



ISSN-e: 2711-3892

Diseño de un instrumento de evaluación que permita identificar hábitos alimentarios que conlleven a la malnutrición desde el entorno laboral

Design of an assessment instrument to identify eating habits that lead to malnutrition in the workplace

MSc. Erika Eliana Peña Zambrano¹, MSc. Zaida Rocío Contreras Velásquez², Samara Johana Abdallah Peñaloza³, Camila Tatiana Cordero Vallejos⁴

^{1,2} *Universidad de Pamplona, Facultad de salud, Grupo de Investigación en Salud Pública del Programa de Nutrición y Dietética, Cúcuta, Norte de Santander, Colombia.*

^{3,4} *Universidad de Pamplona, Facultad de salud, Grupo de Investigación en Salud Pública del Programa de Nutrición y Dietética, Cúcuta, Norte de Santander, Colombia.*

Correspondencia: Erika Eliana Peña Zambrano, Zaida Rocío Contreras Velásquez
Correo electrónico:
erika.pena2@unipamplona.edu.co
zaida.contreras@unipamplona.edu.co

Recibido: 13/11/2024
Aceptado: 28/12/2024

Citar así: Peña Zambrano, E. E., Contreras Velasquez, Z. R., Abdallah Peñaloza, S. J., & Cordero Vallejos, C. T. (2024). Diseño de un instrumento de evaluación que permita identificar hábitos alimentarios que conlleven a la malnutrición desde el entorno laboral. *Revista Semilleros de Investigación*, 5(1), 27–38. Recuperado de

Resumen

Identificar los hábitos alimentarios que conlleven a malnutrición en el entorno laboral, requiere de un instrumento adecuadamente diseñado, validado y confiable. El presente estudio es de tipo metodológico y el proceso requirió del diseño del instrumento, la validación por parte de expertos, la aplicación de la prueba piloto y la determinación de la confiabilidad del instrumento, con el fin de que sea una herramienta clave para recopilar datos precisos y relevantes. El coeficiente de confiabilidad para las preguntas politómicas y dicotómicas del instrumento fue respectivamente de 0.64 y 0,59 en la primera aplicación, de igual manera, en la segunda aplicación el resultado que se obtuvo fue de 0.62 y 0,61, es decir, una confiabilidad alta. En la validación por expertos se obtuvieron valores entre el 87% y 100% resultando así un instrumento válido.

Palabras clave: estudios de validación como asunto, hábitos alimentarios, trabajadores, confiabilidad de los resultados.

<https://doi.org/10.24054/sei.v5i1.3485>

Copyright: © 2024. Universidad de Pamplona, Colombia. La Revista Semilleros de Investigación proporciona acceso abierto a todo su contenido bajo los términos de la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).

Agradecimientos: Estudiantes de X semestre de Nutrición y Dietética Universidad de Pamplona.

Abstract

Identifying eating habits that lead to malnutrition in the work environment requires a properly designed, validated and reliable instrument. The present study is methodological and the process required the design of the instrument, validation by experts, application of the pilot test and determination of the reliability of the instrument, in order to make it a key tool for collecting accurate and relevant data. The reliability coefficient for the polytomous and dichotomous questions of the instrument was respectively 0.64 and 0.59 in the first application, likewise, in the second application the result obtained was 0.62 and 0.61, that is, a high reliability. In the validation by experts, values between 87% and 100% were obtained, thus resulting in a valid instrument.

Keywords: *validation studies such as subject, eating habits, workers, reliability of the results.*

1. INTRODUCCIÓN

Un hábito alimentario es una conducta consciente, colectiva y repetitiva, que rige la elección, preparación y consumo de alimentos, así como el tipo de dieta de un individuo, la cual se ve influenciada por aspectos como la cultura, la sociedad, la economía, la geografía y las tradiciones [1]. Los lugares de trabajo son entornos potencialmente prometedores para la promoción de la salud, dado que los trabajadores pasan un tercio de su tiempo en ellos, o por el contrario pueden propiciar la aparición de determinadas enfermedades [2]; además, las condiciones de trabajo pueden alterar los estilos de vida y hábitos alimentarios en la población trabajadora, donde el sedentarismo, consumo de alimentos ultraprocesados [3] y los escasos espacios de tiempo para el consumo de alimentos ha desencadenado problemas tan graves a nivel de salud, como es el aumento de la prevalencia de obesidad, enfermedades crónicas y por ende la muerte prematura en las últimas décadas a nivel mundial [4].

Las enfermedades crónicas no transmisibles (ENT), son la principal causa de muerte y discapacidad en el mundo; incluyen cánceres, enfermedades cardiovasculares, diabetes y enfermedades pulmonares crónicas causadas por factores como el consumo de tabaco, alcohol y alimentos poco saludables [1] que aunado con el crecimiento urbano exige la aparición de trabajos sedentarios y sistemas de transporte que reducen los niveles de actividad física, así como estilos de vida que no permiten el consumo en cantidades apropiadas de alimentos saludables, como cereales integrales, frutas y verduras, que dan como resultado consecuencias para la salud a largo plazo [5].

La actividad física es fundamental para mantener la salud y prevenir estas enfermedades, ya que se ha descubierto que su práctica regular prolonga la esperanza de vida por medio de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales [6]. Una actividad física de intensidad moderada de 150 a 250 min/ semana, con una energía equivalente a 1.200 a 2.000 kcal/semana, parece suficiente para prevenir y evitar un aumento de peso superior al 3% en la mayoría de los adultos [7]. En el ámbito laboral, la obesidad/sobrepeso, el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios son responsables de manera directa o indirecta de morbilidad, mortalidad, pérdida de calidad de vida, ausentismo laboral y generan costes empresariales y sociales muy importantes [8].

La elaboración de un instrumento de evaluación en trabajadores del Instituto Colombiano de

Bienestar Familiar – Regional Norte de Santander, permitirá identificar los hábitos alimentarios que conlleven a la malnutrición en el entorno laboral, para ello se requiere del diseño del instrumento, la validación por parte de expertos, la cual cuenta con aspectos como la adecuación, que se refiere a la congruencia y coherencia de los ítems con el objetivo del instrumento, es decir, los ítems deben estar formulados de manera clara y precisa, y deben ser apropiados para medir lo que se pretende evaluar, por otro lado, la pertinencia se refiere a la relevancia y utilidad de los ítems en el contexto específico del estudio, lo cual implica que los ítems deben ser significativos y necesarios para obtener la información deseada [9]. Además de lo anterior, se llevó a cabo la aplicación de la prueba piloto y la determinación de la confiabilidad del instrumento, con el fin de que sea una herramienta clave para recopilar datos precisos y relevantes, siendo una base para la implementación de planes, programas o proyectos de intervención nutricional en el entorno laboral.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo de estudio

Estudio metodológico, son investigaciones que se centran en el análisis y desarrollo de métodos y técnicas de investigación. Su objetivo principal es mejorar la precisión, validez y fiabilidad de los procedimientos utilizados para recopilar y analizar datos. Estos estudios son esenciales para garantizar que los resultados de una investigación sean sólidos y reproducibles [10].

2.2 Elaboración de Instrumento de recolección de información

El proceso de elaboración del instrumento se dividió en las siguientes etapas:

2.2.1 Etapa I. Diseño, desarrollo y construcción del instrumento

El instrumento consiste en un cuestionario de evaluación de hábitos alimentarios que incluye tanto preguntas dicotómicas como politómicas.

- *Fase I*, relacionada a las redefiniciones fundamentales las cuales se obtuvieron mediante reuniones periódicas. El grupo de investigación revisó los objetivos del estudio, la información a recolectar con el instrumento y la población a la que estaría dirigido.
- *Fase II*, centrada en la revisión de literatura, en la cual se llevó a cabo la revisión bibliográfica de instrumentos validados y confiables de otros estudios e investigaciones con un enfoque similar; con el fin, de identificar y definir con precisión las dimensiones más relevantes para determinar los hábitos alimentarios de la población.
- *Fase III*, de identificación y construcción de variables a medir, para lo que fue necesario la revisión de estos estudios permitiendo iniciar la estructuración del instrumento, el cual está conformado por cinco componentes tales como: características demográficas, componente de prácticas alimentarias, actividad física, conductual y de morbilidad.

2.3 Etapa II. Validación por expertos

Este proceso de recolección de información a través de un instrumento involucró a individuos con una amplia experiencia en el tema de interés de la investigación, lo que los capacita para ofrecer evaluaciones y juicios pertinentes. Cada pregunta incluida fue sometida a dos criterios de calidad: adecuación y pertinencia, en dónde el papel del experto tuvo una relevancia crucial al eliminar preguntas u opciones de respuesta que a su criterio, se consideran irrelevantes e incorporar las esenciales, así como modificar las que lo requieran. Se empleó el método de agregados individuales que es una técnica utilizada para la validación de contenido a través del juicio de expertos. Este método implica que cada juez realice la evaluación de manera individual, y luego se agregan los resultados para obtener una medida conjunta. [11].

El instrumento de recolección de información contempló respuestas tipo Likert, para los apartados de adecuación y pertinencia, solicitando al experto seleccionar con una X la afirmación que considere pertinente, teniendo en cuenta la siguiente escala: muy en desacuerdo (1), en desacuerdo (2), en desacuerdo más que en acuerdo (3), de acuerdo más que en desacuerdo (4), de acuerdo (5) y muy de acuerdo (6). En el apartado de adecuación se establecen tres ítems a evaluar, el primero corresponde a si la pregunta se comprende con facilidad, el segundo si las opciones de respuesta son adecuadas y el tercero si las opciones de respuesta se presentan en un orden lógico. En cambio, para el apartado de pertinencia, los tres aspectos establecidos, determinan si las preguntas son pertinentes para lograr el objetivo general, el segundo y tercer objetivo específico de la investigación. Finalmente se establecen observaciones y recomendaciones en relación con cada una de las preguntas, contemplando aspectos como, motivos por los que la pregunta se considera no adecuada y no pertinente, así como la propuesta de mejora de estas (modificación, sustitución o supresión).

Con el fin de analizar los resultados de validación por expertos, se generó un informe que permite evidenciar por cada pregunta y sus respectivos ítems de respuesta; considerándose válida con un puntaje mayor al 75%, así como el análisis, relacionado con la respuesta de los expertos y la corrección pertinente.

2.4 Etapa III. Prueba piloto

Se aplicó una encuesta autoadministrada a través de Google Forms utilizando el 20% de la muestra previamente determinada para la primera aplicación, esto equivale a 17 trabajadores. Lo cual permite identificar y corregir posibles problemas en el diseño del instrumento, asegurando que las preguntas sean claras y relevantes para los participantes. Además, para la segunda aplicación del instrumento, se seleccionarán 10 trabajadores. Esta segunda aplicación permitirá una evaluación adicional de la consistencia y precisión del instrumento, asegurando que los ajustes realizados tras la prueba piloto hayan mejorado su efectividad. Los resultados de ambas aplicaciones serán analizados para ajustar y mejorar el instrumento antes de su aplicación a la muestra completa. Este proceso es crucial para garantizar que el instrumento de evaluación sea efectivo y preciso en la identificación de los hábitos alimentarios de los empleados del ICBF Dirección Regional Norte de Santander.

2.5 Etapa IV. Confiabilidad

El instrumento está conformado por preguntas dicotómicas, las cuales son aquellas que ofrecen dos opciones de respuesta, como “sí” o “no”, mientras que las preguntas politómicas permiten múltiples opciones de respuesta, proporcionando una mayor diversidad de respuestas posibles y una evaluación más detallada de los hábitos alimentarios de los trabajadores.

Según Bolívar [12], para calcular la confiabilidad de ítems con respuestas dicotómicas, se utiliza el método de K-R20 (Kuder Richardson), el cual se procede de la siguiente manera:

$$r_{tt} = \frac{n}{n-1} * \frac{Vt - \Sigma pq}{Vt} \quad (1)$$

Donde:

rtt = Coeficiente de confiabilidad

n= Número de ítems

Vt =Varianza total de la prueba

Σ pq = Es la suma de las varianzas individuales de los ítems

- *Cálculo de p y q*: Para cada ítem, se computa p, que es la proporción de sujetos que respondieron correctamente un ítem sobre el total de sujetos. Luego, se calcula q, que es igual a 1-p.
- *Producto pq*: Se multiplica p por q para cada ítem.
- *Sumatoria de pq*: Se suman todos los valores de pq obtenidos. Este resultado es la sumatoria de la varianza individual de los ítems, denotada como Σpq .
- *Varianza total (Vt)*: Se calcula la varianza total de la distribución.
- *Aplicación de la fórmula K-R20*: Finalmente, se aplica la fórmula correspondiente para obtener la confiabilidad.

En los casos de medición de constructos mediante escalas, donde no existen respuestas correctas o incorrectas, sino que cada sujeto elige el valor de la escala que mejor representa su respuesta, Cronbach (1951) derivó una variante del modelo de Kuder-Richardson (1937) que permite estimar la confiabilidad de consistencia interna.

$$rtt = \frac{n}{n-1} * \frac{St - \Sigma S^2 t}{S^2 t} \quad (2)$$

Donde:

rtt = Coeficiente de confiabilidad

n= Número de ítems

S^{2t} = Varianza total de la prueba

ΣS^{2t} = Es la suma de las varianzas individuales de los ítems

Los valores del coeficiente de confiabilidad oscilan entre cero (0) y uno (1). Su interpretación se basa en los siguientes rangos: de 0,81 a 1,00 confiabilidad muy alta, de 0,61 a 0,80 alta, entre 0,41 a 0,60 moderada y finalmente de 0,01 a 0,20 confiabilidad muy baja.

3. RESULTADOS

3.1 Validez

En el proceso de validación del instrumento se contó con la participación de cuatro expertos, los cuales evaluaron cada pregunta teniendo en cuenta los aspectos de adecuación y pertinencia, así como observaciones en caso de que la variable requiriera ser modificada obteniendo de esta manera los resultados que se presentan en la tabla 1.

Tabla 1: Resultados de validación por expertos

Variable inicial/categorías	Variable final/ categorías	Validez				
		Experto 1	Experto 2	Experto 3	Experto 4	Total
Componente. Prácticas alimentarias						
1: ¿Con qué frecuencia consume frutas en su lugar de trabajo?	1: Con qué frecuencia consume frutas en su lugar de trabajo () Todos los días	100%	87.5%	83.3%	95.83%	91%

<input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Nunca	<input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Ocasional <input type="checkbox"/> Nunca					
2: ¿Con qué frecuencia utiliza azúcar en preparaciones de su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Nunca	2: ¿Con qué frecuencia utiliza azúcar en preparaciones de su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Nunca	100%	83.3%	87.5%	95.83%	91%
3: ¿Con qué frecuencia consume golosinas y/o productos de paquete, como papas, galletas dulces de panadería o pastelería en su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Nunca	3: ¿Con qué frecuencia consume golosinas y/o productos de paquete, como papas, galletas dulces de panadería o pastelería en su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Una vez al mes <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Nunca	100%	100%	85.8%	95%	95,17 %
4: Si la respuesta anterior fue “todos los días”, ¿qué cantidad al día consume?	4: Si la respuesta anterior fue “todos los días”, ¿qué cantidad al día consume?	83.3%	100%	100%	100%	95,83 %
5: ¿Con qué frecuencia consume gaseosa, jugos o aguas saborizadas (caja, polvo o botella) con azúcar añadida en su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Nunca	5: ¿Con qué frecuencia consume gaseosa, jugos o aguas saborizadas (caja, polvo o botella) con azúcar añadida en su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Una o dos veces al mes <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana <input type="checkbox"/> Uno o dos días /semana <input type="checkbox"/> Nunca	No fue evaluada	100%	87.5%	95.83%	94.4%
6: De acuerdo con la anterior respuesta, el consumo de estas bebidas se da por: <input type="checkbox"/> Decisión propia <input type="checkbox"/> Por terceros	6: De acuerdo con la anterior respuesta, el consumo de estas bebidas se da por: <input type="checkbox"/> Decisión propia <input type="checkbox"/> Por terceros <input type="checkbox"/> Bajos precios en el mercado <input type="checkbox"/> Hábitos <input type="checkbox"/> Adicciones	67%	100%	100%	83.3%	87,5%
7: ¿Con qué frecuencia consume alimentos de preparación rápida (empanadas, arepa rellena, churros, etc.) en su lugar de trabajo?: <input type="checkbox"/> Todos los días	7: ¿Con qué frecuencia consume comida rápida (empanadas, arepa rellena, churros, etc.) en su lugar de trabajo? <input type="checkbox"/> Una o dos veces al mes <input type="checkbox"/> Todos los días <input type="checkbox"/> Tres o cuatro días/semana	100%	100%	85.8%	95%	95,17 %

() Uno o dos días /semana () Tres o cuatro días/semana () Nunca	() Uno o dos días /semana () Nunca					
8: ¿Adiciona aderezos a sus comidas tales como salsa de tomate, mayonesa, tártara, entre otras? () Sí () No	8: ¿Adiciona aderezos a sus comidas tales como salsa de tomate, mayonesa, tártara, entre otras? () Sí () No	100%	100%	100%	100%	100%
9: ¿Durante la semana, su almuerzo es preparado en casa o lo adquiere de un restaurante? Casa Restaurante () No () 1 vez () 1 vez () 1 vez () 2 veces () 2 veces () 3 veces () 3 veces () 4 veces () 4 veces () 5 veces () 5 veces	9: ¿Durante la semana, su almuerzo es preparado en casa o lo adquiere de un restaurante? Casa Restaurante () No () 1 vez () 1 vez almuerza () 2 veces () 2 veces () 3 veces () 3 veces () 4 veces () 4 veces () 5 veces () 5 veces	83.3%	95%	100%	100%	95%
10: Adiciona sal a las comidas después de servidas: () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	10: Adiciona sal a las comidas después de servidas: () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	100%	100%
11: Realiza alguna de las siguientes actividades mientras consume alimentos: Actividad / () Todo el tiempo () ocasionalmente () Nunca -Trabajar -Hablar por teléfono -Jugar en tablets -Mirar televisión -Otra ¿cuál?	11: Realiza alguna de las siguientes actividades mientras consume alimentos: Actividad / () Todo el tiempo () ocasionalmente () Nunca -Trabajar -Hablar por teléfono -Jugar en tablets -Mirar televisión -Otra ¿cuál?	100%	100%	100%	100%	100%
12: Siente que el trabajo que desempeña le genera: Actividad / () Todo el tiempo () ocasionalmente () Nunca -Aumento de apetito -Disminución de apetito	12: Siente que el trabajo que desempeña le genera: Actividad / () Todo el tiempo () ocasionalmente () Nunca -Aumento de apetito -Disminución de apetito	100%	100%	100%	91.7%	97,92 %
13: ¿Tiene horarios establecidos para cada una de las comidas en su lugar de trabajo? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	13: ¿Tiene horarios establecidos para cada una de las comidas en su lugar de trabajo? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	100%	100%

14: ¿Lleva alimentos preparados en casa al sitio de trabajo? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	14: ¿Con qué frecuencia lleva alimentos preparados en casa a su lugar de trabajo? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	100%	100%
15: En su lugar de trabajo ¿dispone de un espacio cómodo y tranquilo para el consumo de los alimentos? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	15: En su lugar de trabajo ¿dispone de un espacio cómodo y tranquilo para el consumo de los alimentos? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	91.7%	97,22 %
Actividad física						
1: ¿Con qué frecuencia realiza actividad física? () Todos los días () Uno a dos días / semana () Tres a cuatro días / semana () Nunca	1: ¿Con qué frecuencia realiza actividad física? () Todos los días () Tres o cuatro días/semana () Uno o dos días /semana () Nunca	100%	100%	86%	100%	96,5%
2: En el transcurso de su jornada laboral, ¿con qué frecuencia camina durante al menos 10 minutos consecutivos? () Todos los días () Uno a dos días / semana () Tres a cuatro días / semana () Nunca	2: En el transcurso de su jornada laboral, ¿con qué frecuencia camina durante al menos 10 minutos consecutivos? () Todos los días () Tres o cuatro días/semana () Uno o dos días /semana () Nunca	100%	100%	86%	100%	96,5%
3: En su jornada laboral, ¿cual es el máximo de horas que permanece sentado? () 2 horas () 4 horas () 6 horas () Más de 8 horas	3: En su jornada laboral, ¿cual es el máximo de horas que permanece sentado? () 2 horas () 4 horas () 6 horas () Más de 8 horas	100%	83.3%	100%	100%	95,83 %
4: ¿En el transcurso de su jornada laboral realiza pausas activas? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	4: ¿En el transcurso de su jornada laboral realiza pausas activas? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	100%	100%
Componente conductual						
1: ¿Consume sustancias psicoactivas? () Todo el tiempo () Ocasionalmente	1: ¿Consume sustancias psicoactivas? () Todo el tiempo () Ocasionalmente	100%	100%	100%	100%	100%

() Nunca	() Nunca					
2: Al asistir a encuentros sociales, ¿Fuma? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	2: Al asistir a encuentros sociales, ¿Fuma? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	86.6%	96,66 %
3: Al asistir a encuentros sociales, ¿consume bebidas alcohólicas? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	3: Al asistir a encuentros sociales, ¿consume bebidas alcohólicas? () Todo el tiempo () Ocasionalmente () Nunca	100%	100%	100%	100%	100%
4: En su lugar de trabajo ¿ con que frecuencia realizan los llamados “compartir” en encuentros como cumpleaños integraciones, días especiales, etc? () Todos los días () 1 a 2 veces / semana () 3 a 5 veces / semana () Más de 10 veces / mes	4: En su lugar de trabajo ¿ con que frecuencia realizan los llamados “compartir” en encuentros como cumpleaños integraciones, días especiales, etc? () Todos los días () 1 a 2 veces / semana () 3 a 5 veces / semana () Más de 10 veces / mes	100%	100%	100%	100%	100%
5: ¿Qué tipo de alimentos se consumen en los llamados “compartir” en su lugar de trabajo? () Torta () Pasteles () Postres () Pasabocas () Otra, ¿cuál ?	5: ¿Qué tipo de alimentos se consumen en los llamados “compartir” en su lugar de trabajo? () Torta () Pasteles () Postres () Pasabocas () Otra, ¿cuál ?	100%	100%	100%	100%	100%
6: ¿Usted consume de los alimentos que se brindan en los llamados “compartir”? () Si () No () Algunas veces	6: ¿Usted consume de los alimentos que se brindan en los llamados “compartir”? () Si () No () Algunas veces	100%	100%	100%	100%	100%
Componente de morbilidad						
1: Ha sido diagnosticado con algunas de las siguientes enfermedades: () Si () No Sobrepeso Obesidad Hipertensión Diabetes Enfermedad coronaria Insuficiencia cardiaca Otra, ¿cuál?	1: Ha sido diagnosticado con algunas de las siguientes enfermedades: () Si () No Sobrepeso Obesidad Hipertensión Diabetes Enfermedad coronaria Insuficiencia cardiaca Otra, ¿cuál?	100%	100%	100%	100%	100%
2: Presenta algunas de las siguientes enfermedades	2: Presenta algunas de las siguientes enfermedades	100%	100%	100%	100%	100%

laborales diagnosticadas () Si () No	laborales diagnosticadas () Si () No					
Estrés laboral Fatiga visual Gastritis Síndrome de tunel carpiano Otro, ¿cuál?	Estrés laboral Fatiga visual Gastritis Síndrome de tunel carpiano Otro, ¿cuál?					

Fuente: elaboración propia

3.2 Confiabilidad

El total de preguntas politómicas fue de catorce, siendo el coeficiente de confiabilidad obtenido en la primera aplicación de la prueba piloto de 0.64, de igual manera, en la segunda aplicación el resultado que se obtuvo fue de 0.62, es decir, una confiabilidad alta, esto asegura que los datos obtenidos sean precisos y estables. Por otro lado, para las diez preguntas dicotómicas presentes en el instrumento, el coeficiente de confiabilidad en la primera aplicación fue de 0,59, lo cual sugiere una confiabilidad moderada, mientras que para la segunda aplicación el resultado del coeficiente fue de 0.61 obteniendo una confiabilidad alta.

4. DISCUSIÓN

Conforme a los resultados obtenidos, el cuestionario sometido a validación mostró adecuada estructura factorial y consistencia interna, lo que permite identificar los hábitos alimentarios de los trabajadores, incluyendo el consumo de alimentos y los comportamientos con relación a la alimentación en encuentro sociales.

Otros estudios han validado cuestionarios relacionados con prácticas alimentarias; como el desarrollado por Araneda [4], que se centró en desarrollar y validar cuatro instrumentos para evaluar los entornos alimentarios (restaurantes, tienda, institución y comida callejera) en Chile, con un enfoque en tres dimensiones: *disponibilidad* como la presencia de alimentos saludables y no saludables en diferentes entornos, *variedad* considerada como la disponibilidad de dos o más alternativas de alimentos y bebidas saludables y, *publicidad* que evaluó la exposición a mensajes y promociones de alimentos saludables. A través de una revisión bibliográfica, evaluación por expertos y una aplicación piloto en escuelas públicas de Chillán, se evaluaron 1928 puntos de compra de alimentos. Los resultados mostraron que los instrumentos son válidos y confiables, con coeficientes alfa de Cronbach entre 0,68 y 0,90, destacando la alta disponibilidad de alimentos poco saludables.

Por otra parte, Silva y colaboradores [13] presentaron el desarrollo y validación de un instrumento para la evaluación cualitativa de preparaciones alimenticias ofrecidas a trabajadores en servicios de alimentación, considerando el grado y la finalidad del procesamiento industrial de los ingredientes; siendo este instrumento conformado por diez preguntas, que clasifica las preparaciones en cuatro niveles de calidad (alta, intermedia, baja y muy baja). La metodología incluyó la estructuración del instrumento, validación del contenido por especialistas y análisis discriminante, el cual obtuvo un índice de validez de contenido satisfactorio (0,940 y 0,966 en las dos fases), demostrando que es una herramienta válida y confiable, que puede ser utilizado por profesionales en alimentación para promover menús más saludables y mejorar la calidad de las comidas ofrecidas a los trabajadores.

Peralta & Valdelamar [14] desarrolló y validó un cuestionario CAP (Conocimientos, Actitudes y Prácticas) compuesto por 72 preguntas distribuidas en cuatro módulos: sociodemográfico, conocimientos, actitudes y prácticas. El instrumento fue evaluado y ajustado por un panel de

expertos, logrando un Índice de Validez de Contenido (CVI) de 0.97, lo que indica una alta validez y confiabilidad.

En la investigación de Candela y colaboradores [15] con respecto a los resultados de validez y confiabilidad mediante el alfa de Cronbach, el bloque alimentación pasó a 8 ítems de los 14 iniciales, eliminando preguntas referentes a ingesta de agua, sal o bollería, entre otros. En cuanto a actividad física tiempo libre, se mantuvieron 5 ítems, mostrando que el coeficiente alfa aumentaba a medida que se eliminaban elementos con baja discriminación. El conjunto final mostró una consistencia interna global de 0,629, el estudio de adecuación muestral obtuvo un KMO (medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin.) de 0,752.

Ruiton [16], estableció la confiabilidad de los cuestionarios, aplicando la prueba estadística de confiabilidad Alfa de Cronbach, a una muestra piloto de 20 alumnos, en donde obtuvo como resultado una confiabilidad de 0.795 (confiabilidad fuerte) para el componente de hábitos alimentarios contando con 29 ítems, en cuanto a la validez del instrumento de evaluación obtuvo que es aplicable, de acuerdo con el juicio de experto al que fue sometido.

Según el estudio de Torres y Velázquez [17] utilizaron la adaptación de un instrumento a la versión del 2018, el cual se sometió a juicio de tres expertos para evaluar validez, obtenido una valoración de 0,79 y, además, para determinar la confiabilidad se aplicó una prueba piloto en una muestra de 30 madres de familia, mediante el coeficiente de alfa Cronbach evidenciando niveles adecuados (alfa de Cronbach=0,830).

5. CONCLUSIONES

En el proceso de validación del instrumento por expertos, cada una de las variables de los componentes (prácticas alimentarias, actividad física, conductual y morbilidad) obtuvieron valores entre el 87% y 100% obteniendo así instrumento válido, en cuanto al coeficiente de confiabilidad se obtuvo un resultado 0.64 en la primera aplicación de la prueba piloto, lo cual indica una confiabilidad alta, representando una mejora en la consistencia y precisión del instrumento de evaluación, este incremento, aunque pequeño, puede tener un impacto significativo en la utilidad de los resultados obtenidos, proporcionando un instrumento confiable.

RECONOCIMIENTO

Estudiantes de X semestre de Nutrición y Dietética Universidad de Pamplona.

REFERENCIAS

- [1] B. Mesa Murillo y C. Téllez Castillo, "Influencia del horario laboral sobre los hábitos alimentarios del personal que trabaja por turnos en el área de la salud de la ciudad de Cartagena De Indias, Colombia," Tesis doctoral, Universidad del Sinú, seccional Cartagena, 2021.
- [2] N. Angulo Mota, M. Aparicio Gómez, M. Marco Ibáñez y V. Sanjuán Sánchez, "Nutrición en el trabajo y actividades de promoción de la salud: revisión sistemática," *Medicina y Seguridad del trabajo*, vol. 64, no. 251, pp. 200-216, 2018.
- [3] M. O. Garzón Duque, M. D. Cardona-Arango, A. M. Segura-Cardona, F. L. Rodríguez-Ospina, C. F. Molina y D. A. Restrepo Ochoa, "Influencia de los hábitos alimentarios y condiciones de trabajo en la prevalencia de sobrepeso y obesidad de trabajadores informales de la ciudad de Medellín," Universidad CES, Medellín, 2019.

- [4] J. Araneda-Flores, P. O. Moresco, G. Quezada-Figueroa, L. Lobos-Fernandez, B. Leyton y A. C. Pinheiro, "Desarrollo y validación de un conjunto de instrumentos para medir entornos alimentarios," *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, vol. 19, no. 21, p. 13806, 2022.
- [5] C. Vega y D. Smith, "Hábitos alimentarios y perímetro abdominal en los trabajadores de la Micro Red de Salud Pazos-Huancavelica," 2024.
- [6] A. L. Perea-Caballero, G. E. López-Navarrete, A. Perea-Martínez, U. Reyes-Gómez, L. M. Santiago-Lagunes, P. A. Ríos-Gallardo, ... y C. De la Paz-Morales, "Importancia de la actividad física," *Salud Jalisco*, vol. 6, no. 2, pp. 121-125, 2020.
- [7] J. Naranjo Orellana, J. Álvarez Medina, C. Blasco Lafarga y T. Gaztañaga Aurrekoetxea, "Obesidad y ejercicio físico en adultos," *Arch. med. deporte*, pp. 326-327, 2020.
- [8] V. Villa, "Asociación entre IMC y hábitos alimentarios y de actividad física en trabajadores adultos de la ciudad de Quito- Ecuador," 2019.
- [9] F. R. Luna Sánchez y A. N. Ortiz Ríos, "La gestión de la información y competitividad de los colaboradores en las entidades financieras, Tarapoto," 2022.
- [10] R. K. Yin, *Case Study Research and Applications: Design and Methods*, 6th ed., SAGE Publications, 2018.
- [11] J. Agrazal-García, L. Gordon-de Isaacs y R. Tuñón, "Diseño y validación de un cuestionario para medir prácticas preventivas de hantavirus en una comunidad endémica," *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, vol. 39, pp. 47-54, 2022.
- [12] C. R. Bolívar, *Instrumentos y técnicas de investigación educativa. Un enfoque cuantitativo y cualitativo para la recolección y análisis de datos*, 2013.
- [13] P. Silva Dohms, L. Stangarlin-Fiori y C. Opolski Medeiros, "Elaboración y validación de un instrumento para la evaluación cualitativa de preparaciones alimenticias ofrecidas a los," *Revista Internacional de Gastronomía y Ciencias de la Alimentación*, vol. 28, p. 100488, 2022.
- [14] W. Peralta Silva y S. Valdelamar Beltrán, "Validación por juicio de expertos de un instrumento sobre conocimientos, actitudes y prácticas en hábitos alimentarios, para población mayor de 18 años," Universidad del Sinú, Cartagena, 2024.
- [15] M. I. J. Candela, P. J. C. Lucasa, G. Ceballos-Santamaría y C. J. M. Jiménez, "Diseño y validación de un cuestionario para estudiar hábitos saludables en adolescentes de 12-14 años," *Arch Argent Pediatr*, vol. 119, no. 3, pp. 177-184, 2021.
- [16] J. G. Ruiton Ricra, "Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitana," 2020.
- [17] L. Torres Rios y M. G. Velasquez Palacios, "Hábitos alimenticios y anemia ferropénica en niños de 1 a 5 años atendidos en el CS San Antonio, Chiclayo," 2023.