	20.9
Quinto año	17	11.5
Carrera en curso		
Lic. Administración	11	7.4
Lic. Gastronomía	19	12.8
Lic. Terapia física	1	7.0
Ingeniería industrial	4	2.7
Contador público	8	5.4
Lic. en enfermería	63	42.6
Psicopedagogía	29	19.6
Trabajo social	13	8.8
Sexo		
Femenino	124	83.8
Masculino	24	16.2
Estado civil		
Con pareja	54	36.5
Sin pareja	94	63.5
Lugar de procedencia		
Urbano	111	75.0
Rural	37	25.0
Ocupación		
Estudiante	103	69.6
Estudiante y trabajador	45	30.4
Tipo de familia		
Nuclear	104	70.3
Monoparental	44	29.7

Nota: n= 148; f= frecuencia; %= porcentaje

Alfabetización alimentaria y estado nutricio por sexo

En la Tabla 5 se muestra que las mujeres presentan mayores porcentajes de sobrepeso y obesidad (46.6 %) en comparación con los hombres (12.9 %). Además, se aprecia que el estadístico Chicuadrado señaló una diferencia estadísticamente significativa en los hombres ($\chi^2=18.25$; $p>0.05$) y las mujeres ($\chi^2=15.62$; $p>0.05$).

Tabla 5
Estado nutricio por sexo

Estado nutricio		Sexo		Total
		Femenino	Masculino	
Bajo peso	f	6.0	-	6.0
	%	4.1	-	4.1
Normopeso	f	55.0	5.0	60.0
	%	37.2	3.4	40.6
Sobrepeso	f	47.0	18.0	65.0
	%	31.8	12.2	44.0
Obesidad	f	13.0	1.0	14.0
	%	8.80	0.7	9.50
Obesidad grado II	f	3.0	-	3.0
	%	2.0	-	2.0
Total	f	124.0	24.0	148.0
	%	83.9	16.1	100.0
χ^2		15.62	18.25	
p		0.045	0.032	

Nota: Para todos los casos n= 148; f= frecuencia; %= porcentaje

Respecto a las diferencias de alfabetización alimentaria, la Tabla 6 muestra que nuevamente fueron las mujeres quienes presentan mayores porcentajes de alfabetización adecuada (8.1 %) en comparación con los hombres (1.4 %), con diferencias significativas: hombres ($\chi^2=20.38$; $p>0.05$) y mujeres ($\chi^2=19.65$; $p>0.05$).

Inseguridad alimentaria del hogar, alfabetización alimentaria y estado nutricio

La inseguridad alimentaria en el hogar, evidenció frecuencias considerables en los tres niveles. El 50 % se ubicó en un nivel de seguridad alimentaria, mientras que el 31.08 % presentó inseguridad leve, el 12.8 % inseguridad moderada y el resto (6.08 %) inseguridad severa (Tabla 7).

En lo que respecta a la alfabetización alimentaria, los jóvenes universitarios mostraron una alfabetización alimentaria regular (48.6 %); cabe destacar que un porcentaje considerable manifestó una alfabetización alimentaria suficiente (37.8 %). De acuerdo con el estado nutricio de los participantes, el 43.9 % se ubicó en sobrepeso y el 40.5 % en normopeso. Es importante mencionar que casi el 12 % presentó obesidad grado uno y dos (Tabla 8).

Tabla 6
Alfabetización alimentaria por sexo

Alfabetización alimentaria		Sexo		Total
		Femenino	Masculino	
Adecuada	f	12.0	2.0	14.0
	%	8.1	1.4	9.5
Suficiente	f	47.0	9.0	60.0
	%	31.8	6.1	37.9
Regular	f	59.0	13.0	72.0
	%	51.62	18.25	48.7
Inadecuada	f	0.045	0.032	0.077
	%	4.1	-	4.1
Total	f	124.0	24.0	148.0
	%	83.9	16.1	100.0
χ^2		20.38	19.65	
p		0.022	0.015	

Tabla 7
Estadística descriptiva de la inseguridad alimentaria

Niveles de seguridad alimentaria	Valores	Clasificación
Seguridad alimentaria	74	50.0
Inseguridad alimentaria leve	46	31.08
Inseguridad alimentaria moderada	19	12.8
Inseguridad alimentaria severa	9	6.08
Total	148	100.0

Tabla 8
Estadística descriptiva de la inseguridad alimentaria

Variable	f	%
Alfabetización alimentaria		
Adecuada	14	9.5
Suficiente	56	37.8
Regular	72	48.6
Inadecuada	6	4.1
Estado nutricio		
Bajo peso	6	4.1
Normopeso	60	40.5
Sobrepeso	65	43.9
Obesidad	14	9.5
Obesidad grado II	3	2.0
Total	148	100.0

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio permiten describir problemáticas relevantes con relación a la inseguridad, la alfabetización alimentaria y el estado nutricional de jóvenes universitarios de Los Mochis, Sinaloa. Así como demostrar la relevancia y pertinencia del tema.

En cuanto a los hallazgos relacionados con la inseguridad alimentaria, se encontró que la mitad de los jóvenes universitarios tienen seguridad alimentaria, mientras que la otra parte experimenta algún grado de inseguridad, al respecto, predomina la inseguridad alimentaria leve. Problema, este, que afecta a gran parte de la población universitaria.

En el estudio de Nava-Amante *et al.* (2021) se identificó una considerable prevalencia de inseguridad alimentaria en hogares de estudiantes universitarios. Esto sugiere que un porcentaje alto de los jóvenes enfrenta dificultades para llevar a cabo una alimentación adecuada. Por lo cual, se sugiere que se implementen talleres y programas orientados a mejorar la alimentación en las universidades.

Respecto a la alfabetización alimentaria, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes presentan niveles regulares y más de un tercio un nivel de alfabetización alimentaria suficiente.

Lo anterior se asemeja a lo encontrado en el estudio de Retamal *et al.* (2024), quienes identificaron que la alfabetización alimentaria en jóvenes es variada. Los resultados alcanzados demuestran una oscilación entre niveles bajos y medios. Asimismo, investigaciones previas han evidenciado que, aun cuando existe cierto grado de conocimiento, algunas limitaciones determinan la capacidad de llevar a la práctica una alimentación adecuada (Kabasakal-Cetin *et al.*, 2024). Esto coincide con los resultados del presente estudio, y reduerza la necesidad de diseñar intervenciones no solo enfocadas a la alfabetización alimentaria, sino que también consideren el acceso y la disponibilidad de alimentos saludables en los jóvenes universitarios.

En relación con el estado nutricional, más de la mitad de los estudiantes se ubicaron en categorías de sobrepeso y obesidad combinadas. Este resultado es semejante a lo reportado a nivel nacional por la ENSANUT 2020-2023, que señala al sobrepeso y la obesidad como uno de los principales problemas de salud en jóvenes (INSP, 2024).

Por último, en cuanto al sexo, las mujeres presentaron mayores porcentajes de sobrepeso y obesidad, pero también mayores porcentajes de alfabetización alimentaria adecuada; sin embargo, no existen suficientes estudios que exploren la alfabetización alimentaria y el estado nutricional.

Por otro lado, resultados de investigaciones han demostrado diferencias de género entre inseguridad alimentaria y obesidad, siendo las mujeres más vulnerables (El Zein *et al.*, 2020).

Los hallazgos de este estudio destacan la importancia de atender los problemas alimentarios en los jóvenes, promoviendo el acceso a alimentos saludables y el fortalecimiento de competencias para la toma de decisiones alimentarias.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos en esta investigación brindan una visión compleja y actualizada de la realidad alimentaria y nutricional de los jóvenes universitarios en instituciones públicas del municipio de Ahome.

Se observa que, aunque la mayoría presenta una estructura familiar tradicional y viven en un contexto urbano, persisten desafíos importantes: cerca de la mitad de los participantes experimentan algún grado de inseguridad alimentaria, lo cual es consistente con otras investigaciones nacionales e internacionales que demuestran que la inseguridad alimentaria impacta negativamente en la salud integral y el rendimiento académico de los universitarios.

La prevalencia elevada de sobrepeso y obesidad, especialmente en estudiantes del sexo femenino, revela la presencia simultánea de desafíos por exceso y carencia dentro del mismo grupo poblacional. Esta coexistencia evidencia el carácter multifactorial de la malnutrición universitaria, donde la alimentación, los recursos económicos y los estilos de vida convergen para determinar el estado nutricional.

La alfabetización alimentaria, evaluada con instrumentos confiables, muestra que existen diferencias marcadas determinadas por el género. De acuerdo a ello, las mujeres reportan mayores niveles de alfabetización adecuada. Este hallazgo resulta relevante, ya que indica que la educación en temas alimentarios puede ser clave tanto para la prevención de la inseguridad alimentaria como para la promoción de hábitos saludables dentro del entorno universitario.

Finalmente, las diferencias estadísticamente significativas halladas entre sexo, alfabetización alimentaria y estado nutricional resaltan la importancia de diseñar estrategias específicas y diferenciadas que respondan a las necesidades de los distintos subgrupos estudiantiles. Reflexionar sobre estos resultados invita a reconocer que la universidad, más allá de su función académica, es también un espacio prioritario para la promoción de la seguridad alimentaria, del bienestar nutricional y de la equidad en salud. Las mismas son condiciones esenciales para favorecer el desarrollo pleno y el éxito educativo de los jóvenes en contextos diversos.

REFERENCIAS

- Álvarez-Ramírez, M.M., Luzania-Valerio, M.S., Ortiz-Chacha, C.S., López-Galindo, L.K.I., & Pérez-Juárez, M.C. (2023). Seguridad alimentaria, consumo y COVID-19: un estudio observacional en estudiantes universitarios (Food security, consumption, and COVID-19: An observational study in university students). *Horizonte sanitario*, 22(2), 343-351. <https://doi.org/10.19136/hs.a22n2.5332>

- Betancourt-Núñez, A., Nava-Amante, P.A., Bernal-Orozco, M.F., Vizmanos, B., Vargas-García, E.J., Márquez-Sandoval, F., Salas-García, M.A., & Díaz-López, A. (2023). Food insecurity was negatively associated with adherence to the “fruits, vegetables, and foods rich in animal protein” dietary pattern among university students’ households: The 2018 Mexican National Household Survey. *BMC Public Health*, 23(854). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15755-z>
- Blas, Y.S., & de Haro, M.R. (2022). Consideraciones sobre la seguridad alimentaria en hogares mexicanos durante la pandemia de COVID-19 (Considerations on Food Security in Mexican Households during the COVID-19 Pandemic). *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 5, 32-41. <https://doi.org/10.62452/v6hhsx97>
- Carmona-Silva, J. L. (2022). Validación cualitativa de la escala latinoamericana y caribeña sobre seguridad alimentaria (ELCSA): Caso San Felipe Cuapexco, Puebla. *Trace*, (81), 181-213. <https://doi.org/10.22134/trace.81.2022.778>
- El Zein, A., Colby, S.E., Zhou, W., Shelnutt, K.P., Greene, G. W., Horacek, T.M., Olfert, M.D., & Mathews, A.E. (2020). Food Insecurity Is Associated with Increased Risk of Obesity in US College Students. *Current Developments in Nutrition*, 4(8). <https://doi.org/10.1093/cdn/nzaa120>
- García Almeida, J.M., García García, C., Bellido Castañeda, V., & Bellido Guerrero, D. (2020). Nuevo enfoque de la nutrición. Valoración del estado nutricional del paciente: función y composición corporal (New Approach to Nutrition: Assessment of Patient Nutritional Status—Function and Body Composition). *Nutrición Hospitalaria*, 35(spe), 1-14. DOI:10.20960/nh.2027
- García-Mata, O., & Celis-Moscoso, I. (2021). Las capacidades financieras como determinantes de la alfabetización alimentaria entre estudiantes universitarios (Financial capabilities as determinants of food literacy among university students). *Estudios sociales. Revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional*, 31(57). <https://doi.org/10.24836/es.v31i57.1118>
- Grove, S.K., & Gray, J.R. (2019). *Investigación en enfermería. Desarrollo de la práctica enfermera basada en la evidencia* (Nursing Research: Developing Evidence-Based Nursing Practice). (7a ed.). Elsevier.
- Instituto Nacional de Salud Pública [INSP]. (2022). *La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2022* (The 2022 National Health and Nutrition Survey). <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/15087/12430>
- Instituto Nacional de Salud Pública [INSP]. (2024). *Resultados de la ENSANUT 2020-2023* (Results of the ENSANUT 2020-2023). <https://www.insp.mx/avisos/presentan-resultados-de-la-ensanut-2020-2023>
- Kabasakal-Cetin, A., Aksaray, B. & Sen, G. (2024). The role of food literacy and sustainable and healthy eating behaviors in ultra-processed foods consumption of undergraduate students. *Food Quality and Preference*, 119. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2024.105232>
- Krause, G.C., Beer-Borst, S., Sommerhalder, K., Hayoz, S., & Abel, T. (2018). A short food literacy questionnaire (SFLQ) for adults: Findings from a Swiss validation study. *Appetite*, 120, 275-280. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.08.039>
- Nam, S.J., & Suk, J. (2024). Influence of health food literacy on willingness to pay for healthier foods: focus on food insecurity. *International journal for equity in health*, 23(80). <https://doi.org/10.1186/s12939-024-02135-1>
- Nava-Amante, P. A., Betancourt-Núñez, A., Vizmanos, B., Salas-García, M.A., Bernal-Orozco, M.F., Vargas-García, E.J., & Díaz-López, A. (2021). Prevalence and Risk Factors of Food Insecurity among Mexican University Students’ Households. *Nutrients*, 13(10). <https://doi.org/10.3390/nu13103426>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura [FAO]. (2023). *Derecho a la Alimentación* (Right to Food). <https://www.fao.org/right-to-food/es>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura [FAO]. (2023). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo* (The State of Food Security and Nutrition in the World). FAO.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura [FAO]. (2012). *Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA): manual de uso y aplicaciones* (Latin American and Caribbean Food Security Scale (ELCSA): User manual and applications). FAO.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (7 de mayo de 2025). *Obesidad y sobrepeso* (Obesity and overweight). <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Polit, D.F. y Beck, C.H.T. (2018). *Investigación en enfermería: fundamentos para el uso de la evidencia en la práctica de enfermería* (Nursing research: Foundations for the use of evidence in nursing practice). Wolters Kluwer.
- Ramos-Gerena, C. (2023). Alfabetización crítica de políticas alimentarias: Conceptualizando la participación de las comunidades en políticas alimentarias municipales (Critical literacy of food policies: Conceptualizing community participation in municipal food policies). *Revista de agricultura, sistemas alimentarios y desarrollo comunitario*, 12 (2), 339-359. <https://doi.org/10.5304/jafscd.2023.122.012>
- Reglamento de la ley general de salud en materia de investigación para la salud (Regulations of the General Health Law on Health Research). 2 de abril de 2014. D.O. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5339162&fecha=02/04/2014
- Retamal, F., Molina-Márquez, I., Gutierrez-Viveros, K., Zuloaga-Riquelme, V., Elizalde, J. P. M., & González-Albornoz, P. (2024). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de la Universidad Adventista de Chile (Knowledge about healthy eating among students at the Adventist University of Chile). *Chillán. Retos*, 57, 715-724. <https://doi.org/10.47197/retos.v57.105077>
- Santos, M.P., Brewer, J.D., Lopez, M.A., Paz-Soldan, V.A., & Chaparro, M.P. (2022). Determinants of food insecurity among households with children in Villa el Salvador, Lima, Peru: the role of gender and employment, a cross-sectional study. *BMC publichealth*, 22(1), 717. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12889-4>
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural. (16 de marzo de 2023). *Seguridad alimentaria, un pilar de la transformación* (Food security, a pillar of transformation). <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/seguridad-alimentaria-un-pilar-de-la-transformacion?idiom=es>
- Viveros, S.S., Ramírez, M.M.Á., Salazar, C.S.C., & Gómez, R.E. (2014). *Validación de la Escala Latinoamericana y del Caribe de Seguridad Alimentaria (ELCSA) en el contexto rural y urbano de Veracruz, México* (Validation of the Latin American and Caribbean Food Security Scale (ELCSA) in the rural and urban context of Veracruz, Mexico). https://www.uv.mx/rm/num_anteriores/revmedica_vol14_num2/articulos/validacion.pdf