



Maestría en Gerencia en Servicios de la Salud  
Artículo de investigación aplicada



**Influencia de los hábitos alimentarios y su relación con la calidad de atención al paciente del personal sanitario de Semic Vía a la costa**

María Sol, Luzuriaga Torres. [maria.luzuriaga@uees.edu.ec](mailto:maria.luzuriaga@uees.edu.ec)

a Nutricionista.

Angie Cecilia, Quinto Rivera. [angie.quinto@uees.edu.ec](mailto:angie.quinto@uees.edu.ec)

a Terapeuta Respiratoria

**Palabras clave**

Hábitos alimentarios,  
Calidad de atención,  
Personal sanitario,  
Correlación,  
Desempeño profesional,

**Clasificación JEL**

I1

**Resumen:** Los hábitos alimentarios del personal de salud pueden influir en su desempeño y en la calidad de atención que brindan a los pacientes. La principal implicación práctica de este estudio es la necesidad de promover hábitos alimentarios saludables en el personal sanitario para mejorar su desempeño y la calidad de atención a los pacientes. **Objetivo:** Determinar la relación entre los hábitos alimentarios del personal sanitario de Semic Vía a la Costa y la calidad de atención percibida. **Metodología:** Estudio descriptivo-correlacional de corte transversal en 14 profesionales de salud. Se aplicaron cuestionarios de hábitos alimentarios y calidad de atención, analizándose la correlación mediante el coeficiente de Pearson. **Resultados:** El 92,9% presentó hábitos alimentarios adecuados y el 92,9% percibió una calidad de atención adecuada. Se encontró una correlación positiva moderada ( $r = 0,532$ ,  $p = 0,050$ ) entre ambas variables. **Conclusión:** Una mejor alimentación en el personal sanitario se asocia con una mayor calidad de atención. Se recomienda fomentar hábitos saludables para optimizar el desempeño profesional.

**Key words**

Eating habits,  
Quality of care,  
Healthcare personnel,  
Correlation,  
Professional performance,

**JEL Classification**

I1

**Summary:** The eating habits of healthcare personnel can influence their performance and the quality of care they provide to patients. The main practical implication of this study is the need to promote healthy eating habits among healthcare professionals to enhance their performance and the quality of patient care. **Objective:** To determine the relationship between the eating habits of healthcare personnel at Semic Vía a la Costa and the perceived quality of care. **Methodology:** A descriptive-correlational cross-sectional study was conducted with 14 healthcare professionals. Questionnaires on eating habits and quality of care were administered, and the correlation was analyzed using Pearson's coefficient. **Results:** A total of 92.9% of participants had adequate eating habits, and 92.9% perceived the quality of care as adequate. A moderate positive correlation was found between both variables ( $r = 0.532$ ,  $p = 0.050$ ). **Conclusion:** Better nutrition among healthcare personnel is associated with higher quality of care. Promoting healthy habits is recommended to optimize professional performance.

## Introducción

El rendimiento y la calidad de atención al paciente son componentes fundamentales en el trabajo del personal sanitario, ya que de ellos depende en gran medida la recuperación y el bienestar de los pacientes. El personal de salud enfrenta una carga de trabajo significativa, con largas horas y la presión constante de tomar decisiones rápidas y acertadas. Estas condiciones laborales tan exigentes requieren no solo de habilidades técnicas y cognitivas, sino también de un estado físico y mental óptimo. Sin embargo, un aspecto crucial para mantener este estado es la alimentación, que muchas veces queda descuidada (Romero, 2021).

Los hábitos alimentarios del personal sanitario están estrechamente ligados a su bienestar integral, ya que una dieta equilibrada proporciona los nutrientes necesarios para mantener la energía, la concentración y el estado emocional adecuado. La falta de una alimentación adecuada, ya sea por la omisión de comidas, el consumo de alimentos poco saludables o la falta de hidratación, puede llevar a una serie de consecuencias que impactan directamente en el desempeño laboral. Entre ellas se encuentran la fatiga, la irritabilidad, la falta de concentración, y en casos más graves, problemas de salud a largo plazo como obesidad, diabetes o enfermedades cardiovasculares. Estos factores pueden disminuir la capacidad del personal para brindar una atención adecuada y oportuna a los pacientes (Rigaud et al., 2022).

En el centro de salud Semedic Vía a la costa, se ha detectado que una parte del personal sanitario enfrenta dificultades durante las largas jornadas laborales, lo cual afecta tanto su rendimiento físico como mental. Este deterioro en el desempeño no solo afecta la salud del personal, sino que también repercute directamente en la calidad del servicio que ofrecen. Cuando los profesionales de la salud no están en óptimas condiciones, su capacidad para empatizar con los pacientes, tomar decisiones precisas y mantener un enfoque atento disminuye considerablemente.

El problema se agrava debido a que, en muchas ocasiones, el ritmo de trabajo del personal sanitario no permite hacer pausas adecuadas para comer de manera saludable. En lugar de ello, se ven forzados a consumir alimentos rápidos y de baja calidad nutricional, lo que empeora su situación. A largo plazo, este comportamiento no solo afecta su bienestar, sino que pone en riesgo la seguridad y la calidad del servicio brindado a los pacientes. La relación entre la nutrición y el rendimiento cognitivo ha sido ampliamente estudiada; una alimentación deficiente puede

llevar a una disminución de la concentración, errores en la toma de decisiones y una mayor propensión al estrés y la ansiedad, todos factores que comprometen la atención al paciente.

La investigación de Viglione (2024), abordó la alimentación como un factor clave en el rendimiento laboral del personal de salud, ya que influyen en el proceso salud-enfermedad. Los hábitos alimentarios pueden contribuir a prevenir o favorecer el desarrollo de alteraciones metabólicas, por lo que su evaluación es esencial para orientar intervenciones y mejorar el estado nutricional de esta población. En su estudio encontró que el índice de masa corporal (IMC) promedio fue de 23,4, con un 50 % de normopeso, un 43 % con sobrepeso u obesidad y un 7 % con bajo peso, resultados que coinciden con estudios previos sobre esta población. Además, el riesgo cardiovascular es elevado, con un 53 % en mujeres y un 37 % en hombres, debido a la acumulación de grasa visceral, lo que aumenta la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

El personal de salud del Hospital Humanitario San José presenta una alta prevalencia de malnutrición, con un 37,5 % en sobrepeso y un 20 % con obesidad. La ingesta frecuente de alimentos no nutritivos durante la jornada laboral de 8 horas, especialmente en el turno nocturno, contribuye a este problema. Aunque no se registraron casos diagnosticados de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) como diabetes, hipertensión o dislipidemias, la alta ingesta de lípidos, cereales y bebidas azucaradas de 3 a 6 días por semana está asociada a alteraciones metabólicas que, a mediano y largo plazo, aumentan el riesgo de sobrepeso, obesidad y ECNT en esta población.

Es por ello que este problema plantea la necesidad de investigar de manera más profunda cómo los hábitos alimentarios están afectando el desempeño del personal sanitario en Semedic Vía a la Costa. Si se logra demostrar que la calidad de atención al paciente está siendo afectada por una alimentación inadecuada, se podrán implementar programas de intervención que promuevan hábitos alimentarios saludables dentro del personal, mejorando así su bienestar y, en consecuencia, el servicio que brindan. Tal intervención no solo beneficiaría a los trabajadores, sino que también podría tener un impacto positivo en la satisfacción de los pacientes, al recibir una atención más cuidadosa y de calidad.

Investigaciones previas han demostrado que una dieta rica en azúcares y grasas saturadas puede generar fatiga, disminución de la concentración y aumento del estrés laboral,

factores que comprometen la eficiencia en la toma de decisiones y la seguridad del paciente. Además, la evidencia científica indica que el sobrepeso y la obesidad, altamente prevalentes en el personal de salud, están asociados con un mayor riesgo de enfermedades metabólicas, lo que puede aumentar el ausentismo y reducir la productividad en el entorno hospitalario.

Sin embargo, a pesar de estos hallazgos, la literatura actual presenta una brecha de conocimiento en cuanto al impacto específico que los hábitos alimentarios tienen sobre la calidad de atención al paciente en centros de salud específicos, como Semedic Vía a la Costa. Aunque existen estudios que correlacionan la alimentación con el bienestar del personal sanitario, pocos han abordado directamente cómo una nutrición inadecuada influye en la seguridad del paciente y en la percepción de la calidad del servicio. Además, la mayoría de las investigaciones se han centrado en hospitales de gran tamaño, dejando un vacío en el conocimiento sobre el impacto en clínicas y centros de salud de menor escala.

La alimentación adecuada del personal sanitario es un factor clave en su rendimiento laboral y, por ende, en la calidad de atención que brindan a los pacientes. Sin embargo, esta relación ha sido poco explorada en el ámbito de la salud, lo que genera una brecha de conocimiento sobre cómo los hábitos alimentarios pueden impactar la eficiencia y seguridad de la atención médica. Este estudio es necesario porque proporciona evidencia científica sobre la relación entre la alimentación y la calidad de atención, lo que puede servir de base para desarrollar estrategias de intervención nutricional en el entorno laboral sanitario.

Por lo tanto, esta investigación es crucial para proporcionar evidencia que respalde la necesidad de implementar programas de intervención nutricional dirigidos al personal sanitario. Al demostrar que una alimentación deficiente afecta la calidad de la atención, se podrán desarrollar estrategias efectivas para mejorar los hábitos alimentarios en el entorno laboral, lo que no solo beneficiaría a los trabajadores, sino que también optimizaría la experiencia y satisfacción de los paciente.

En sentido, la investigación de este problema no solo es relevante para mejorar el desempeño del personal sanitario, sino que también abre la puerta a una discusión más amplia sobre cómo los factores relacionados con el estilo de vida, como la alimentación, pueden influir en la calidad del sistema de salud en general. Promover hábitos alimenticios saludables en el

entorno laboral del personal sanitario debe considerarse como una estrategia clave para garantizar una atención médica más eficiente y segura para los pacientes.

Pregunta de investigación

¿Existe relación entre los hábitos alimentarios y la calidad de atención al paciente del personal sanitario de Semedic Vía a la costa?

### **Revisión de literatura**

Diversos estudios han señalado que una nutrición adecuada es esencial para mantener la concentración, energía y un buen estado emocional, factores que son críticos para el rendimiento laboral, especialmente en el ámbito de la salud. Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2021), una dieta equilibrada contribuye no solo a la prevención de enfermedades crónicas, sino también a mejorar las funciones cognitivas y físicas, esenciales para los profesionales de la salud. Investigaciones previas han mostrado que los profesionales con horarios irregulares o largas jornadas laborales tienden a saltarse comidas o a optar por alimentos poco saludables, lo que repercute negativamente en su productividad y capacidad de atención. En un estudio realizado por Torres et al. (2024) se demostró que los médicos y enfermeras que llevaban una dieta desequilibrada reportaron mayores niveles de fatiga, lo que afectó su interacción con los pacientes.

### **Hábitos alimentarios**

Los hábitos alimentarios desempeñan un papel crucial en la vida de las personas, ya que su impacto en la salud y el bienestar general es directo y significativo. Estos hábitos, que se forman a lo largo del tiempo, se refieren a la selección, preparación y consumo de alimentos, y están moldeados por una variedad de factores. Entre ellos, la cultura, la educación, el entorno social, la situación económica y las experiencias personales juegan roles determinantes. Por ejemplo, las costumbres familiares y las tradiciones culturales influyen en qué alimentos se consideran apropiados o deseables en una comunidad, lo que, a su vez, afecta las decisiones alimentarias cotidianas (CDC, 2022).

La elección de alimentos y la frecuencia con la que se consumen son elementos clave de los hábitos alimentarios. Mantener una alimentación equilibrada que incluya una variedad de

alimentos nutritivos puede ayudar significativamente en la prevención de enfermedades y en la mejora del bienestar físico y mental. Por el contrario, los hábitos poco saludables, como el consumo excesivo de alimentos procesados, azúcares añadidos y grasas saturadas, pueden conducir a problemas de salud graves, como obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares. Por esta razón, es fundamental que las personas sean conscientes de sus hábitos alimentarios y de cómo estos afectan su salud a corto y largo plazo.

Además, la alimentación tiene un impacto notable en el bienestar emocional y mental de las personas. Una dieta deficiente se ha asociado con un aumento de los niveles de estrés, ansiedad y depresión, mientras que una alimentación saludable puede fomentar una mejor salud mental y un estado de ánimo más positivo. Nutrientes específicos, como los ácidos grasos omega-3, las vitaminas del complejo B y los antioxidantes, se han vinculado con mejoras en la función cognitiva y en el estado de ánimo. Por lo tanto, adoptar hábitos alimentarios saludables no solo beneficia al cuerpo, sino que también contribuye a mejorar la calidad de vida en general [Manchego, 2021].

### **Calidad de atención al paciente**

La calidad de atención al paciente es un concepto fundamental en el ámbito de la salud, ya que implica la efectividad y la satisfacción de los pacientes con los servicios que reciben. Este término se refiere al nivel en que los servicios de salud brindan resultados positivos para los pacientes, basándose en estándares profesionales establecidos y adoptando un enfoque centrado en las necesidades del individuo. La atención de calidad no solo busca satisfacer las expectativas de los pacientes, sino que también se centra en lograr resultados de salud óptimos, lo que es esencial para el bienestar de la población [Tandazo et al., 2022].

Para evaluar la calidad de la atención, es necesario considerar diversos aspectos, como la eficacia, la eficiencia y la seguridad de los tratamientos y procedimientos médicos. La eficacia se refiere a la capacidad de los servicios de salud para proporcionar resultados deseados, mientras que la eficiencia implica el uso óptimo de recursos para lograr esos resultados. La seguridad es igualmente crítica, ya que garantiza que los pacientes reciban atención sin riesgos innecesarios. Todos estos factores están interrelacionados y son esenciales para ofrecer una atención integral y de calidad.

Además, la calidad de atención al paciente también implica un compromiso con la equidad y el acceso a servicios de salud. Es fundamental que todos los pacientes, independientemente de su origen socioeconómico o situación personal, tengan acceso a la atención médica que necesitan. Esto no solo mejora la satisfacción del paciente, sino que también contribuye a una mejor salud pública en general, ya que asegura que se aborden las necesidades de todos los segmentos de la población [Paredes, 2020].

Asimismo, el enfoque centrado en el paciente es esencial para la calidad de la atención. Esto significa que los profesionales de la salud deben considerar las preferencias, valores y circunstancias individuales de cada paciente al proporcionar atención médica. Al hacerlo, se fomenta una relación de confianza y colaboración entre el paciente y el proveedor de salud, lo que puede llevar a una mejor adherencia a los tratamientos y a una experiencia más positiva en general.

### **Hipótesis**

Existe relación entre los hábitos alimentarios y la calidad de atención al paciente en el personal sanitario de Semedic Vía a la costa.

### **Objetivo**

Evaluar la relación de los hábitos alimentarios del personal sanitario de Semedic Vía a la costa con la calidad de atención al paciente, con el fin de identificar posibles intervenciones para mejorar tanto su bienestar como su rendimiento laboral.

## **Metodología**

### *Diseño de la investigación*

Se empleará un diseño de estudio descriptivo y correlacional con enfoque cuantitativo que permitirá analizar los hábitos alimentarios del personal sanitario y su relación con indicadores objetivos de calidad de atención al paciente, este componente buscará comprender las

percepciones y experiencias del personal sanitario respecto al impacto de sus hábitos alimentarios en su desempeño laboral.

### *Población*

La población del estudio estará constituida por el personal sanitario que trabaja en la clínica Semedic Vía a la Costa. Esto incluye especialistas de Nutrición, Psiquiatría, Dermatología, Ginecología, Traumatología, Otorrinolaringología, Cardiólogo, Pediatría, Medicina Interna, Cirugía, Psicología, Neumología y Gastroenterología directamente con la atención al paciente.

### Criterios de inclusión

- Personal sanitario activo con al menos seis meses de antigüedad en la institución.
- Individuos que interactúan directamente con los pacientes en sus roles.
- Voluntad de participar en el estudio firmando el consentimiento informado.

### Criterios de exclusión

- Personal en licencia o ausente por más de un mes consecutivo durante el período de estudio.
- Participantes con condiciones de salud que afecten significativamente su dieta, como enfermedades metabólicas severas (diabetes tipo I no controlada, insuficiencia renal, etc.).
- Individuos que rechacen o no completen las herramientas de recolección de datos.

### *Tamaño de la muestra*

Se emplea un muestreo no probabilístico por conveniencia debido a que la población de estudio es reducida y está compuesta por un grupo específico de 16 especialistas que cumplen con los criterios de inclusión. En este contexto, el uso de un muestreo probabilístico no sería factible, ya que el número de sujetos es limitado y seleccionar una muestra aleatoria podría resultar en la exclusión de participantes clave, afectando la representatividad de los resultados.

El muestreo por conveniencia permite incluir a todos los especialistas disponibles, garantizando que los datos recopilados reflejen con mayor precisión las condiciones y

características de la población objetivo. Además, este tipo de muestreo es adecuado cuando se trabaja con grupos específicos y accesibles dentro de un entorno determinado, asegurando una recolección de datos eficiente en función de los objetivos del estudio.

### *Recolección de datos*

La información se recopilará mediante la técnica de la encuesta, los instrumentos empleados serán dos cuestionarios previamente validado para evaluar los hábitos alimentarios y los indicadores relevantes al desempeño de los especialistas relacionado a la calidad de atención. El Cuestionario de Hábitos Alimentarios señalado en la investigación de Vizcarra (2022), consta de 17 preguntas diseñadas para identificar patrones de alimentación en los participantes (Alfa de Cronbach = 0.621). Los resultados se clasificarán en dos categorías: "Inadecuados" para puntajes entre 0 y 29, y "Adecuados" para aquellos superiores a 30 puntos.

Por otro lado, el Cuestionario de Calidad de Atención del autor Juárez (2022), se compone de 25 preguntas formuladas en base a las variables establecidas en la investigación (Alfa de Cronbach = 0.92). Para su evaluación, se utilizará una escala de Likert que permitirá medir la percepción de la calidad del servicio brindado por los profesionales de salud. Los resultados se categorizarán en tres niveles: "Adecuada calidad de atención" con puntajes entre 110 y 125, "Inadecuada calidad de atención" en el rango de 68 a 109, y "Mala calidad de atención" para valores entre 25 y 67. Este cuestionario facilitará la identificación de posibles deficiencias en el servicio y su relación con los hábitos alimentarios del personal.

### *Análisis estadístico*

Para el análisis de los datos obtenidos a través de los cuestionarios, se emplearán técnicas de estadística descriptiva para presentar la información en forma de frecuencias, porcentajes permitiendo caracterizar los hábitos alimentarios y la calidad de atención del personal sanitario. Para el análisis inferencial, se aplicará la prueba de correlación de Pearson con el fin de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y la calidad de atención.

## Resultados

**Tabla 1.** Edad y género de los participantes

		<b>Género</b>			
			<b>Femenino</b>	<b>Masculino</b>	<b>Total</b>
<b>Edad</b>	25 a 35 años	Recuento	4	0	4
		% del total	28,6%	0,0%	28,6%
	36 a 46 años	Recuento	4	5	9
		% del total	28,6%	35,7%	64,3%
	> 58 años	Recuento	0	1	1
		% del total	0,0%	7,1%	7,1%
<b>Total</b>		Recuento	8	6	14
		% del total	57,1%	42,9%	100,0%

Elaboración propia

El análisis de la distribución de la muestra según edad y género muestra que el grupo predominante corresponde a personas entre 36 y 46 años, representando el 64,3% del total de la población estudiada. Dentro de este grupo, los hombres constituyen el 35,7% y las mujeres el 28,6%, evidenciando una ligera mayor participación masculina en esta categoría. En cuanto al grupo de 25 a 35 años, se observa una representación exclusivamente femenina, con el 28,6% del total, mientras que no se registra presencia de hombres en este rango etario. Finalmente, el grupo de mayores de 58 años es el menos representado, con solo un participante masculino que equivale al 7,1% del total. En términos generales, se aprecia una mayor participación femenina en la muestra (57,1%) en comparación con la masculina (42,9%).

**Tabla 2. Puntajes en el cuestionario de Hábitos Alimentarios**

<b>Participantes</b>	<b>Puntaje</b>	<b>Clasificación</b>
Participante 1	51	Adecuado
Participante 2	60	Adecuado
Participante 3	60	Adecuado
Participante 4	43	Adecuado
Participante 5	45	Adecuado
Participante 6	61	Adecuado
Participante 7	44	Adecuado
Participante 8	63	Adecuado
Participante 9	51	Adecuado
Participante 10	22	Inadecuado
Participante 11	47	Adecuado
Participante 12	40	Adecuado
Participante 13	43	Adecuado
Participante 14	53	Adecuado

Elaboración propia

Los puntajes de la tabla 2 corresponden a la suma de las 17 preguntas del cuestionario de hábitos alimentarios aplicado a cada participante, evaluando sus conductas y patrones de ingesta de alimentos. Según la puntuación total alcanzada, se establecieron dos categorías de clasificación: aquellos con hábitos alimentarios “Inadecuados”, que obtuvieron entre 0 y 29 puntos, y aquellos con hábitos “Adecuados”, con un puntaje superior a 30. En total, 13 participantes presentan hábitos alimentarios adecuados, mientras que 1 participante tiene hábitos inadecuados. Esta clasificación permite identificar la calidad de la alimentación de los participantes y sugiere posibles áreas de mejora en sus hábitos nutricionales.

**Tabla 3. Puntaje en el cuestionario de Calidad de Atención**

<b>Participantes</b>	<b>Puntaje</b>	<b>Clasificación</b>
Participante 1	117	Adecuada calidad de atención
Participante 2	119	Adecuada calidad de atención
Participante 3	111	Adecuada calidad de atención
Participante 4	119	Adecuada calidad de atención
Participante 5	112	Adecuada calidad de atención
Participante 6	123	Adecuada calidad de atención
Participante 7	116	Adecuada calidad de atención
Participante 8	120	Adecuada calidad de atención
Participante 9	114	Adecuada calidad de atención
Participante 10	97	Inadecuada calidad de atención
Participante 11	117	Adecuada calidad de atención
Participante 12	111	Adecuada calidad de atención
Participante 13	112	Adecuada calidad de atención
Participante 14	112	Adecuada calidad de atención

Elaboración propia

Se presenta en la tabla 3 la suma de los puntajes del Cuestionario de Calidad de Atención, compuesto por 25 preguntas, aplicadas a cada participante. Con base en la puntuación total alcanzada, se establecieron tres criterios de medición: Adecuada calidad de atención, con puntajes entre 110 y 125; Inadecuada calidad de atención, para aquellos que obtuvieron entre 68 y 109 puntos; y Mala calidad de atención, correspondiente a puntajes entre 25 y 67. Según estas unidades de medida, 13 participantes perciben una adecuada calidad de atención, mientras que 1 participante la califican como inadecuada. No se registraron casos dentro de la categoría de mala calidad de atención.

**Tabla 3. Correlación de los hábitos alimentarios del personal sanitario de Semedic Vía a la costa con la calidad de atención al paciente**

<b>Correlaciones</b>			
		<b>Hábitos Alimentarios</b>	<b>Calidad de Atención al Paciente</b>
<b>Hábitos Alimentarios</b>	Correlación de Pearson	1	,532*
	Sig. (bilateral)		0,050
	N	14	14
<b>Calidad de Atención al Paciente</b>	Correlación de Pearson	,532*	1
	Sig. (bilateral)	0,050	
	N	14	14

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

El análisis de correlación de Pearson entre los hábitos alimentarios del personal sanitario de Semedic Vía a la Costa y la calidad de atención al paciente muestra un coeficiente de 0,532, indicando una correlación positiva moderada entre ambas variables. Esto sugiere que mejores hábitos alimentarios en el personal tienden a estar asociados con una mejor calidad de atención al paciente. La significancia bilateral obtenida ( $p = 0,050$ ) indica que la correlación es estadísticamente significativa al nivel de 0,05, lo que respalda la existencia de esta relación. Estos hallazgos pueden interpretarse como evidencia de que una alimentación adecuada en el personal de salud podría influir positivamente en su desempeño y en la calidad del servicio brindado a los pacientes, resaltando la importancia de promover estrategias que fomenten hábitos saludables en el entorno laboral.

## Discusión

Los resultados de este estudio indican una correlación moderada y positiva entre los hábitos alimentarios del personal sanitario y la calidad de atención al paciente, lo que sugiere que una alimentación saludable podría contribuir a un mejor desempeño profesional y a una percepción más favorable del servicio brindado. Investigaciones

previas han señalado que una nutrición equilibrada favorece la salud física y mental, lo que repercute directamente en la eficiencia y actitud del personal de salud (Vera, 2023; Rangel et al., 2021).

En la muestra analizada, la mayoría de los participantes presentaron hábitos alimentarios adecuados, lo que podría deberse a una mayor concienciación sobre la importancia de la nutrición en el ámbito sanitario. No obstante, la existencia de casos con hábitos inadecuados resalta la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan la educación nutricional dentro del personal de salud, en línea con estudios recientes sobre bienestar laboral y desempeño clínico .

En los hallazgos a los encontrados por Hernández (2023) donde solo el 2.4% participantes tenía hábitos alimentarios adecuados, el 50% tenía hábitos parcialmente adecuados y el 47.6% presentaron hábitos alimentarios inadecuados. Así mismo, el estudio de Meza & Ovelar (2022) en los médicos residentes del Hospital General de Luque , enfrentaron cambios en el estilo de vida que afectaron su estado nutricional, alimentación y actividad física mediante un estudio descriptivo y transversal con 58 participantes (66% mujeres, edad promedio 28,12 años), el 34,5% presentó sobrepeso según el IMC. La mayoría no cumplía con las Guías Alimentarias del Paraguay, consumiendo menos frutas y más alimentos ricos en grasas y sodio. Además, el 49% no realizaba actividad física.

Los resultados presentados señalan que los hábitos alimentarios tienen un impacto significativo en la salud y desempeño del personal sanitario. La evidencia respalda la necesidad de implementar estrategias que promuevan una mejor alimentación y un estilo de vida saludable dentro del entorno laboral, lo que podría mejorar la calidad de atención al paciente y el bienestar de los profesionales de la salud

La percepción general de una calidad de atención adecuada refleja que, en términos globales, el servicio en Semedic Vía a la Costa es bien valorado. Los resultados son similares al estudio de Soto et al., (2022) quienes realizaron un estudio descriptivo-observacional en el Centro de Salud “Aparicio Pomares” de Huánuco, Perú, durante 2020. La población estuvo conformada por 53 profesionales de atención primaria. En cuanto a la calidad de atención, el promedio general fue de 3,44 en una escala de 1 a 5. Las dimensiones mejor valoradas fueron confiabilidad de servicios (3,80) y capacidad de

respuesta (3,74), mientras que las de menor puntuación fueron infraestructura física y comodidad (2,90) y seguridad (2,73). Los datos indican que la calidad de atención fue evaluada como aceptable. Esto decir, los profesionales de la salud perciben un nivel adecuado de calidad en el servicio que brindan.

En el estudio de Juárez (2022) se determinó una atención adecuada en cuanto a las capacidades técnicas del personal asistencial (76.2%). Sin embargo, la presencia de algunos casos con calificaciones inadecuadas señala la existencia de oportunidades de mejora en ciertos aspectos del servicio. El 88.1% de los encuestados consideró que la calidad de atención en las instituciones evaluadas es inadecuada, mientras que solo el 8.3% la percibió como adecuada y un 3.6% la calificó como mala. Estos resultados indican una percepción predominantemente negativa sobre la calidad del servicio, resaltando la existencia de oportunidades de mejora en ciertos aspectos del servicio.

Este estudio presenta algunas limitaciones, entre ellas, el reducido tamaño de la muestra, lo que restringe la posibilidad de generalizar los resultados. Asimismo, al tratarse de cuestionarios autoadministrados, los datos pueden estar sujetos a sesgos de respuesta, ya que los participantes podrían haber sobrestimado o subestimado sus hábitos alimentarios y su percepción de la calidad de atención. Además, no se consideraron otras variables que podrían influir en esta relación, como el estrés laboral, la carga horaria y la disponibilidad de opciones de alimentación saludable en el entorno de trabajo.

Para futuras investigaciones, sería recomendable ampliar la muestra y llevar a cabo estudios longitudinales experimentales que permitan evaluar los efectos a largo plazo de los hábitos alimentarios sobre la calidad de atención al paciente y fortalecer la evidencia presentada. También sería pertinente incorporar factores adicionales, como el nivel de actividad física y el bienestar psicológico del personal sanitario, además de evaluar la calidad de atención desde la perspectiva del paciente con el propósito de obtener una visión más integral sobre los determinantes de la calidad del servicio de salud.

## Conclusiones

El estudio confirmó la existencia de una relación positiva entre los hábitos alimentarios del personal sanitario y la calidad de atención que brindan a los pacientes. Estos hallazgos resaltan la importancia de la alimentación como un factor que puede influir en el desempeño profesional y, en consecuencia, en la percepción de calidad del servicio de salud. Si bien la mayoría de los profesionales evaluados presentaron hábitos alimentarios adecuados, es fundamental fortalecer estrategias que promuevan una alimentación saludable dentro del entorno laboral. Mejorar la nutrición del personal sanitario no solo impacta en su bienestar, sino que también puede contribuir a optimizar la experiencia de los pacientes y la eficiencia del sistema de salud.

Dado que la hipótesis del estudio se comprobó, se refuerza la necesidad de considerar la alimentación como un aspecto clave en el desarrollo de políticas institucionales que busquen mejorar la calidad de atención en los centros de salud.

Para mejorar los hábitos alimentarios del personal sanitario y su impacto en la calidad de atención, es fundamental implementar programas de educación nutricional dirigidos a estos profesionales. Estas iniciativas permitirían concienciar sobre la importancia de una alimentación saludable, brindando herramientas para adoptar y mantener hábitos que favorezcan su bienestar y desempeño laboral. Asimismo, es necesario desarrollar estrategias que optimicen la oferta alimentaria en los entornos hospitalarios, garantizando el acceso a opciones nutritivas. La disponibilidad de alimentos saludables dentro del lugar de trabajo contribuiría a que el personal de salud pueda mantener una dieta equilibrada, incluso en jornadas exigentes.

## Referencias

- CDC. (2022). Consejos para una alimentación saludable. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades | CDC. <https://www.cdc.gov/nccdphp/dnpao/features/healthy-eating-tips/index-es.html>
- Juarez, K. Y. (2022). Carga laboral y calidad de atención en pacientes que acuden a la Microred de Salud Ocobamba, Apurímac 2021. Repositorio Institucional - UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/84925>
- Manchego, T. A. (2021). Relación entre el estado nutricional y los estilos de vida de los profesionales de salud del Hospital Regional Honorio Delgado de Arequipa 2019. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/12609>
- OMS. (2021). La OMS insta a los gobiernos a fomentar la alimentación saludable en los establecimientos públicos. <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>
- Paredes, C. del P. P. (2020). CALIDAD DE ATENCIÓN Y SATISFACCIÓN DEL USUARIO EXTERNO DEL CENTRO DE SALUD DE ZONA RURAL PERUANA. *Revista Científica de Enfermería (Lima, En Línea)*, 9(1), Article 1. <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/14>
- Rigaud, W. A. C., Castro, L. E. G., & Rodríguez, M. D. C. (2022). PATRONES ALIMENTICIOS Y TURNOS NOCTURNOS EN PERSONAL DE SALUD DE URGENCIAS DE UN HOSPITAL UNIVERSITARIO. *Cuidado y Ocupación Humana*, 11(2), Article 2. <https://ojs.unipamplona.edu.co/index.php/coh/article/view/2492>
- Romero, M. (2021). Hábitos alimenticios en el personal de salud y rendimiento laboral. Universidad del Rosario.
- Tandazo, M. C., Encalada, I. R., Zosa, R. C., & Sarango, A. C. (2022). Calidad de atención asociada al proceso enfermero según la perspectiva de pacientes y profesionales en un Hospital Obstétrico en el Ecuador. *Dominio de las Ciencias*, 8(3), Article 3. <https://doi.org/10.23857/dc.v8i3.2840>
- Torres, F. A., Andaluz, A. G., & Robayo, V. (2024). Relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional del personal del Centro de Salud tipo B «Los Vergeles». *Milagro* 2023

- 2024 [masterThesis]. En Repositorio de la Universidad Estatal de Milagro. <https://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/handle/123456789/7385>
- Viglione, L. (2024). Estado nutricional, hábitos alimentarios y de actividad física del personal de salud de un hospital público. <http://redi.ufasta.edu.ar:8082/jspui/handle/123456789/1910>
- Vizcarra, X. del P. (2022). Hábitos alimentarios y calidad de dieta en médicos residentes del hospital Honorio Delgado Espinoza durante el estado de emergencia sanitaria por SARS-COV2, 2020. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/14520>
- Vera, J. L. A. (2023). Estrategias de prevención del estrés laboral en el personal de salud: revisión de alcance 2018-2022. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 5(3), 719-732.
- Rangel, A. J. H., Macias, L. G. R., & Ortiz, M. M. L. (2021). Anthropometric Indicators and Food Consumption of Health Personnels According to their Work Shift, Chronotype, and Sleep Quality/Indicadores antropometricos y consumo alimentario del personal de salud segun su turno laboral, cronotipo y calidad del sueno/Indicadores antropometricos e consumo alimentar dos profissionais de saude de acordo com o turno de trabalho, cronotipo e qualidade do sono. *Revista Ciencias de la Salud*, 19(2), NA-NA.
- Hernández Montero, B. (2023). Correlación de hábitos alimenticios y la edad metabólica en médicos residentes medicina interna con sede en el Hospital de Especialidades de Puebla. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla <https://hdl.handle.net/20.500.12371/20986>
- Meza-Miranda, E. R., & Ovelar-Grance, P. S. (2022). Evaluación del estado nutricional, los patrones de alimentación y realización de actividad física de los médicos residentes del Hospital General de Luque del año 2020. *Memorias Del Instituto De Investigaciones En Ciencias De La Salud*, 20(1), 46–52. <https://doi.org/10.18004/mem.iics/1812-9528/2022.020.01.46>
- Soto Hilario, Juvita Dina, Ortega Soto, Alicia Verónica, Huapalla Céspedes, Bethsy Diana, & Abarca Arias, Yessika Madelaine. (2022). Clima organizacional y calidad de atención del profesional de la salud de un Centro de Salud de Huánuco, Perú. *Revista Cubana de Enfermería*, 38(2), . Epub 17 de junio de 2022. Recuperado en 22 de febrero de 2025,

de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192022000200008&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192022000200008&lng=es&tlng=es).

Ruiz Méndez, Ángel P., Valiente Saldaña, Y. M., & Díaz Valiente, F. A. [2021]. Sistema de quejas y reclamos y su influencia en la calidad de atención médica en consulta externa Hospital Albrecht Trujillo. *Revista CIENCIA Y TECNOLOGÍA*, 17(3), 37-43. Recuperado a partir de <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/3828>