



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE GUAYAQUIL
CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

**ANÁLISIS DE LOS GUSTOS Y PREFERENCIAS RESPECTO DE LA
COMIDA RÁPIDA EN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS DE GUAYAQUIL.**

Trabajo de titulación previo a la obtención del Título
de Lcda. Administración de Empresas

AUTOR: LEAL FAJARDO AMBAR – FAJARDO BRIONES DANIXA

TUTOR: BASTIDAS JIMÉNEZ MARCELO JAVIER

Guayaquil-Ecuador
2024

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

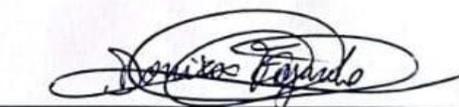
Nosotros, Ambar Leal Fajardo con documento de identificación N° 0930071725 y Danixa Gabriela Fajardo Briones con documento de identificación N° 0952591089; manifestamos que:

Somos los autores y responsables del presente trabajo; y, autorizamos a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Guayaquil, 15 de marzo del año 2024

Atentamente,


Ambar Leal Fajardo
0930071725


Danixa Gabriela Fajardo Briones
0952591089

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Nosotros, Ambar Leal Fajardo con documento de identificación No. 0930071725 y Danixa Gabriela Fajardo Briones con documento de identificación No. 0952591089, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores del Artículo Académico: Análisis De Los Gustos Y Preferencias Respecto De La Comida Rápida En Los Jóvenes Universitarios De Guayaquil, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Lcda. en Administración de Empresas, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

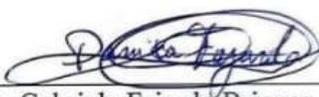
Guayaquil, 15 de marzo del año 2024

Atentamente,



Ambar Leal Fajardo

0930071725



Danixa Gabriela Fajardo Briones

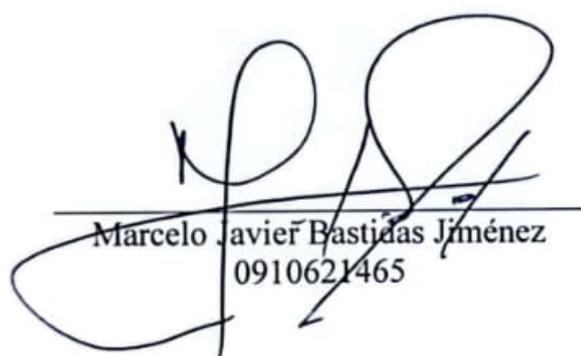
0952591089

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Marcelo Javier Bastidas Jiménez con documento de identificación N° 0910621465, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: ANÁLISIS DE LOS GUSTOS Y PREFERENCIAS RESPECTO DE LA COMIDA RÁPIDA EN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS DE GUAYAQUIL, realizado por Ambar Leal Fajardo con documento de identificación N° 0930071725 y por Danixa Gabriela Fajardo Briones con documento de identificación N° 0952591089, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Artículo Académico que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Guayaquil, 15 de marzo del año 2024

Atentamente,



Marcelo Javier Bastidas Jiménez
0910621465

ANALISIS DE LOS GUSTOS Y PREFERENCIAS RESPECTO DE LA COMIDA RAPIDA EN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS DE GUAYAQUIL.

ANALYSIS OF THE TASTE AND PREFERENCES REGARDING FAST FOOD IN YOUNG UNIVERSITY STUDENTS OF GUAYAQUIL.

Resumen

La presente investigación examina la tendencia de los jóvenes universitarios de Guayaquil, Ecuador, a comer comida rápida y sus posibles efectos perjudiciales en la salud. Los objetivos incluyen investigar las tendencias de consumo en este grupo demográfico, identificar los factores determinantes y sugerir métodos para fomentar hábitos de consumo saludables. Para obtener una comprensión más completa del tema, se utilizó un enfoque mixto que combina métodos cuantitativos y cualitativos. Utilizando un cálculo de muestras para poblaciones infinitas con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %, la muestra consistió en 405 estudiantes seleccionados de diferentes universidades de Guayaquil.

Los hallazgos mostraron que los jóvenes universitarios frecuentemente comen comida rápida; más del 70% admitió comerla al menos una vez a la semana. Los principales motivos detrás de este comportamiento alimentario fueron la falta de tiempo y la conveniencia. Las cadenas de comida rápida más conocidas fueron Kentucky Fried Chicken y McDonald's, con el pollo frito y el Big Mac como los productos más solicitados.

Las principales conclusiones mostraron que necesitaban intervenciones educativas para aumentar la conciencia sobre la nutrición y promover opciones saludables tanto en las universidades como en las cadenas de comida rápida. Se destacó la importancia de abordar este fenómeno desde una perspectiva de promoción de la salud, reconociendo la prevalencia de la comida rápida y sus posibles efectos negativos.

Se necesitan estrategias integrales para promover un estilo de vida saludable debido a la prevalencia generalizada de la comida rápida y sus posibles efectos negativos en la salud. Estas estrategias deben incluir políticas que regulen la publicidad de alimentos poco saludables e incentivos para que las cadenas de comida rápida incluyan menús más saludables y nutritivos. Finalmente, esta investigación concluye que abordar el problema de la alimentación poco saludable desde una variedad de perspectivas es crucial para tener un impacto significativo en la salud pública.

Palabras clave: comida rápida, jóvenes universitarios, Guayaquil, consumo, hábitos alimenticios, salud, investigación, estrategias.

Abstract

The present research examines the tendency of young university students from Guayaquil, Ecuador, to eat fast food and its possible harmful effects on health. Objectives include investigating consumption trends in this demographic group, identifying determining factors, and suggesting methods to encourage healthy consumption habits. To obtain a more complete understanding of the topic, a mixed approach combining quantitative and qualitative methods was used. Using a sample calculation for infinite populations with a confidence level of 95% and a margin of error of 5%, the sample consisted of 405 students selected from different universities in Guayaquil.

The study revealed that a significant majority of university students have a frequent consumption of fast food, with over 70% acknowledging its intake at least once weekly. This behavior is primarily driven by constraints like time scarcity and the need for convenience. Among the well-recognized fast-food establishments, Kentucky Fried Chicken and McDonald's emerged as the prominent choices, with their signature offerings of fried chicken and Big Mac.

The main findings showed that educational interventions were needed to increase nutrition awareness and promote healthy options in both universities and fast food chains. The importance of addressing this phenomenon from a health promotion perspective was highlighted, recognizing the prevalence of fast food and its potential negative effects.

It is highlighted the need to address this phenomenon from a health promotion perspective. Comprehensive strategies are needed to promote a healthy lifestyle due to the widespread prevalence of fast food and its potential negative health effects. These strategies should include policies regulating the advertising of unhealthy foods and incentives for fast-food chains to include healthier and more nutritious menus. Finally, this research emphasizes that addressing the issue of unhealthy eating from a variety of perspectives is crucial to making a significant impact on public health.

Keywords: *fast food, university students, Guayaquil, consumption, eating habits, health, research, strategies.*

1. Introducción

La alimentación juega un papel crucial en la vida de las personas, especialmente en los jóvenes universitarios, cuyos hábitos alimenticios pueden influir drásticamente en su rendimiento académico y bienestar general. En el contexto actual de la pandemia de Covid-19, es aún más relevante comprender cómo los hábitos alimenticios impactan en los estudiantes universitarios, considerando los desafíos adicionales que enfrentan en su vida diaria (Bravo Salinas, 2021).

Los resultados de la investigación subrayan la importancia de abordar los hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios en Ecuador. Se encontró una correlación clara entre la ingesta de alimentos poco saludables, como comida chatarra, y el bajo rendimiento académico. Además, el consumo de alcohol y drogas también se asoció con un rendimiento académico deficiente en esta población estudiantil (Lemoine & Carvajal, 2020).

Para abordar la problemática de los hábitos alimenticios poco saludables entre los estudiantes universitarios en Ecuador, es esencial implementar una variedad de intervenciones educativas y preventivas que fomenten una alimentación equilibrada y nutritiva. Una estrategia efectiva podría involucrar campañas de concientización dirigidas a destacar la importancia de una dieta saludable, destacando los beneficios para la salud física y mental. Estas campañas podrían incluir material educativo visual, charlas informativas y la utilización de plataformas digitales y redes sociales para llegar a un público más amplio de estudiantes (Giler, 2019).

Los talleres educativos sobre la preparación de comidas nutritivas pueden ser una herramienta valiosa para enseñar a los estudiantes cómo planificar y preparar comidas saludables en un presupuesto limitado y en medio de las demandas del estilo de vida universitario. Estos talleres podrían ser interactivos y prácticos, brindando a los estudiantes habilidades prácticas que pueden aplicar en su vida diaria. Es crucial que estos talleres se diseñen de manera inclusiva, teniendo en cuenta las diversas necesidades y preferencias dietéticas de los estudiantes (Villegas & Rabgel, 2020).

Por otro lado, las sesiones informativas sobre los riesgos para la salud asociados con el consumo de alimentos poco saludables pueden ayudar a aumentar la conciencia sobre los efectos negativos de una mala alimentación. Estas sesiones podrían incluir información sobre los impactos a largo plazo en la

salud, como la obesidad, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes, así como los efectos negativos inmediatos en el rendimiento académico y el bienestar general. Es importante que estas sesiones sean impartidas por profesionales de la salud y nutricionistas para garantizar la precisión y la credibilidad de la información proporcionada (Medrano & Velasquez, 2021).

Además de proporcionar información, es esencial establecer programas prácticos que fomenten la adopción de hábitos alimenticios saludables. Esto podría incluir la creación de comedores universitarios que ofrezcan opciones de alimentos nutritivos a precios asequibles, así como la implementación de políticas que regulen la disponibilidad de comida chatarra en el campus. También se pueden organizar actividades como ferias de alimentos saludables, clases de cocina saludable y grupos de apoyo para promover la adopción de hábitos alimenticios más saludables entre los estudiantes (Martínez H. A., 2023).

La creación de entornos universitarios que fomenten opciones de alimentos saludables y la práctica de actividades físicas es esencial para abordar de manera integral la problemática de los hábitos alimenticios poco saludables entre los estudiantes universitarios en Ecuador. Una estrategia efectiva implica la adaptación de los espacios físicos del campus para promover un estilo de vida activo y saludable. Esto podría incluir la creación de áreas verdes y espacios al aire libre donde los estudiantes puedan realizar actividades físicas como caminar, correr o practicar deportes (Villalobos, 2023).

Es importante colaborar con proveedores locales de alimentos saludables para garantizar la disponibilidad de opciones nutritivas tanto dentro como fuera del campus universitario. Esto podría implicar la inclusión de restaurantes y cafeterías que ofrezcan menús equilibrados y nutritivos, así como la organización de mercados de agricultores locales donde los estudiantes puedan acceder a productos frescos y saludables. Al facilitar el acceso a alimentos saludables, se promueve la adopción de hábitos alimenticios más saludables entre los estudiantes (Ayala, 2023).

Un aspecto fundamental es la promoción de la actividad física como parte integral de la vida universitaria. Esto podría lograrse mediante la organización de eventos deportivos, clases de ejercicio y actividades recreativas que fomenten la participación de los estudiantes. Se pueden establecer programas de incentivos que reconozcan y premien la participación en actividades físicas, lo que puede motivar a los estudiantes a mantener un estilo de vida activo y saludable (Blanch, 2021).

La creación de entornos universitarios que promuevan opciones de alimentos saludables y la realización de actividades físicas son elementos fundamentales para abordar de manera integral la problemática de los hábitos alimenticios poco saludables entre los estudiantes universitarios en Ecuador. Estos entornos no solo proporcionan acceso a alimentos nutritivos, sino que también fomentan un estilo de vida activo y saludable que contribuye al bienestar general de los estudiantes. Al ofrecer opciones de alimentos saludables en el campus, se brinda a los estudiantes la oportunidad de hacer elecciones más conscientes y nutritivas en su dieta diaria (Martínez C. A., 2023).

La incorporación de áreas verdes y espacios para la práctica de deportes en el campus universitario crea un ambiente propicio para la actividad física y el ejercicio regular. Estos espacios no solo son beneficiosos para la salud física, sino que también pueden servir como lugares de encuentro social y recreación para los estudiantes. Además, la realización de actividades físicas en un entorno universitario promueve la adopción de hábitos saludables que pueden perdurar más allá de la vida académica (Ferrer & Martinez, 2023).

Colaborar con proveedores locales de alimentos saludables es una estrategia valiosa para enriquecer la oferta alimenticia dentro y fuera del campus universitario. Esta colaboración no solo amplía la gama de opciones disponibles para los estudiantes, sino que también fortalece los lazos con la comunidad local. Al priorizar la compra de productos locales, las instituciones universitarias pueden contribuir al desarrollo económico de la región y apoyar a los agricultores y pequeños empresarios locales. Esta

práctica también fomenta la sostenibilidad al reducir la huella de carbono asociada con el transporte de alimentos a larga distancia (Biermayr, 2020).

La diversificación de las opciones de alimentos disponibles promueve la adopción de hábitos alimenticios más saludables entre los estudiantes. Al tener acceso a alimentos frescos y nutritivos, los estudiantes están más inclinados a incorporar estos elementos en su dieta diaria. Esto puede tener un impacto significativo en su bienestar general, proporcionándoles los nutrientes necesarios para mantener altos niveles de energía y concentración, lo que a su vez puede mejorar su rendimiento académico y su capacidad para enfrentar los desafíos del entorno universitario (López Zamora, 2019).

Además, la colaboración con proveedores locales puede facilitar el acceso a alimentos frescos y saludables fuera del campus, ya sea a través de mercados locales o establecimientos cercanos. Esto permite que los estudiantes puedan mantener hábitos alimenticios saludables incluso fuera del entorno universitario, promoviendo un estilo de vida equilibrado y sostenible a largo plazo. Al integrar opciones saludables en su rutina diaria, los estudiantes desarrollan habilidades para tomar decisiones alimenticias informadas y beneficiosas para su bienestar general (Mamani & Roque, 2023).

La integración de alimentos frescos y saludables en los campus universitarios es una iniciativa que no solo enriquece las opciones dietéticas de los estudiantes, sino que también fortalece los lazos con la comunidad circundante. Al ofrecer alimentos nutritivos y frescos, las instituciones educativas pueden fomentar hábitos alimenticios más saludables entre los estudiantes, lo que podría tener un impacto positivo en su bienestar general y rendimiento académico. La disponibilidad de opciones frescas y locales también promueve la sostenibilidad y el desarrollo económico de la región, al apoyar a los productores locales y reducir la dependencia de alimentos procesados y transportados desde largas distancias (Hopkins Molina, 2020).

Además, al colaborar con productores locales, las universidades pueden crear una conexión más profunda con la comunidad, generando un sentido de pertenencia y orgullo entre los estudiantes al saber que están apoyando a la economía local. Esta integración también ofrece la oportunidad de educar a los estudiantes sobre la importancia de una alimentación saludable y sostenible, promoviendo valores de responsabilidad social y ambiental (Peralta, 2023).

En última instancia, la colaboración con la comunidad local en el suministro de alimentos frescos y saludables crea un entorno más enriquecedor y holístico para la experiencia universitaria, beneficiando tanto a los estudiantes como a la comunidad en general (Figuroa García, 2023).

Por otro lado, la colaboración con los proveedores puede aumentar la diversidad y calidad de los alimentos disponibles para los estudiantes, ofreciendo una gama más amplia de opciones que se adapten a diferentes preferencias y necesidades dietéticas. Esto puede incluir productos orgánicos, sin gluten o vegetarianos, que son cada vez más demandados por los estudiantes preocupados por su salud y bienestar. Al satisfacer estas demandas, las universidades pueden crear entornos alimenticios más inclusivos y accesibles, promoviendo una cultura de bienestar y cuidado personal entre la población estudiantil (Cargnino T. Á., 2022).

Además de mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, la colaboración puede tener beneficios económicos y ambientales significativos. Al apoyar a los productores locales, las universidades contribuyen al desarrollo económico de la región y ayudan a mantener viva la agricultura local. Además, al reducir la necesidad de transportar alimentos desde lugares lejanos, se reduce la huella de carbono asociada con el transporte de alimentos, lo que contribuye a la sostenibilidad ambiental. En conjunto, la colaboración con proveedores locales en el suministro de alimentos frescos y saludables ofrece una amplia gama de beneficios que van más allá de simplemente mejorar la dieta de los estudiantes (Zambrano Bermeo, 2020).

La variedad en las opciones de alimentos disponibles no solo brinda beneficios nutricionales, sino que también puede influir en la experiencia culinaria de los estudiantes universitarios. Al ofrecer una gama

diversa de alimentos frescos y saludables, las instituciones educativas pueden estimular el interés y la curiosidad de los estudiantes por probar nuevas comidas y explorar diferentes culturas alimenticias. Esta experiencia puede enriquecer su desarrollo personal y promover una relación más positiva con la comida, alejándolos de la monotonía de las opciones de comida rápida y fomentando una mayor apreciación por la diversidad culinaria (Perea, 2023).

La diversificación de las opciones de alimentos puede ayudar a abordar las necesidades dietéticas específicas de los estudiantes, como las restricciones dietéticas o las preferencias alimentarias. Al ofrecer una variedad de opciones que incluyan alimentos vegetarianos, veganos, sin gluten u otras alternativas, las universidades pueden garantizar que todos los estudiantes tengan acceso a comidas que satisfagan sus necesidades y preferencias individuales. Esto promueve un ambiente inclusivo y equitativo que respeta la diversidad de la comunidad estudiantil y fomenta una cultura de aceptación y apoyo mutuo (Espinoza, 2023).

Además, la diversificación de las opciones de alimentos puede tener un impacto positivo en la salud a largo plazo de los estudiantes, al ayudar a desarrollar hábitos alimenticios más variados y equilibrados. Al exponer a los estudiantes a una amplia gama de alimentos nutritivos, se les proporciona la oportunidad de aprender sobre los beneficios de una dieta equilibrada y explorar nuevas formas de satisfacer sus necesidades nutricionales. Esto puede ayudar a sentar las bases para una vida saludable y activa más allá de la universidad, preparándolos para tomar decisiones alimenticias informadas y promoviendo un bienestar óptimo a lo largo de sus vidas (Cargnino G. D., 2021).

La integración de áreas verdes y espacios deportivos dentro del campus universitario crea un ambiente dinámico que fomenta la actividad física y el bienestar de los estudiantes. Estos entornos proporcionan oportunidades para que los estudiantes participen en una variedad de actividades físicas, desde caminar y correr hasta practicar deportes en equipo. Al tener acceso a estas instalaciones en su propio campus, los estudiantes pueden incorporar fácilmente la actividad física en su rutina diaria, lo que les permite mantenerse activos y saludables sin tener que desplazarse a otros lugares (Torres Sarmiento, 2022).

Los beneficios físicos, la presencia de áreas verdes y espacios deportivos en el campus también fomenta la interacción social y el sentido de comunidad entre los estudiantes. Estos lugares se convierten en puntos de encuentro donde los estudiantes pueden reunirse, socializar y participar en actividades recreativas juntos. Esta interacción social fortalece los lazos entre los miembros de la comunidad universitaria, creando un sentido de pertenencia y camaradería que contribuye al bienestar emocional y mental de los estudiantes (Rodríguez Porras, 2022).

La práctica regular de actividad física en un entorno universitario también puede sentar las bases para hábitos de vida saludables que perduren más allá de la vida académica. Al experimentar los beneficios positivos de la actividad física durante su tiempo en la universidad, los estudiantes están más inclinados a mantener un estilo de vida activo y saludable en el futuro. Esto puede tener un impacto significativo en su salud a largo plazo, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas y mejorando su calidad de vida en general (Benalcázar, 2022).

La justificación de este estudio es realizar un análisis de la oferta en las comidas rápidas de las universidades de GYE, para así determinar desde el punto de vista cualitativo y cuantitativo las preferencias de los jóvenes universitarios.

La presente investigación se justifica por la necesidad imperante de abordar los hábitos alimenticios de los jóvenes universitarios en el contexto de la creciente influencia de la comida rápida, a través de la exploración de sus motivaciones, tendencias y preferencias, este estudio aspira a brindar recomendaciones prácticas para fomentar elecciones alimenticias más saludables en los estudiantes universitarios.

La proliferación de la comida rápida se ha asociado con un aumento en enfermedades crónicas, esto se debe a que los jóvenes universitarios constituyen una población vulnerable y en formación y esto conlleva a que no visualizan su salud a largo plazo.

Los objetivos de este artículo principalmente se centran en analizar los gustos y preferencias respecto de la comida rápida en los jóvenes universitarios de Guayaquil. Tomando en cuenta el punto de partida del objetivo general, se desprenden los siguientes objetivos específicos como investigar y describir las tendencias actuales en el consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios de Guayaquil, también identificar las cadenas de comida rápida más populares entre los jóvenes universitarios de Guayaquil y determinar los productos favoritos en sus menús por lo cual también se propone recomendaciones basadas en los resultados del estudio para fomentar hábitos alimenticios más saludables entre los jóvenes universitarios, sin comprometer la conveniencia que brinda la comida rápida.

La problemática de este artículo es la comida rápida que ofrece comodidad y rapidez, por ello atrae más a los estudiantes universitarios, pero existe una creciente inquietud sobre cómo esta elección de comida rápida podría contribuir a problemas de salud como la obesidad, enfermedades cardiovasculares y otros problemas relacionados con la alimentación. Esta situación problemática plantea interrogantes sobre cómo equilibrar la conveniencia de la comida rápida con la necesidad de adoptar hábitos alimenticios más saludables para garantizar un bienestar a largo plazo.

1.1 Consumo de comida rápida

En este contexto, la comida rápida brinda referencia a alimentos preparados y servidos rápidamente en establecimientos de comida, caracterizados por su accesibilidad y conveniencia. Este fenómeno alimenticio ha experimentado un crecimiento significativo en los últimos años, especialmente entre los jóvenes universitarios, quienes a menudo recurren a esta opción debido a su ritmo de vida acelerado, la nutrición es un aspecto crucial, ya que los hábitos alimenticios influyen directamente en la salud y el bienestar de las personas (Avalos, 2020).

1.2 Motivaciones de consumo

Son un aspecto clave a investigar en este contexto pues nos permite comprender por qué los jóvenes universitarios eligen esta opción, que a menudo es vista como conveniente y económica, es esencial para proponer recomendaciones efectivas. La influencia de la publicidad, las presiones sociales y la comodidad son factores que pueden contribuir a las elecciones alimenticias. Sin embargo, también es importante considerar cómo equilibrar esta conveniencia con la necesidad de adoptar hábitos alimenticios más saludables para garantizar un bienestar a largo plazo (Giler, 2019).

En este sentido, los factores socioeconómicos desempeñan un papel crucial en el consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios. La disponibilidad de recursos financieros suele influir en las elecciones alimenticias. Los estudiantes universitarios con ingresos limitados pueden optar por alimentos más económicos y accesibles, como la comida rápida, que a menudo se percibe como una opción conveniente y asequible. Además, el tiempo y los recursos limitados debido a las responsabilidades académicas y laborales pueden llevar a una mayor dependencia de la comida rápida como una solución rápida para satisfacer las necesidades alimenticias (Cargnino T. Á., 2022).

1.3 El impacto de la comida rápida en la salud

Se torna en un tema crítico a abordar ya que el consumo excesivo de alimentos altos en grasas saturadas, azúcares y sodio se ha asociado con un aumento en enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardiovasculares. Dado que los jóvenes universitarios representan una población en formación y a menudo no consideran los efectos a largo plazo en su

salud, es imperativo evaluar cómo estas elecciones alimenticias pueden influir en su bienestar futuro (Guarín Araque C. , 2021).

A saber, la comida rápida tiende a ser alta en calorías, grasas saturadas, grasas trans, sodio y azúcares añadidos, mientras que suele ser baja en nutrientes esenciales como fibra, vitaminas y minerales. Este desequilibrio nutricional puede conducir a deficiencias nutricionales y a un aumento del riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con la dieta, como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares. Además, el consumo frecuente de comida rápida puede desplazar la ingesta de alimentos nutritivos, lo que resulta en una dieta general deficiente en nutrientes esenciales para la salud (Peralta, 2023).

1.4 Consumo de comida rápida en jóvenes universitarios

Varios factores influyen en las preferencias de comida rápida entre los jóvenes universitarios. La conveniencia y el precio suelen ser consideraciones importantes, ya que los estudiantes universitarios suelen tener horarios ocupados y presupuestos limitados. La disponibilidad de opciones de comida rápida en o cerca del campus universitario también puede influir en las preferencias alimenticias. Además, los factores sociales, como las influencias de los amigos y las normas sociales, pueden desempeñar un papel en la elección de comida rápida como una opción aceptable y popular entre los jóvenes universitarios (Girón Vélez, 2023).

Los principales factores que influyen en la elección de un alimento son: 1) sociales: las cultura, la religión, la familia, sus pares, estilos de vida (patrones de comida, ritmo de vida acelerado); 2) culturales los que se derivan del tipo y grado de conocimientos y/o habilidades relativas a los alimentos en general y a la cocina en particular; 3) económicos que se refieren al costo, los ingresos y la accesibilidad a los diferentes tipos de alimentos. Las actitudes, creencias, valores y conocimientos en general (Contreras & Gracia, 2004).

1.5 Estrategias para promover hábitos alimenticios saludables

La educación alimentaria y nutricional es fundamental para promover hábitos alimenticios saludables entre los jóvenes universitarios. Se pueden implementar programas educativos tanto dentro como fuera del aula para aumentar la conciencia sobre la importancia de una alimentación equilibrada y los riesgos asociados con el consumo excesivo de comida rápida. Estos programas pueden incluir talleres, charlas, seminarios y materiales educativos que aborden temas como la lectura de etiquetas nutricionales, la planificación de comidas saludables y la importancia de los nutrientes en la salud (Gámez-Calvo, 2022).

Garantizar el acceso a opciones de alimentos saludables en entornos universitarios es esencial para fomentar hábitos alimenticios saludables entre los jóvenes universitarios. Las instituciones educativas pueden colaborar con proveedores de alimentos para ofrecer una variedad de opciones nutritivas en los comedores y cafeterías del campus. Esto incluye aumentar la disponibilidad de frutas, verduras, proteínas magras y opciones de granos integrales. Además, se pueden implementar políticas para promover la transparencia en la información nutricional de los alimentos y fomentar la inclusión de opciones saludables en los menús. La creación de espacios para la venta de alimentos saludables, como mercados agrícolas o quioscos de frutas, también puede contribuir a mejorar el acceso a opciones nutritivas en entornos universitarios (Mamani-Roque, 2023).

2. Materiales y método.

2.1 Diseño de la Investigación

Se llevó a cabo un enfoque mixto que incluyó tanto métodos cuantitativos como cualitativos. Esto permitió obtener una comprensión completa de los patrones de consumo y las percepciones de los jóvenes universitarios. A través de este tipo de investigación, se pudo recopilar información sobre los

jóvenes universitarios y su comportamiento al momento de realizar una compra, así como qué estrategias estaban utilizando las empresas para captar este importante segmento de mercado.

2.2 Población y Muestra

La presente investigación se enfocó en el estudio de la población estudiantil universitaria, escogiendo como muestra las siguientes: Universidad Estatal de Guayaquil, Universidad Politécnica Salesiana, Universidad Católica Santiago de Guayaquil, Escuela Politécnica del Litoral, Universidad Agraria, Universidad Espíritu.

En el caso específico de este estudio, con la aplicación de este tipo de investigación se pretende conocer los gustos y preferencias de los jóvenes universitarios de la ciudad de Guayaquil.

Para contextualizar, es importante destacar que, en la ciudad de Guayaquil, Ecuador, se estima que hay más de 670.373 estudiantes universitarios matriculados en diversas instituciones educativas (Jaime E, 2023). Para determinar el tamaño de la muestra necesaria para el estudio cuantitativo, se utilizó la fórmula de cálculo del tamaño de muestra para poblaciones infinitas, que se expresa de la siguiente manera:

$$n = \frac{z^2 p q}{e^2}$$

Donde:

- n es el tamaño de la muestra requerida.
- Z es el valor del estadístico de la distribución normal estándar que corresponde al nivel de confianza deseado.
- p es la proporción esperada en la población.
- q es $(1-p)$
- e es el margen de error aceptable.

Dado un nivel de confianza del 95% (correspondiente a $Z=1.96$) y un margen de error del 5% (correspondiente a $e=0.05$), y considerando que no se proporcionó la proporción esperada p , se utilizó un valor conservador de $p=0.5$ para obtener el tamaño de muestra más conservador.

Aplicando los valores a la fórmula, se obtiene:

$$n = \frac{(1,96)^2 * 0,5 * (1 - 0,5)}{(0,05)^2}$$

$$n = \frac{9604}{25}$$

$$n = 384.16$$

Por lo tanto, se requeriría una muestra de aproximadamente 384.16 estudiantes para garantizar un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. Sin embargo, para mayor conveniencia y para tener en cuenta posibles tasas de no respuesta, se podría considerar este valor a 405 estudiantes.

2.3 Recopilación de Datos Cuantitativos

Se realizaron encuestas en las universidades de Guayaquil ya mencionadas anteriormente, las cuales sirvieron para obtener información de manera directa del consumidor a analizar con respecto a los gustos y preferencias relacionados con la categoría de comida rápida.

2.4 Recopilación de Datos Cualitativos

Se elaboró una guía de preguntas semiestructurada para las entrevistas en profundidad, que permitió explorar en detalle las motivaciones, experiencias y preferencias de los estudiantes de las Universidades localizadas en Guayaquil en relación con la comida rápida. También se registraron las entrevistas para su posterior análisis.

Las entrevistas se llevaron a cabo con tres profesionales del ámbito de salud nutricional, cada entrevista se realizó de manera individual y se centró en explorar las motivaciones, experiencias y preferencias de los estudiantes en relación con la comida rápida. Por otro lado, las encuestas se distribuyeron a través de un cuestionario con un total de 405 estudiantes universitarios de diversas instituciones en Guayaquil, con el fin de obtener una visión más amplia y cuantitativa de sus hábitos alimenticios y actitudes hacia la comida rápida.

El perfil de los entrevistados mostró una gran variedad de edades, géneros y niveles de estudio, lo que proporcionó una visión completa de las preferencias alimentarias y los desafíos que enfrentan los estudiantes de la ciudad. Además, una cantidad significativa de encuestas realizadas permitió recopilar datos detallados sobre las tendencias generales en cuanto a la elección de alimentos, las percepciones sobre la comida rápida y las necesidades nutricionales y de salud de los estudiantes universitarios. Este método combinado de encuestas y entrevistas brindó una comprensión completa y detallada de los factores que influyen en los hábitos alimenticios de los jóvenes universitarios de Guayaquil.

3. Resultados

3.1. Análisis de Entrevistas

El análisis de las entrevistas revela la complejidad de los factores que influyen en los hábitos alimenticios de los jóvenes universitarios en Guayaquil. Se identifica una clara conexión entre la falta de tiempo, los presupuestos limitados y el consumo frecuente de comida rápida. Esta relación sugiere que, aunque los jóvenes son conscientes de los riesgos para la salud asociados con la comida rápida, la conveniencia y el costo siguen siendo factores determinantes en sus decisiones alimenticias. Además, se evidencian desafíos importantes para promover hábitos alimenticios más saludables, incluyendo la necesidad de educación nutricional, la disponibilidad de opciones saludables en las cadenas de comida rápida y la concientización sobre las consecuencias para la salud de una dieta poco saludable.

Las recomendaciones específicas proporcionadas por los entrevistados reflejan una conciencia creciente sobre la importancia de modificar los menús de las cadenas de comida rápida para incluir opciones más saludables y equilibradas. La incorporación de panes integrales, ensaladas y bebidas bajas en azúcar en los menús puede proporcionar a los estudiantes, alternativas más nutritivas y variadas. Al ofrecer una gama más amplia de opciones, las cadenas de comida rápida pueden adaptarse mejor a las necesidades y preferencias de los consumidores conscientes de su salud, al tiempo que promueven una alimentación más equilibrada y sostenible.

La sugerencia de reducir el tamaño de las porciones es fundamental para ayudar a los estudiantes a controlar su ingesta calórica y mantener un peso saludable. Al ofrecer porciones más pequeñas, las cadenas de comida rápida pueden ayudar a los consumidores a evitar el exceso de calorías y grasas, lo que puede contribuir a una mejor salud general y prevenir enfermedades relacionadas con la dieta. Esta estrategia también puede ser especialmente relevante para los estudiantes universitarios, que a menudo están expuestos a porciones grandes y tentadoras mientras están en el campus.

Proporcionar información nutricional clara y accesible en los menús puede empoderar a los consumidores para tomar decisiones informadas sobre su alimentación. Al incluir detalles sobre el contenido calórico, los ingredientes y los valores nutricionales de cada plato, las cadenas de comida rápida pueden ayudar a los estudiantes a comprender mejor el impacto de sus elecciones alimentarias en su salud. Esta transparencia promueve la educación nutricional y la conciencia sobre la importancia de una alimentación equilibrada, lo que puede influir en las decisiones alimentarias a largo plazo y fomentar hábitos más saludables en la vida cotidiana de los jóvenes universitarios.

La discusión sobre la promoción de la sostenibilidad y la responsabilidad social en la industria de la comida rápida es un tema relevante que está ganando atención en la sociedad actual. La propuesta de ofrecer porciones más pequeñas no solo busca reducir el desperdicio de alimentos, sino que también puede tener un impacto positivo en la salud pública y el medio ambiente. Al limitar el tamaño de las porciones, las cadenas de comida rápida pueden ayudar a controlar la cantidad de alimentos que se consumen, lo que a su vez puede reducir la cantidad de alimentos desperdiciados y disminuir la presión sobre los recursos naturales utilizados en la producción de alimentos.

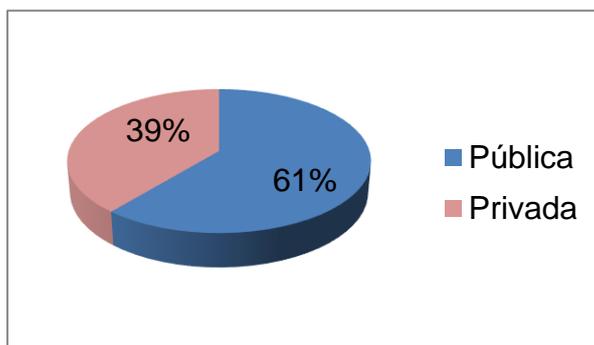
Además, proporcionar información transparente sobre el contenido nutricional de los productos es fundamental para promover una mayor conciencia sobre el impacto de los hábitos alimenticios en la salud individual y colectiva. Al conocer la composición nutricional de los alimentos que consumen, los consumidores pueden tomar decisiones más informadas sobre su dieta y elegir opciones que se alineen mejor con sus objetivos de salud y bienestar. Esta transparencia también puede fomentar la responsabilidad de las cadenas de comida rápida en la promoción de opciones más saludables y sostenibles, al tiempo que ayuda a los consumidores a comprender mejor cómo sus elecciones alimentarias pueden afectar el medio ambiente y la comunidad en general.

3.2. Análisis de las encuestas

La muestra consistió en 405 alumnos, mayoritariamente de universidades públicas (61%) y en menor medida de instituciones privadas (39%). Luego, se analizó la distribución por sexo, como se muestra en la Figura 1.

Figura 1

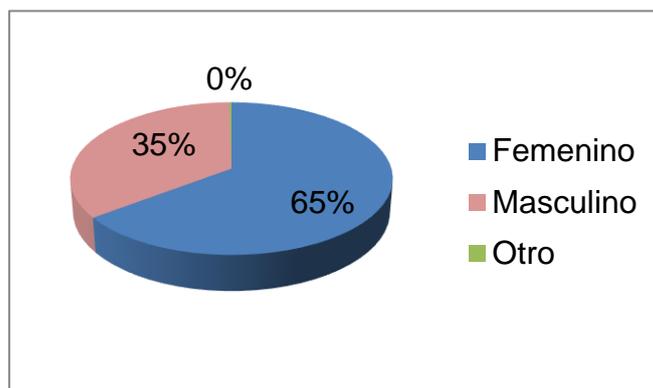
Distribución de muestra según Universidades tanto públicas como privadas en Guayaquil



En lo que respecta al sexo de los participantes, se denotó que hubo predominancia por el sexo femenino con 65%, seguido del sexo masculino con 35%. Por último, se encontró un participante que eligió la opción "Otro".

Figura 2

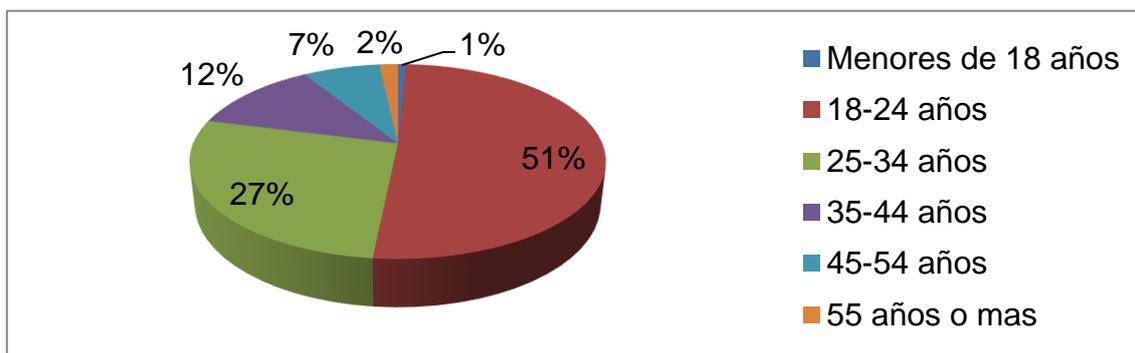
Distribución de muestra según el sexo



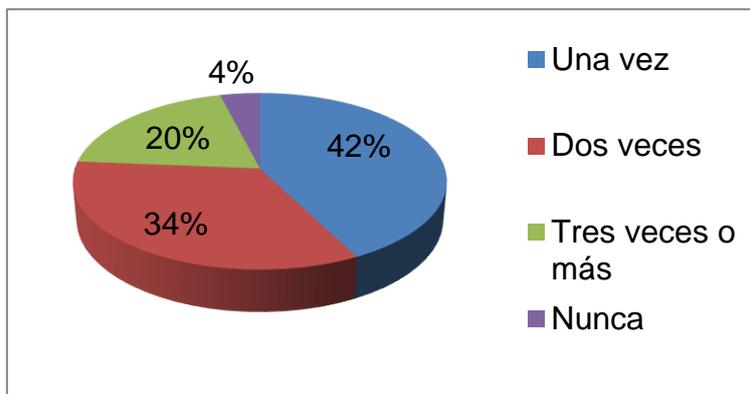
La encuesta muestra una fuerte presencia de personas entre 18 y 24 años, lo que sugiere una participación activa de la población joven. Sin embargo, la representación de grupos de edad mayores es notablemente baja.

Figura 3

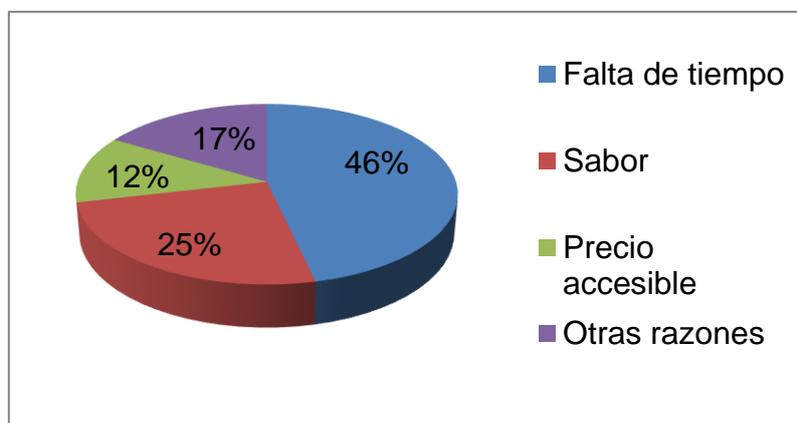
Edad de la muestra



La figura 4 determinó que el 42% de alumnos ingiere comida rápida al menos una vez a la semana, en tanto que un 34% indicó hacerlo dos veces por semana. Un 20% refirió consumir comida rápida tres veces o más en una semana y un 4% mencionó que no realiza.

Figura 4*Frecuencia de consumo de comida rápida*

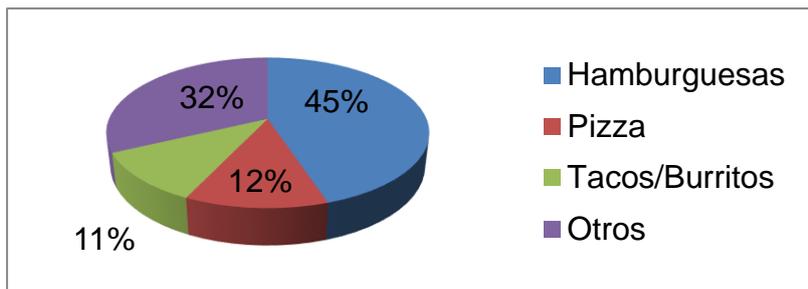
Sobre los principales motivos para que los estudiantes ingieran comidas rápidas, se constató que el más usual es la falta tiempo (46%), seguido del sabor (25%), otras razones (17%) y el precio accesible (12%).

Figura 5*Motivos para ingerir comida rápida*

La preferencia por hamburguesas es notablemente alta en comparación con otras opciones de comida rápida, seguida de la categoría "Otros", que incluye una variedad de alimentos como sándwiches, perros calientes, corviches, salchipapas y empanadas. La pizza y los tacos/burritos tienen una representación menor en la encuesta.

Figura 6

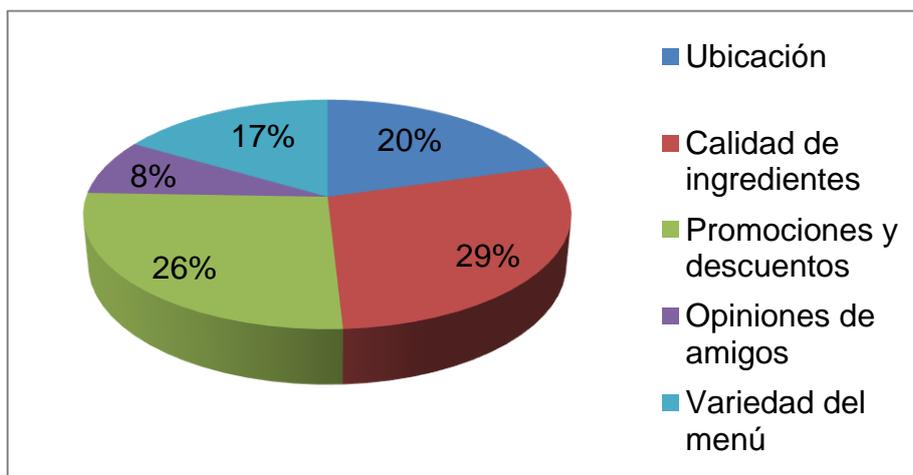
Tipos de comidas rápidas



Los factores más influyentes al elegir un lugar de comida rápida son la calidad de los ingredientes, seguido por promociones y descuentos, y la ubicación. La variedad del menú y las opiniones de amigos tienen una influencia menor según los resultados de la encuesta. Estos hallazgos sugieren que la calidad de los alimentos y las ofertas promocionales son consideraciones principales para los consumidores al decidir dónde comer.

Figura 7

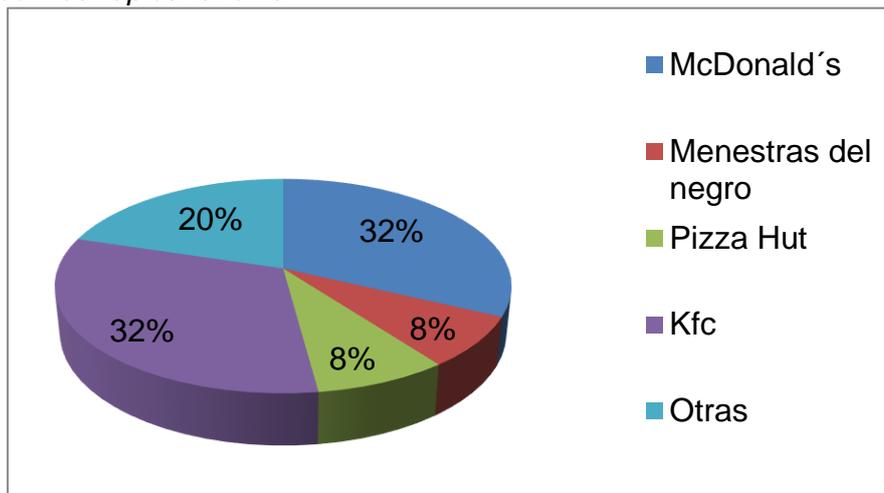
Tipos de comidas rápidas



Según los resultados de la encuesta, McDonald's y KFC son las cadenas de comida rápida más populares en Guayaquil, con 130 y 129 votos respectivamente. Pizza Hut y Menestras del Negro tienen una representación más baja, con 33 y 31 votos respectivamente. La opción "Otras" también cuenta con un número significativo de votos, lo que sugiere una diversidad de preferencias que podrían incluir cadenas locales o menos conocidas.

Figura 8

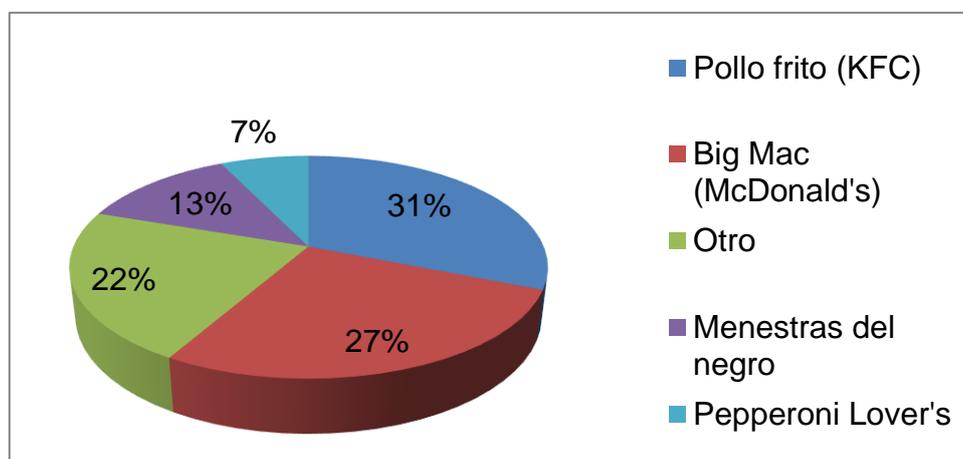
Cadena de comida rápida favorita



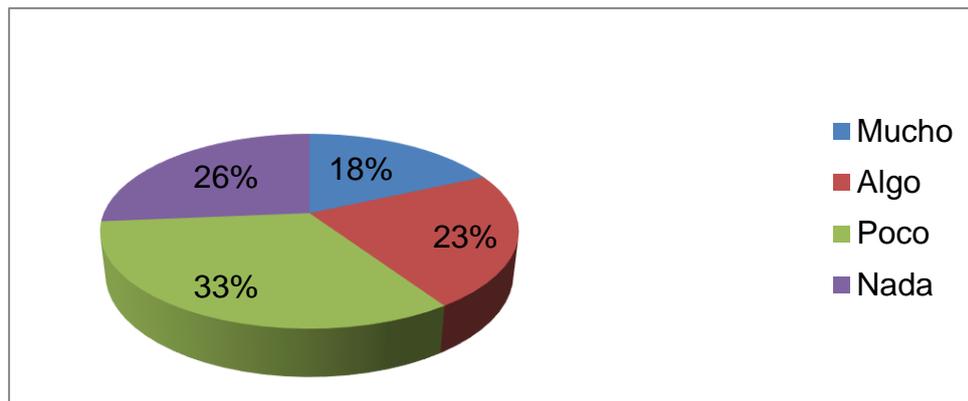
Como lo detalla la figura 9, en relación al producto que los estudiantes solicitan con mayor frecuencia en su cadena alimenticia favorita, se determinó que el más solicitado es el pollo frito patrocinado por KFC (31%), seguido del Big Mac ofertado en McDonald's (27%), otro (22%), menestras con arroz y pollo del patrocinio de menestras del negro (13%) y pepperoni lover's de Pizza Hut (7%).

Figura 9

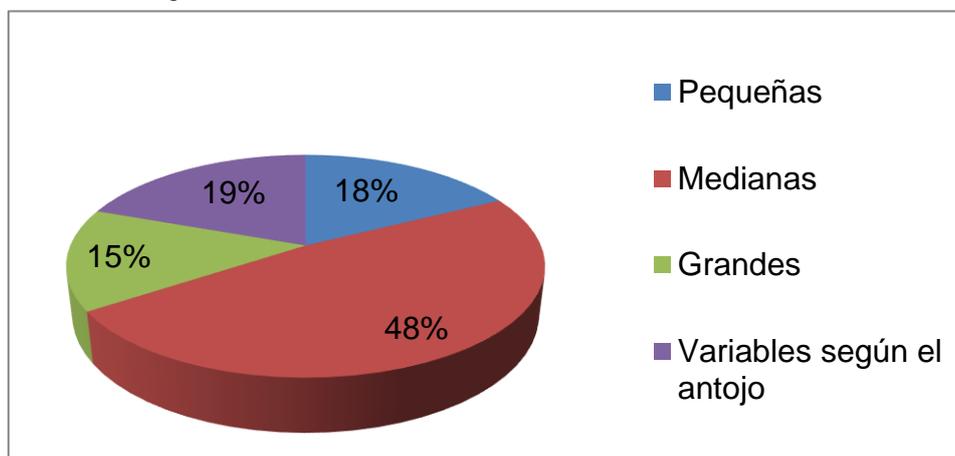
Producto solicitado con mayor frecuencia



La disponibilidad de opciones vegetarianas parece influir moderadamente en la elección de comida vegana, ya que la mayoría de los encuestados indicaron que influye en cierta medida (74 con "Mucho" y 91 con "Algo"). Sin embargo, una parte considerable de los encuestados también señaló que la influencia es limitada, con 134 indicando "Poco" y 107 indicando "Nada".

Figura 10*Disponibilidad de comida vegetariana*

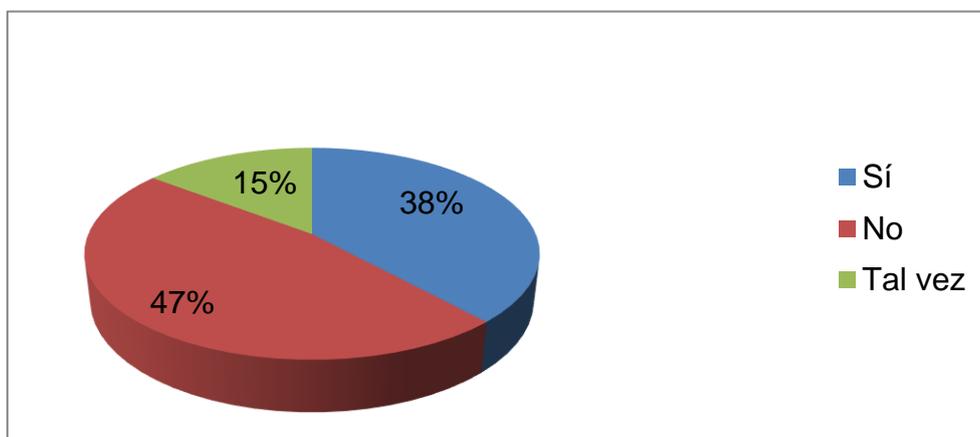
La preferencia por el tamaño de las porciones de comida rápida varía entre los encuestados, con una mayoría que prefiere porciones medianas (195 votos), seguida de cerca por aquellos que prefieren porciones variables según el antojo (79 votos). Las porciones pequeñas y grandes también tienen una representación, con 71 y 60 votos respectivamente.

Figura 11*Porciones de comida según los estudiantes*

De los encuestados, 155 indicaron haber probado nuevas opciones de comida rápida introducidas recientemente en el mercado, mientras que 191 dijeron que no lo habían hecho. Además, 59 personas respondieron con un "Tal vez".

Figura 12

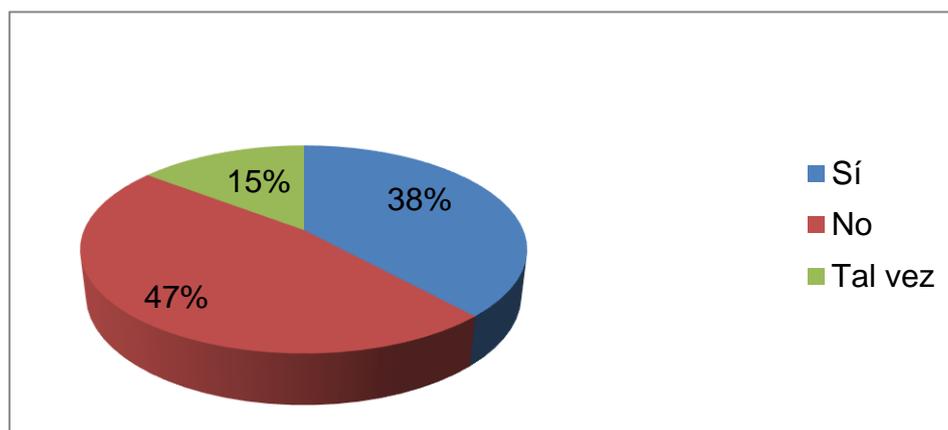
Opciones nuevas en comidas rápidas



Según la encuesta realizada, se evidencia una variedad de opiniones respecto a la importancia de que las cadenas de comida rápida ofrezcan opciones saludables en sus menús. De los participantes, 155 indicaron que consideran este aspecto importante, mientras que 191 no lo ven así. Además, 59 personas se mostraron indecisas ante esta cuestión.

Figura 13

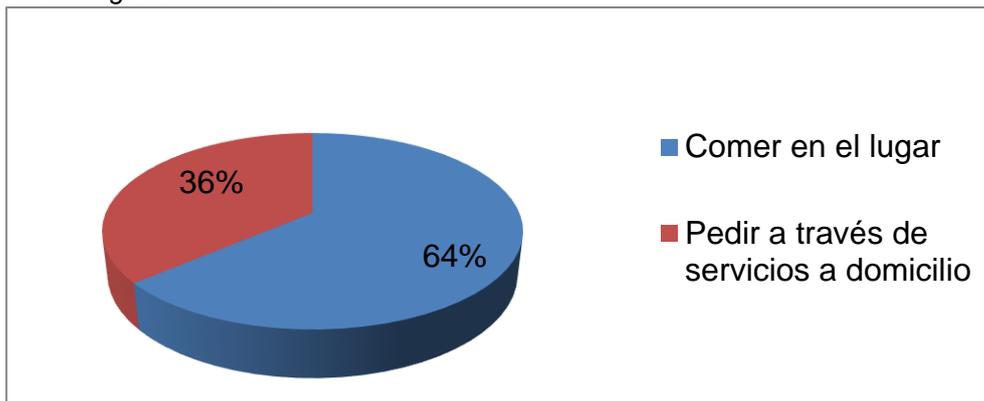
Importancia del tipo de menú saludables en locales de comida rápida



Según la encuesta, la mayoría de los participantes, específicamente 258 personas, prefieren pedir comida rápida para comer en el lugar. Por otro lado, 147 personas optan por solicitarla a través de servicios de entrega a domicilio.

Figura 14

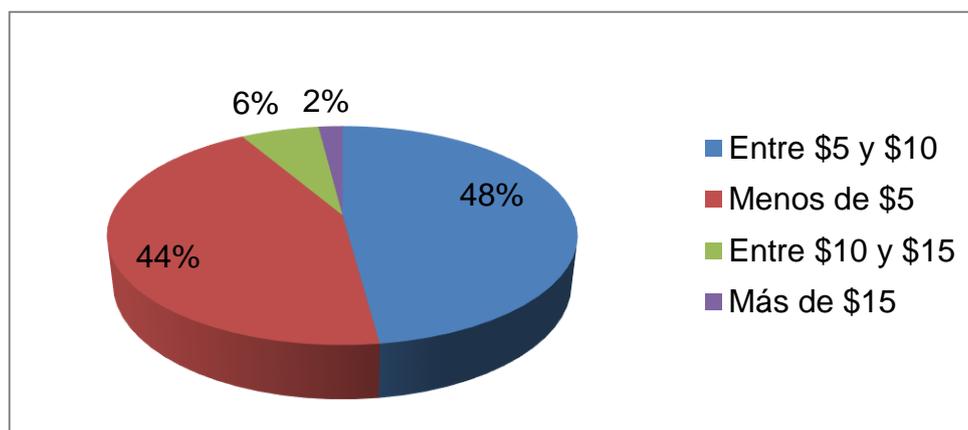
Servicios de entrega a domicilio



Respecto al precio a pagar por una comida rápida, se dio a conocer que los estudiantes mayormente están dispuestos a pagar entre \$5 y \$10 (48%), seguidos por aquellos que optan por comidas que cuestan menos de \$5 (44%). A su vez, se constató que hay alumnos que pagarían entre \$10 y \$15 (6%) y otros pagarían más de \$15 (2%).

Figura 15

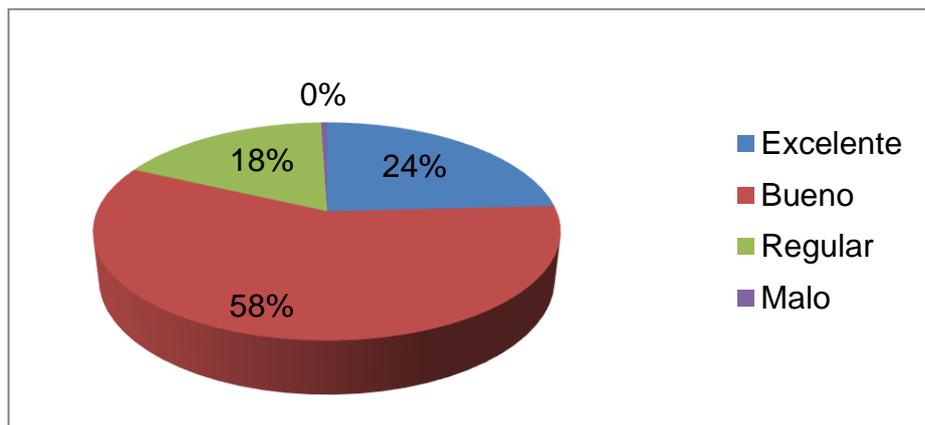
Valor a pagar por comida rápida



En términos de la rapidez del servicio en las cadenas de comida rápida frecuentes, la mayoría de los encuestados calificaron el servicio como bueno, con 234 personas otorgando esta calificación. Además, 98 personas lo consideraron excelente, mientras que 71 personas lo calificaron como regular. Solo 2 personas lo consideraron malo.

Figura 16

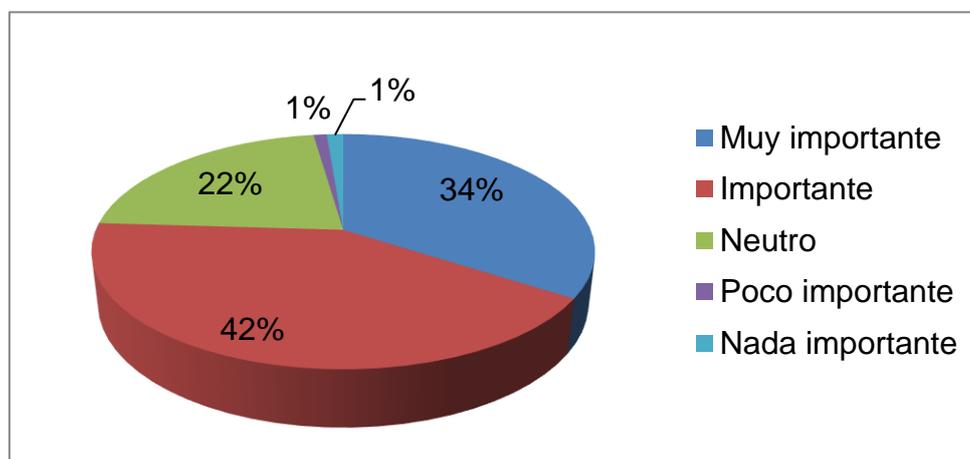
Calificación del servicio



La sostenibilidad y la responsabilidad social son aspectos considerados significativos por los encuestados al elegir cadenas de comida rápida. De ellos, 135 personas indicaron que es muy importante, mientras que 165 personas lo calificaron como importante. Además, 86 personas expresaron una postura neutral al respecto. Por otro lado, solo 4 personas consideraron que es poco importante, y 5 personas lo calificaron como nada importante.

Figura 17

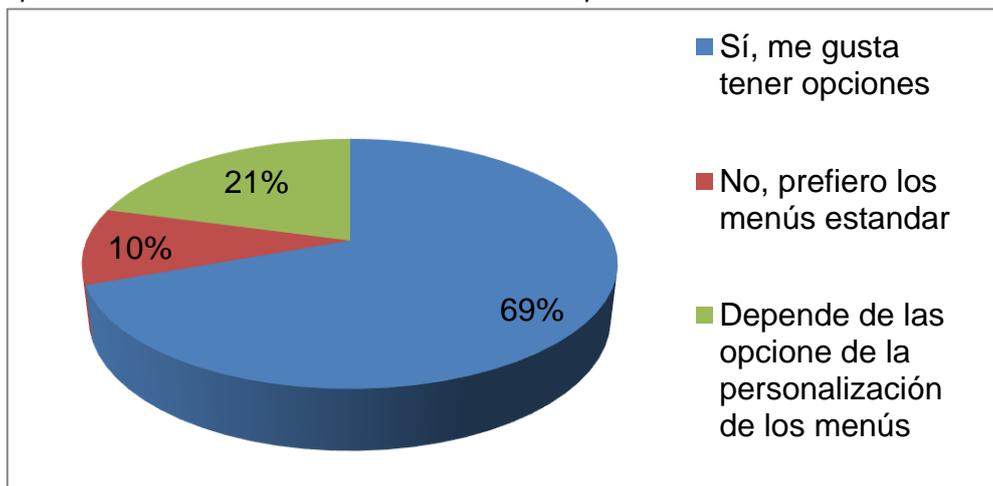
Sostenibilidad y responsabilidad social



La mayoría de los encuestados, con 281 personas, expresaron su interés en que las cadenas de comida rápida ofrezcan opciones personalizadas en sus menús. Sin embargo, un grupo más reducido de 40 personas prefirió los menús estándar. Por otro lado, 84 personas manifestaron que su preferencia por la personalización de los menús.

Figura 18

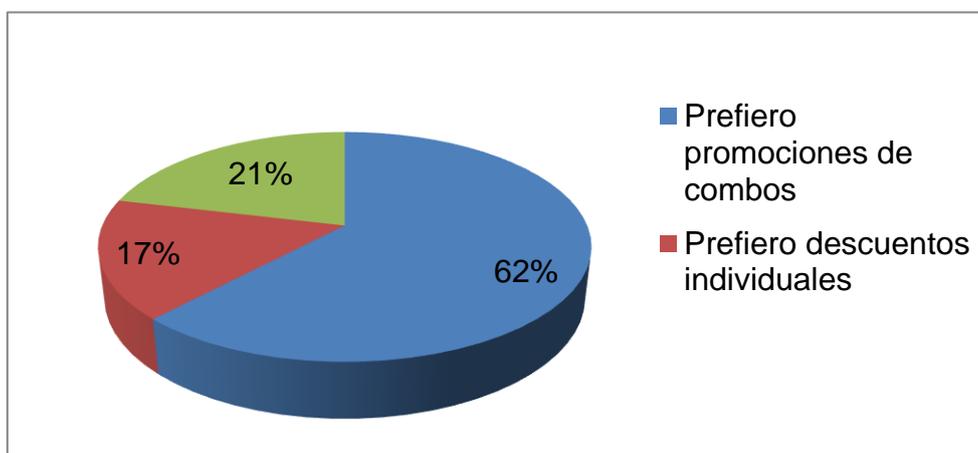
Opciones personalizadas en los menús de las comidas rápidas



La mayoría de los encuestados, con 251 personas, expresaron su preferencia por las promociones de combos al elegir comida rápida. Por otro lado, 68 personas indicaron que prefieren los descuentos individuales. Además, 86 personas manifestaron que su elección depende de la oferta disponible en el momento.

Figura 19

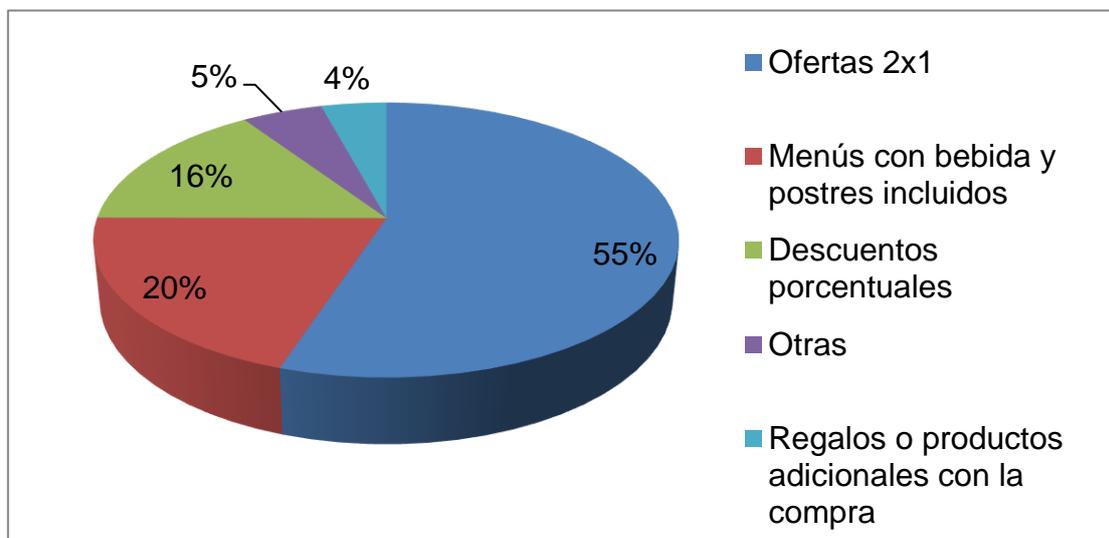
Promociones y descuentos



Como lo detalla la Figura 20, las promociones que más llaman la atención para seleccionar comida rápida son aquellas ofertas 2x1 (55%), mientras que para otros alumnos son aquellos menús que incluyen bebidas y postres (20%), en tanto que un 16% opta por descuentos porcentuales (16%). En menor proporción se encuentran aquellas que ofrecen regalos o productos adicionales con la compra (4%) y otras ofertas (5%).

Figura 20

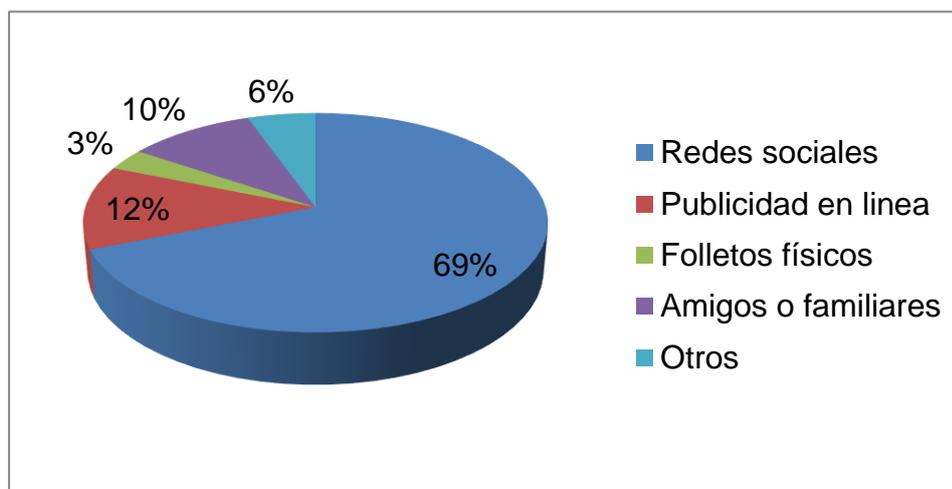
Promociones que influyen en la elección de comidas rápidas



El análisis de los datos del gráfico 21 muestra que la mayoría de las personas encuestadas prefieren enterarse de promociones y novedades de cadenas de comida rápida a través de las redes sociales, con un total de 279 respuestas. Esto indica que las redes sociales son un canal de comunicación efectivo y popular para este propósito. La publicidad en línea también tiene una cantidad significativa de preferencia, con 50 respuestas, lo que sugiere que las estrategias de marketing digital pueden ser efectivas para llegar a ciertos segmentos de la población.

Figura 21

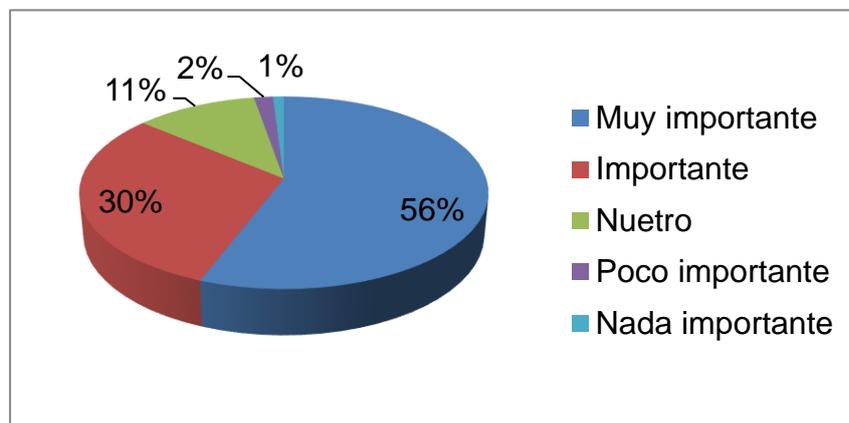
Medio de elección para la elección de promociones en cadena de comidas rápidas



La mayoría valora la apariencia del lugar al elegir una cadena de comida rápida, con 226 respuestas indicando que es "Muy importante" y 123 que es "Importante". Aunque para algunos es neutral (45 respuestas), pocos la consideran "Poco importante" (7 respuestas) o "Nada importante" (4 respuestas).

Figura 22

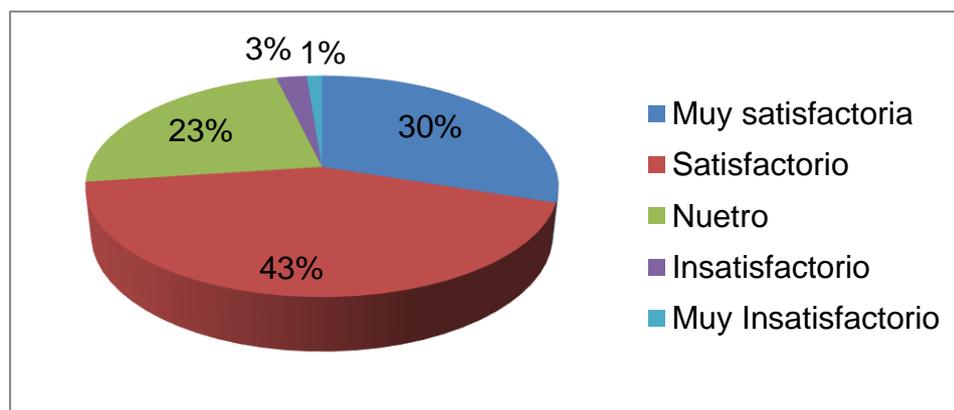
Calidad y presentación del lugar de comidas rápidas



La mayoría de los encuestados considera que la variedad de bebidas en las cadenas de comida rápida es satisfactoria o muy satisfactoria, con 122 respuestas indicando lo último y 173 lo primero. Aunque 95 encuestados expresaron neutralidad al respecto, las respuestas insatisfactorias son mínimas, con solo 10 indicando que es insatisfactoria y 5 muy insatisfactoria.

Figura 23

Bebidas disponibles



3. Discusión

La discusión de los resultados obtenidos en este estudio proporciona una visión integral sobre el consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios de Guayaquil, en línea con los objetivos específicos planteados. En este sentido, se puede observar que el consumo de comida rápida es

frecuente entre este grupo demográfico, con un alto porcentaje de estudiantes (76%) que admiten ingerirla al menos una vez a la semana. Este hallazgo confirma la relevancia del primer objetivo específico, que buscó investigar y describir las tendencias actuales en el consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios de Guayaquil.

Al analizar los motivos para consumir comida rápida, se destaca la falta de tiempo como el factor más prevalente, seguido del sabor y el precio accesible. Estos resultados están en consonancia con investigaciones previas que han identificado la conveniencia y el sabor como factores determinantes en la elección de comida rápida (Solomon, 2019). Sin embargo, es importante señalar que la preocupación por la salud no parece ser un factor dominante en la decisión de consumir comida rápida, ya que solo un pequeño porcentaje de estudiantes mencionó esta como una razón para su elección.

En cuanto a las preferencias específicas de comida rápida, los resultados muestran que el pollo frito de KFC y el Big Mac de McDonald's son los productos más solicitados. Estos hallazgos corroboran la popularidad de estas cadenas de comida rápida a nivel mundial (McDonald & Oates, 2019), pero también resaltan la diversidad de preferencias entre los jóvenes universitarios de Guayaquil.

Del mismo modo, el análisis de los precios y las promociones reveló que la mayoría de los estudiantes están dispuestos a gastar entre \$5 y \$10 en una comida rápida, lo que refleja una preferencia por opciones económicas pero que al mismo tiempo ofrezcan calidad y satisfacción. Además, las promociones 2x1 son las más atractivas para los estudiantes, lo que sugiere que las ofertas de valor agregado son efectivas para captar su atención y aumentar las ventas, como lo han señalado otros estudios (Avalos, 2020).

Al comparar los resultados obtenidos en este estudio con investigaciones similares realizadas en otros contextos, se observan tanto coincidencias como diferencias significativas. Por ejemplo, la alta frecuencia de consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios de Guayaquil coincide con hallazgos reportados en estudios realizados en otras ciudades y países (Chung, 2024). Esta consistencia sugiere que el patrón de consumo de comida rápida es una tendencia generalizada entre los jóvenes universitarios, independientemente de su ubicación geográfica. Sin embargo, las razones detrás del consumo de comida rápida pueden variar según el contexto cultural y socioeconómico.

Mientras que en este estudio se encontró que la falta de tiempo es el principal motivo para consumir comida rápida, otros estudios han identificado factores como la influencia de los amigos y la publicidad como determinantes importantes en la elección de alimentos (Sánchez Salguero, 2020). Estas diferencias resaltan la importancia de considerar el contexto local al interpretar los resultados y diseñar intervenciones para promover hábitos alimenticios saludables.

En cuanto a las preferencias específicas de comida rápida, es interesante observar que el pollo frito de KFC y el Big Mac de McDonald's son los productos más solicitados entre los jóvenes universitarios de Guayaquil. Si bien estas cadenas de comida rápida son reconocidas internacionalmente, la preferencia por productos específicos puede variar según la región y la cultura local (Figuerola, 2020). Por lo tanto, estos hallazgos sugieren que las preferencias de comida rápida pueden estar influenciadas por factores tanto globales como locales, lo que subraya la necesidad de una comprensión contextualizada de los hábitos alimenticios de los jóvenes universitarios (Villanueva, 2020).

Este estudio proporciona una valiosa contribución al conocimiento sobre el consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios de Guayaquil. Al comparar y contrastar los resultados con investigaciones previas, se obtiene una comprensión más completa de los factores que influyen en los hábitos alimenticios de este grupo demográfico, lo que puede informar el desarrollo de estrategias

efectivas para promover una alimentación saludable en el contexto local.

4. Conclusiones

Se determinó que las tendencias actuales en el consumo de comida rápida entre los jóvenes universitarios de Guayaquil reflejan una alta frecuencia de consumo, con más del 70% de los estudiantes admitiendo ingerirla al menos una vez a la semana. Este hallazgo subrayó la prevalencia de la comida rápida como una opción alimenticia común entre este grupo demográfico, destacando la importancia de abordar este comportamiento desde una perspectiva de promoción de la salud.

Asimismo, se dio a conocer que las cadenas de comida rápida más populares entre los jóvenes universitarios de Guayaquil son KFC y McDonald's, cuyos productos más solicitados son el pollo frito y el Big Mac, respectivamente. Estos resultados sugieren una preferencia establecida por marcas reconocidas a nivel internacional, lo que podría estar influenciado por estrategias de marketing efectivas y la familiaridad de los estudiantes con estas cadenas.

Por último, con base en los resultados del estudio, se pueden proponer varias recomendaciones para fomentar hábitos alimenticios más saludables entre los jóvenes universitarios de Guayaquil. Estas recomendaciones podrían incluir la implementación de programas educativos sobre nutrición y hábitos alimenticios saludables, la promoción de opciones de alimentos saludables en entornos universitarios y la oferta de promociones y ofertas especiales que fomenten la elección de opciones más nutritivas dentro de las cadenas de comida rápida populares.

Mejorar el acceso a alimentos saludables tanto en el campus como en las áreas cercanas sería otra recomendación clave. Esto podría lograrse mediante la ampliación de las opciones de comida saludable en los comedores universitarios y la promoción de mercados locales de alimentos que ofrezcan productos frescos y nutritivos. Se podrían ofrecer incentivos a las cadenas de comida rápida para ofrecer menús más equilibrados, como disminuciones en impuestos o tarifas, para fomentar la diversificación de sus ofertas y fomentar hábitos alimenticios más saludables entre los estudiantes universitarios de Guayaquil.

5. Referencias Bibliográficas

Avalos, M. B. (2020). *Comercialización, consumo y valor nutricional de la comida rápida, en los estudiantes universitarios*,. caso: carrera de agroindustria de la facultad de ciencias pecuarias/Mark.

Ayala, B. &. (2023). *Programa "Vida y salud" para promover estilos de vida saludable en estudiantes*. de la Institución Educativa "El Gran Maestro"–Pitumama, Huánuco 2022.

Benalcázar, M. J. (2022). *La Satisfacción de los Estudiantes: un Reto en la Formación Integral Universitaria*. . Revista Científica Hallazgos21, 7(3), 273-283.

Biermayr, J. P. (2020). *Medidas de protección social para la adopción de dietas sanas y accesibles en América Latina y el Caribe: Una revisión de la literatura*.

- Blanch, A. J. (2021). *Propuesta de innovación sobre hábitos alimenticios saludables en escolares*.
- Bravo Salinas, S. E. (2021). *Hábitos alimenticios, nocivos y rendimiento académico en estudiantes universitarios en tiempos de Covid-19*. . *Vive Revista de Salud*, 4(12), 225-238.
- Cargnino, G. D. (2021). *ENTORNOS ALIMENTARIOS SALUDABLES Y SOSTENIBLES*.
- Cargnino, T. Á. (2022). *ENTORNOS ALIMENTARIOS SALUDABLES Y SOSTENIBLES*.
- Chung, C. K. (2024). *INFLUENCIA DEL COLOR DEL PACKAGING DE PRODUCTOS EN LAS PREFERENCIAS DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, 2022*. . *Revista Científica UPAP*, 4(1), 64-72.
- Derby, J., & Klinger, V. (2021). *Incidencia de las marcas blancas en el consumo de sectores vulnerables de la ciudad de Guayaquil*. Guayaquil: Repositorio ug.
- Díaz, E. E. (2021). *Comida Rápida. Aspectos más importantes del menú del individuo moderno*. . *E-IDEA Journal of Business Sciences*, 3(9), 36-50.
- Espinoza, G. C. (2023). *Factores que influyen en el comportamiento alimentario y la ingesta dietética de los estudiantes universitarios de la ciudad de Riobamba, 2023*.
- Ferrer & Martínez, A. N. (2023). *Los procesos de gestión colectiva en áreas verdes, una propuesta para la mejora de los entornos peatonales*. (Master's thesis, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla).
- Figuroa García, A. A. (2023). *Soberanía alimentaria en la Filial Universitaria Municipal Baraguá: retos y desafíos*. *Opuntia Brava*, 15(1).
- Figuroa, M. E. (2020). *C. nutrición Volumen*.
- Gómez-Calvo, L. H.-B.-S.-G. (2022). *Revisión sistemática de programas de intervención para promover hábitos saludables de actividad física y nutrición en escolares españoles*. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 72(4), 294-305.
- Giler, A. A. (2019). *Ecuador es uno de los países que más alimentos desperdicia, en Quito diariamente*, *Pontificia Universidad Católica del Ecuador*. Banco de comidas Quito.
- Girón Vélez, J. F. (2023). *Diferencias de los hábitos alimenticios en estudiantes del área de la salud que residen solos y estudiantes que residen con su núcleo familiar*.
- Guarín Araque, C. (2021). *Análisis del impacto causado por la pandemia del covid-19 en empresas del sector comidas rápidas de Barrancabermeja (Santander)*,. mediante el uso de herramientas de planificación estratégica.
- Guarín Araque, C. (2021). *Análisis del impacto causado por la pandemia del covid-19 en empresas del sector comidas rápidas de Barrancabermeja (Santander)*, . mediante el uso de herramientas de planificación estratégica.
- Hopkins Molina, G. M. (2020). *Venta de comida saludable en la UPC "Healthy Food"*.

- Jaime E, E. (2023). *Universidades y politécnicas se concentran en pocas ciudades*. Guayaquil: Primicias.
- Leiva Riofrio, G., Márquez Peñaloza, E., & Villavicencio Rodas, M. (2022). *Precio percibido, lealtad e intención de compra de marcas blancas: estudio empírico en un supermercado ecuatoriano*. Machala: Digital Publisher. Obtenido de https://www.593dp.com/index.php/593_Digital_Publisher/article/view/965/1027
- Lemoine & Carvajal, Q. F.-Z.-R.-C. (2020). *Rol y pertinencia en universidades del Ecuador en la actividad de vinculación con la sociedad*. . *Maestro y Sociedad*, 17(3), 437-453.
- López Zamora, R. (2019). *Estrategias implementadas por la gestión del Colegio Académico de Orientación Tecnológica Omar Salazar Obando en cuanto a infraestructura, recursos tecnológicos, servicios de alimentación y clima escolar, y su relación con la satisfacción*.
- Mamani & Roque, M. E.-A.-R.-V.-R.-G. (2023). *Actividad física y hábitos alimentarios en estudiantes universitarios*: . Un estudio correlacional. *Salud, Ciencia y Tecnología*.
- Mamani-Roque, M. E.-A.-R.-V.-R.-G. (2023). *Actividad física y hábitos alimentarios en estudiantes universitarios*:. Un estudio correlacional. *Salud, Ciencia y Tecnología*.
- Martínez, C. A. (2023). *Análisis estratégico de las empresas de Carlos Ríos y propuestas de mejora* . (Doctoral dissertation, Universitat Politècnica de València).
- Martínez, H. A. (2023). *Uso de las TIC y su influencia en estilos de vidas saludables en los estudiantes*. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 8(5), 112-129.
- Medrano & Velasquez, B. P. (2021). *Consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica*.
- Medrano, V. B. (2021). *Consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica*.
- Peñaloza, E. M., Shagui González, J., & Sánchez González, I. (23 de 08 de 2021). *Conference Proceedings*. Obtenido de <https://doi.org/10.48190/cp.v5n1a3>
- Peralta, C. B. (2023). *Entornos alimentarios saludables y sostenibles*. . Universidad de Santiago de Chile.
- Perea, C. (2023). *PROTOTIPO APLICACIÓN DE NUTRICION*.
- Pilco Román, J. M. (2020). *Influencia del marketing digital para impulsar el consumo de comida rápida de Guayaquil* . (Bachelor's thesis).
- PORTAFOLIO, E. (22 de 03 de 2022). *Los efectos que tendría la volatilidad de los precios del petróleo. Los efectos que tendría la volatilidad de los precios del petróleo*.
- Rodríguez Porras, J. J. (2022). *Espacio recreativo de Derecho*.
- Sánchez Salguero, L. (2020). *Influencia de la cultura en los hábitos alimenticios*. Comparativa entre Estados Unidos y España.

Torres Sarmiento, F. A. (2022). *Campus de servicios educativos Colegio Escolarizado y Facultades Universitarias ligadas a la minería en Lircay-Huancavelica.*

Villalobos, & M. (2023). *Evaluación de competencias médicas de educación nutricional de los médicos pasantes de servicio social.* Didáctica y Educación ISSN 2224-2643, 14(6), 380-407.

Villanueva, D. E. (2020). *Factores asociados a la selección y consumo de alimentos durante el embarazo .* (Doctoral dissertation, INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL).

Villegas & Rabgel, N. X. (2020). *Manejo de los residuos de aceite comestible en los expendios de comida. Ibarra,.* Ecuador. SATHIRI, 15(2), 185-198.

Zambrano Bermeo, R. N. (2020). *Estrategias educativas sobre estilos de vida en estudiantes universitarios.* Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica, 39(4), 352-361.

7. Anexos

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
CARRERA ADMINISTRACION DE EMPRESAS**

Tema de Tesis: ANALISIS DE LOS GUSTOS Y PREFERENCIAS RESPECTO DE LA COMIDA RAPIDA EN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS DE GUAYAQUIL.

Autores: Ámbar Leal Fajardo y Danixa Gabriela Fajardo Briones.

Nombre del Instrumento de recolección de datos: cuestionario

Objetivos General: ANALIZAR LOS GUSTOS Y PREFERENCIAS RESPECTO DE LA COMIDA RAPIDA EN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS DE GUAYAQUIL.

ITEM / preguntas (Cantidad en función de cuántas preguntas tenga el instrumento)	A) Correspondencia de las preguntas con los objetivos de la investigación/instrumento P= Pertinente NP = No pertinente		B) Calidad técnica y representativa O= Óptima B= Buena R= Regular D= Deficiente				C) Lenguaje A= Adecuado I = Inadecuado		OBSERVACIONES
	P	NP	O	B	R	D	A	I	
1	x		x				x		
2	x		x				x		
3	x		x				x		
4	x		x				x		
5	x		x				x		
6	x		x				x		
7	x		x				x		
8	x		x				x		
9	x		x				x		
10	x		x				x		
11	x		x				x		
12	x		x				x		
13	x		x				x		
14	x		x				x		
15	x		x				x		
16	x		x				x		
17	x		x				x		
18	x		x				x		
19	x		x				x		
20	x		x				x		
DATOS DEL EVALUADOR	Nombres: ERCILIA FRANCO Profesión: ECONOMISTA Cargo: DOCENTE Fecha: 26.1.24						Firma:  C.I. 0915611537		

**Observaciones
Generales** _____