

ARTICULO ORIGINAL

Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en
estudiantes de medicinaRisky eating behaviors and self-perception of body image in medical
students*Comportamentos alimentares de risco e imagem corporal em estudantes de medicina*Verónica Katherine Pucha-Caraguay^I
Verónica Luzmila Montoya-Jaramillo^{II}

RESUMEN

Introducción: Las conductas alimentarias de riesgo son comportamientos disfuncionales relacionados con la alimentación, afectan a toda población, y propician el desarrollo de trastornos. **Objetivo:** Determinar las conductas alimentarias de riesgo y su relación con la autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Loja período octubre 2023 marzo 2024. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal. Muestra conformada por 431 estudiantes, se aplicó consentimiento informado, y cuestionarios; de actitud alimentaria y autopercepción de la imagen corporal. Análisis estadístico con prueba de Chi cuadrado en software SPSS versión 25. **Resultados:** La mayoría de estudiantes presenta conductas alimentarias de riesgo predominando el nivel bajo y grupo etario de 20 a 24 años. Respecto a la imagen corporal, el 11,14% y 12,76% presenta moderada y muy alta insatisfacción corporal. La correlación estadística demostró significancia. **Conclusión:** La imagen corporal influye sobre el desarrollo de conductas alimentarias de riesgo.

Palabras clave: Dieta; autoimagen; ingestión de alimentos; salud mental; calidad de vida.

Para citar este documento



Pucha-Caraguay VK, Montoya-Jaramillo VL. Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en estudiantes de medicina. *Rev. Unidad Sanit. XXI*. 2025;5(16): 79-91. Disponible en: <https://ojs-revunidadesanitaria.com.ar/index.php/rus/>

Fecha de envío: 03/06/2025 **Fecha de aceptación:** 20/06/2025 **Fecha de publicación:** 30/06/2025

^I Médico General. Ministerio de Salud Pública. Loja, Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2935-0172> Correo: veritopucha2001@gmail.com

^{II} Especialista en nutrición y dietética. Universidad Nacional de Loja. Loja, Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4082-2469> . Correo: dra.veronicamontoyaj@gmail.com



ABSTRACT

Introduction: Risky eating behaviors are dysfunctional eating-related behaviors that affect the entire population and promote the development of disorders. **Objective:** To determine the presence of risky eating behaviors and their relationship with self-perception of body image among medical students at the National University of Loja during the period from October 2023 to March 2024. **Methodology:** Quantitative, descriptive, cross-sectional study. The sample consisted of 431 students. Informed consent and questionnaires on eating attitude and body image self-perception were applied. Statistical analysis was performed using the Chi-square test in SPSS version 25. **Results:** The majority of students showed risky eating behaviors, with low-level behaviors being the most prevalent, especially in the age group of 20 to 24 years. Regarding body image, 11.14% and 12.76% of students reported moderate and very high body dissatisfaction, respectively. Statistical correlation showed significance. **Conclusion:** Body image influences the development of risky eating behaviors.

Keywords: Diet; self-image; food intake; mental health; quality of life.

RESUMO

Introdução: Os comportamentos alimentares de risco são condutas disfuncionais relacionadas à alimentação, que afetam toda a população e favorecem o desenvolvimento de transtornos. **Objetivo:** Determinar os comportamentos alimentares de risco e sua relação com a autopercepção da imagem corporal em estudantes de medicina da Universidade Nacional de Loja no período de outubro de 2023 a março de 2024. **Metodologia:** Estudo quantitativo, descritivo, de corte transversal. A amostra foi composta por 431 estudantes. Aplicou-se o termo de consentimento informado e questionários sobre atitude alimentar e autopercepção da imagem corporal. A análise estatística foi realizada com o teste do qui-quadrado no software SPSS versão 25. **Resultados:** A maioria dos estudantes apresentou comportamentos alimentares de risco, predominando o nível baixo e a faixa etária de 20 a 24 anos. Em relação à imagem corporal, 11,14% e 12,76% apresentaram insatisfação corporal moderada e muito alta, respectivamente. A correlação estatística demonstrou significância. **Conclusão:** A imagem corporal influencia o desenvolvimento de comportamentos alimentares de risco.

Palavras-chave: Dieta; autoimagem; ingestão de alimentos; saúde mental; qualidade de vida.



INTRODUCCIÓN

Las conductas alimentarias de riesgo (CAR) y las alteraciones de la imagen corporal (IC) afectan a todas las etnias, culturas y grupos socioeconómicos, estas CAR son actitudes que “se caracterizan por la preocupación excesiva por el peso y la ingesta de comida, manteniendo el deseo constante de conseguir una figura corporal específica”¹. Por su parte, la IC se refiere a la representación mental propia de cada cuerpo, es decir, la forma personal en la que se lo percibe, y no se relaciona necesariamente con la apariencia física real ². Ambas, constituyen un problema emergente de salud en la sociedad, por su asociación directa con el desarrollo de trastornos de origen psicológico que afectan la cotidianidad de cada persona y repercuten en su calidad de vida. Entre los múltiples factores que intervienen en el desarrollo de un comportamiento alimentario desordenado, se encuentran los socioculturales, individuales, familiares y biológicos, los principales son estresores ambientales; impulsividad, baja autoestima o bajo autoconcepto.

Entre las CAR se incluyen la práctica de atracones, el seguimiento de dietas restrictivas, el uso de laxantes, diuréticos, anorexigénicos o enemas, la práctica excesiva de ejercicio y el vómito autoinducido, todas ellos con la intención de perder peso corporal o lograr una figura corporal específica sin tomar en cuenta lo saludable que resulten ⁴. La importancia de la prevención se sitúa en evitar el desarrollo de enfermedades que resulten de difícil manejo, asimismo lograr que haya menos complicaciones en la calidad de vida de cada individuo, y promover un ambiente armonioso que procure mejores condiciones de sanidad.

Las conductas de riesgo son de distribución mundial, favorecen la aparición de enfermedades que evolucionan y manifiestan elevada gravedad psiquiátrica, comprometiendo tanto la salud física como la estabilidad emocional, pudiendo llegar incluso a la muerte. Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) proyectan cifras de prevalencia a escala continental, encontrándose 2,2% en Europa, 3,5% en Asia y 4,6% en Latinoamérica, tienen en común que las personas que los padecen exteriorizan miedo a engordar y dificultad para aceptarse a sí mismas; la insatisfacción corporal es una muestra de su profunda descalificación personal. El peso, la forma del cuerpo, o la delgadez, son los únicos o principales referentes que condicionan su autoestima y su valor personal ⁵. Todo esto se ve condicionado por modelos estéticos



inalcanzables e irreales que se promueven y permanecen al alcance de todo el mundo, un problema que permanece latente en la sociedad.

En Ecuador, treinta de cada cien persona padecen un problema de salud mental, a pesar de la morbilidad que representan los trastornos alimenticios, no existen suficientes enfoques que promuevan la prevención. En un período que va de 2008 a 2023, tras estudiar la prevalencia de trastornos alimentarios en Ecuador se pudo destacar que hasta 18 de cada 100 reflejan trastornos alimenticios ya diagnosticados, es decir la forma más agravada de las conductas alimentarias de riesgo⁶.

Un desafío importante, es el retraso en la búsqueda de atención médica, de manera particular en estudiantes universitarios, debido al estigma, la falta de importancia y el escaso acceso a psicoterapia ⁷. Por lo mismo es necesario lograr la detección oportuna para una canalización eficaz hacia los servicios de salud, y así favorecer los pronósticos terapéuticos ⁸.

Los estudiantes de medicina son parte de la población vulnerable, pues establecen hábitos de consumo y patrones de comportamiento alimentario por variables biológicas, psicológicas, sociales y culturales ⁹. Existen factores que impiden en el universitario una adecuada actividad alimentaria, se destaca distancia de hogares principales, el núcleo y red familiar directa, a la vez el tiempo limitado por carga horaria, intrínsecos en la cotidianidad, también el acceso a comida rápida, el nivel económico y predominantemente el estrés diario ¹⁰.

Los estudios desarrollados hasta la actualidad sobre la temática principal son escasos y limitantes, además de que no han sido actualizados. Conocer sobre el tema beneficia al sector sanitario tras establecer métodos que ayuden a su población en estado de morbilidad, además de enfatizar en la prevención destinada a los grupos adolescentes y adultos que necesitan orientación.

En el ámbito académico, se intenta comprender los efectos de las CAR y la mala autopercepción de la IC, esto ayudará a tener un conocimiento más amplio. El objetivo general de la investigación fue: Determinar las conductas alimentarias de riesgo y su relación con la autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Loja período octubre 2023 marzo 2024.



MÉTODOS

Se llevó a cabo un estudio con enfoque cuantitativo, y diseño transversal. El estudio se desarrolló en la Carrera de Medicina de la Facultad de la Salud Humana de la universidad mencionada, correspondiente a la ciudad de Loja, parroquia Sucre, barrio Celi Román. El universo de estudio estuvo conformado por todos los estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Loja que corresponde a 640 en total, la muestra estuvo constituida por 431 estudiantes seleccionados mediante un muestreo aleatorio simple al azar.

Los criterios de inclusión fueron; estudiantes legalmente matriculados que aceptaron participar en el estudio firmando el consentimiento informado, que asistieron con normalidad a clases. Los criterios de exclusión fueron; estudiantes que se negaron a participar en la investigación, ausentes en horario laboral el día de la aplicación de los cuestionarios, con trastornos de la conducta alimentaria previamente diagnosticados y menores de 18 años.

Para la valoración de conductas alimentarias de riesgo se usó un cuestionario auto aplicable de actitud alimentaria denominado EAT 26 (Eating attitude test); se trata de un instrumento elaborado en 1979 por David Garner y Paul Garfinkel, inicialmente constaba de 40 preguntas, en 1982 se construyó la segunda versión que consta de 26 ítems que indican comportamientos dentro de varias dimensiones que fue el aplicado en la muestra descrita ¹¹. El cuestionario incluye la valoración de tres dimensiones; primero la dieta relacionada con la evitación de alimentos y preocupación por la delgadez, segundo la bulimia y preocupación por la comida, y tercero el autocontrol de ingesta y la presión de otros para ganar peso ¹².

Cada pregunta se puntúa con la Escala Likert que constan de 6 opciones de respuesta: 0 puntos (nunca, raramente, a veces); 1 punto (frecuentemente); 2 puntos (casi siempre); 3 puntos (siempre), la pregunta 25 se puntúa de invertida. El puntaje total de cada cuestionario dará como resultado el riesgo estimado de conductas alimentarias siendo ausente de riesgo si el total es menor a 21 puntos presencia de riesgo si tiene puntuación mayor o igual a 21 puntos. El punto de corte es igual o mayor de 20 puntos para considerar si existe o no una conducta alimentaria de riesgo ¹³.

Para evaluar la variable imagen corporal se utilizó el cuestionario auto aplicable mediante de la autopercepción de imagen corporal BSQ (Body Shape Questionnaire); se trata de un instrumento diseñado por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en 1987, consta de 34 preguntas



calificadas con opción de respuesta tipo Likert de 6 puntos que van desde; nunca, rara vez, a veces, a menudo, casi siempre, y siempre. El puntaje total se valora; menos de 81 puntos no hay insatisfacción corporal, de 81 a 110 puntos leve insatisfacción corporal, de 111 a 140 puntos moderada insatisfacción corporal y 140 puntos muy alta insatisfacción corporal, teniendo un corte medio mayor de 105 puntos para considerar en insatisfacción de imagen corporal ¹⁴.

Previo la aplicación de instrumentos en los estudiantes, se emitió el consentimiento informado, el mismo, buscó asegurar una participación basada en una decisión autónoma tras la óptima información recibida sobre el estudio, asimismo las dudas de cada estudiante fueron esclarecidas, este consentimiento fue estructurado o según lo establecido por el comité de evaluación de la ética (CEI) de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y fue presentado al Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos de la Universidad Nacional de Loja quién aprobó dicho documento para su aplicación tras cumplir con todos los requerimientos éticos, metodológicos y jurídicos. Se informó que los datos obtenidos serán de uso netamente investigativo.

Cada una de las encuestas terminaron siendo tabuladas acorde a los puntajes de sus resultados mediante una hoja de cálculo generada por el programa Excel, con los datos ya registrados se realizó un análisis estadístico, seguido de una relación de variables con el Software SPSS versión 25, se realizó prueba de chi cuadrado para determinar la correlación de las dos principales variables de estudio, y se realizó la elaboración de tablas de resultados con su interpretación específica, además de discusión, conclusiones, y recomendaciones.

RESULTADOS

Del total de la población de 431 estudiantes de la carrera de medicina encuestados, 303 correspondieron al sexo femenino, de ellas, el 14,19% (n=43) manifestaron alto riesgo respecto a las conductas alimentarias, 17,82% (n=43) mediano riesgo, y 67,99% (n=206) bajo riesgo. Referente a los 128 varones encuestados, el 8,59% (n=11) indicaron alto riesgo, 17,82% (n=22) mediano riesgo, y 14,22% (n=95) bajo riesgo, primando el grupo de 20 a 24 años con 27,90% (n=77). Se evidencia que los varones presentaron menor riesgo de padecer un trastorno en la conducta alimentaria respecto a las mujeres, “Ver tabla 1”.



Tabla 1. Conductas alimentarias de riesgo de los estudiantes, de acuerdo con grupos de edad y sexo

Conductas alimentarias de riesgo	Sexo y grupos de edad										TOTAL	
	Mujer											
	15-19		20-24		25-29		30-34		35-39		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Alto riesgo	5	1,65	34	11,22	4	1,32	0	0,00	0	0,00	43	14,19
Mediano riesgo	16	5,28	33	10,90	4	1,32	1	0,33	0	0,00	54	17,82
Bajo riesgo	61	20,13	132	43,56	12	3,96	1	0,33	0	0,00	206	67,99
Total	82	27,06	199	65,68	20	6,60	2	0,66	0	0,00	303	100,00

Conductas alimentarias de riesgo	Sexo y grupos de edad										TOTAL	
	Hombre											
	15-19		20-24		25-29		30-34		35-39		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Alto riesgo	3	2,34	5	3,91	3	2,34	0	0,00	0	0,00	11	8,59
Mediano riesgo	8	6,25	14	10,94	0	0,00	0	0,00	0	0,00	22	17,19
Bajo riesgo	29	22,66	58	45,31	6	4,69	0	0,00	2	1,56	95	74,22
Total	40	31,25	77	60,16	9	7,03	0	0,00	2	1,56	128	100,00

Nota: Datos: Frecuencia (f), Porcentaje (%)

Fuente: Instrumentos de recolección de datos (Cuestionario EAT-26 de conductas alimentarias de riesgo aplicada a estudiantes de la carrera de medicina)

Al evaluar la autopercepción de la imagen corporal; en las mujeres, el 51,82% (n=157) demuestran ausencia de insatisfacción corporal, el 19,80% (n=60) indican leve insatisfacción, el 12,87% (n=39) moderada insatisfacción y 15,51% (n=47) muy alta insatisfacción. Asimismo, los hombres revelan cifras en relación a la autopercepción de la imagen corporal; 69,53% (n=80) sin insatisfacción corporal, mientras el 17,19% (n=22) leve insatisfacción, 7,03% (n=9) moderada insatisfacción y 6,25% (n=8) muy alta insatisfacción “ver tabla 2”.

Tabla 2a. Autopercepción de la imagen corporal de los estudiantes, de acuerdo con grupos de edad y sexo

Satisfacción corporal	Sexo y grupos de edad Mujer										TOTAL	
	15-19		20-24		25-29		30-34		35-39			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
No hay	37	12,21	106	34,98	13	4,29	1	0,33	0	0,00	157	51,82
Leve	21	6,93	37	12,21	1	0,33	1	0,33	0	0,00	60	19,80
Moderada	16	5,28	20	6,60	3	0,99	0	0,00	0	0,00	39	12,87
Muy alta	8	2,64	36	11,88	3	0,99	0	0,00	0	0,00	47	15,51
Total	82	27,06	199	65,67	20	6,60	2	0,66	0	0,00	303	100,00



Tabla 2.b Autopercepción de la imagen corporal de los estudiantes, de acuerdo con grupos de edad y sexo

Satisfacción corporal	Sexo y grupos de edad Hombre										TOTAL	
	15-19		20-24		25-29		30-34		35-39			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
No hay	27	21,09	53	41,41	7	5,47	0	0,00	2	1,56	89	69,53
Leve	10	7,81	12	9,38	0	0,00	0	0,00	0	0,00	22	17,19
Moderada	2	1,56	6	4,69	1	0,78	0	0,00	0	0,00	9	7,03
Muy alta	1	0,78	6	4,69	1	0,78	0	0,00	0	0,00	8	6,25
Total	40	31,24	77	60,17	9	7,03	0	0,00	2	1,56	128	100,00

Nota: Datos: Frecuencia (f), Porcentaje (%)

Fuente: Instrumentos de recolección de datos (Cuestionario BQS aplicada a estudiantes de la carrera de medicina).

Al establecer la relación entre las conductas alimentarias de riesgo y la autopercepción de la imagen corporal. De acuerdo al 69,84% (n=301) de encuestados que demostraron conductas alimentarias de bajo riesgo, el 48,96% (n=211) indicó ausencia de insatisfacción corporal, por otra parte se destaca que del 12,53 % (n=54) de los estudiantes que evidencian conductas alimentarias de riesgo alto, el 7,42% (n=32) manifestó muy alta insatisfacción corporal,” ver tabla 3”.

Tabla 3. Correlación entre conductas alimentarias de riesgo y autopercepción de la imagen corporal de los estudiantes de medicina.

Conductas alimentarias de riesgo	Autopercepción de la imagen corporal								Total	
	No hay insatisfacción		Leve insatisfacción		Moderada insatisfacción		Muy alta insatisfacción			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Ato riesgo	7	1,62	7	1,62	8	1,86	32	7,42	54	12,53
Mediano riesgo	28	6,50	18	4,18	14	3,25	16	3,71	76	17,63
Bajo riesgo	211	48,96	57	13,22	26	6,03	7	1,62	301	69,84
TOTAL	246	57,08	82	19,02	48	11,17	55	12,75	431	100,00

Datos: Frecuencia (f), Porcentaje (%)

Fuente: Instrumentos de recolección de datos (Cuestionario de conductas alimentarias de riesgo y Cuestionario BQS de autopercepción de la imagen corporal aplicados a los estudiantes de medicina).

Al aplicar la prueba de Chi Cuadrado se obtuvo un valor de 161,96 mayor al valor crítico de 12,59 y un grado de significancia $p=0,00$ que demuestra la existencia de una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, lo que se comprueba, al calcular el coeficiente de correlación de Pearson que denota una correlación negativa y estadísticamente



significativa entre ambas variables (-0.507), es decir que a mayor conducta alimentaria de riesgo, la satisfacción corporal se reduce, “ver tabla 4”.

Tabla 4. Prueba Chi Cuadrado de Pearson entre conductas alimentarias de riesgo y autopercepción de la imagen corporal.

Estadístico	Valores
Chi cuadrado	161,96
Grado de libertad	6
Grado de significancia (α)	0,000
Valor crítico	12,59
Coefficiente de correlación	-0,507
Probabilidad coeficiente de correlación	0,000
Coefficiente de asociación V de Cramer	0,433

Nota: La correlación es significativa en el nivel 0.01, respecto al Sig. (bilateral de 0.000).

Fuente: Instrumentos de recolección de datos (Cuestionarios; EAT 26 y BQS).

DISCUSIÓN

En lo que respecta a los datos sociodemográficos de esta investigación, las mujeres tienen mayor riesgo de desarrollar trastornos alimenticios respecto a los hombres. Esta teoría coincidió un estudio titulado “Riesgo de Trastornos de Conductas Alimentarias Asociados al Estado Nutricional de los Adolescentes” demostraron que el 25,7% de las mujeres presentaron un TCA superior a los hombres quienes mantienen un 18% de riesgo, aunque el rango de edades en este estudio era de 10 y 19 años ¹⁵, a su vez Baldó ¹⁶ en su investigación “Evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en varones que practican deportes de equipo: Comparación con una muestra de alto riesgo” indica que el 20,36% de su muestra investigada que fueron hombres que practican deportes, manifiesta un cuadro clínico compatible con un diagnóstico de TCA, sin demostrar diferencias significativas en sus rangos de edad, esto demuestra que en poblaciones masculinas también es evidente la demostración de riesgos para padecer alteraciones alimentarias, esto justifica que las poblaciones estudiantiles proyectan altas tasas de riesgo, como ocurre en un estudio realizado por Jiménez ¹⁷ en Tumbes Perú con edades de 13 a 18 años donde los resultados establecieron que más de la mitad de la muestra estudiada presentaron conductas alimentarias de riesgo (57,5%) destacando las mujeres del total de adolescentes encuestados.

Al evaluar la autopercepción de la imagen corporal de los estudiantes intrínsecos en la investigación la mitad está satisfecha con su imagen, sin embargo, el porcentaje de



insatisfacción es elevado en ambos sexos, tal como lo demuestra Jiménez¹⁶ quién sobre la variable imagen corporal encontró que el 42.9% de la muestra presentó insatisfacción de leve hasta muy alto nivel, aunque el estudio se centró en edades comprendidas entre 13 a 18 años. Asimismo, la investigación titulada “La imagen corporal en alumnos de educación infantil” realizada en edades preescolares y escolares, demuestra que los niños tienen dificultades para percibir con exactitud el tamaño de su cuerpo, muchos deseando cuerpos más delgados, especialmente las mujeres y los participantes de mayor edad, se destacó que es a partir de los 5 años cuando comienzan a desarrollar su imagen corporal¹⁸. Por su parte Huapaya y Vargas¹⁹ reafirman en su temática “Autopercepción de imagen corporal relacionada al estado nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria, 2021” que tanto hombres como mujeres presentan sobreestimación respecto a su imagen aunque a contrario del estudio principal establecido las mujeres manifiestan un porcentaje mayor de 55,56% del total de la muestra, a pesar de que este estudio se haya dirigido en una población con edad media de 13 años se reafirma la insatisfacción corporal .

El presente estudio determinó que a medida que las conductas alimentarias de riesgo aumentan la satisfacción corporal se reduce, estudios similares coinciden, Cabrera²⁰ en su estudio denominado “Imagen corporal y conducta alimentaria de riesgo en adolescentes de la Unidad Educativa Marieta de Veintimilla de la ciudad de Loja, periodo 2022 - 2023.” ha encontrado una correlación positiva moderada entre las variables de estudio Imagen corporal y conducta alimentaria de riesgo a pesar de que el estudio se centró en otro grupo poblacional como lo son los adolescente de 12 a 17 años, por lo que se debería tomar en cuenta, ya que los adolescentes no son conscientes de que la percepción que tienen con respecto a la imagen corporal puede conducir no solo a conductas alimentarias de riesgo, sino al desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria, que puede terminar afectando su salud física y mental. Villegas y Londoño²¹ confirman que la predisposición a realizar conductas alimentarias de riesgo como la preocupación por la comida, síntomas de bulimia y llevar una dieta restrictiva, florecen debido a que la persona se siente insatisfecha con la imagen que tiene sobre la forma de su cuerpo, Continuo al estudio “Satisfacción respecto a la imagen corporal en adolescentes de la Unidad Educativa Particular Comunidad Educativa de Formación Integral de Cuenca en el período 2019- 2020” donde al relacionar a la imagen corporal y las variables sociodemográficas se concluyó que no se considera la presencia de una asociación directa más allá del sexo y la



edad, pues a pesar de tener satisfacción corporal su correlación con la orientación sexual, tipo de familia y nivel socioeconómico difiere mínimamente ²².

El estudio presenta limitaciones como el desconocimiento de la importancia de la temática principal y la necesidad del tiempo destinado al desarrollo de los cuestionarios, lo que se traduce en resultados con menor precisión, además el estudio se realizó en una facultad, razón que puede limitar la generalización de resultados de otras poblaciones universitarias que procuran un ambiente distinto.

Dentro de las contribuciones a los campos de las disciplinas sociosanitarias, salud y educación se destaca la proyección de información para conocimiento público sobre las conductas alimentarias de riesgo que propician trastornos, además de cómo se encuentran relacionados con la autopercepción corporal ²³ se ofrece información sobre las posibles estrategias que puede hacer la sociedad para aportar sobre este problema, el sector sanitario se logra beneficiar tras establecer conductas protectoras que ayuden a su población en estado de morbilidad y que procuren su bienestar físico y mental, además de enfatizar en la prevención centrada en adolescentes y adultos que necesitan orientación respecto al tema.

CONCLUSIÓN

La investigación permitió identificar que la relación entre las conductas alimentarias de riesgo y la autopercepción de la imagen corporal de los estudiantes es estadísticamente significativa. Aunque la mayoría de la muestra estudiada presentó conductas de riesgo de nivel bajo, aún hay tres de cada diez estudiantes que refieren mediano y alto riesgo, esta teoría puede deberse a la población en la que se centró el estudio; al tratarse de estudiantes dedicados al ámbito sanitario, su educación alimentaria será más consciente, en contraste, la inconformidad sobre la imagen corporal de los alumnos fue destacable, concepto al que se le puede atribuir que socialmente existe vulnerabilidad emocional en la cotidianidad, y que la misma afecta la forma en cómo los estudiantes se perciben y se sienten respecto a su imagen.

Las teorías concluidas resaltan la necesidad de mejorar la calidad de vida de los estudiantes, su relación armoniosa con la comida y la construcción diaria de como aprende a mirarse y percibirse física y mentalmente. Además, fomenta a impartir información de interés sobre la salud alimentaria y el autoconcepto a manera de prevenir la normalización de conductas perjudiciales que pasan por desapercibido, ya sea mediante asesoría nutricional y apoyo psicopedagógico profesional o a su vez mediante test de screening auto aplicables y al alcance



de todos. Dentro del ámbito académico, se precisa incorporar espacios dedicados al consumo de alimentos saludables y áreas dedicadas a disminuir estresores que terminen por mejorar el autoconcepto y autoestima de la población universitaria que se construye a diario.

REFERENCIAS

1. Berny Hernández MC, Rodríguez López D, Cisneros Herrera J, Guzmán Díaz G. Trastornos de la Conducta Alimentaria. Boletín científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula; 2020;7(14):15–21. Disponible en: <https://tinyurl.com/7jyvbbrm>
2. Espinola Avalos SL, Rolon Raviolo EV, Rodriguez Bobadilla LN, Torales Ojeda AD. Autopercepción de la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa de Ciudad del Este, Paraguay. LATAM [Internet]. 4 de marzo de 2025 ;6(1):2849 – 2865. Disponible en: <https://tinyurl.com/t92rzjph>
3. Ortiz Torres NE, Bonilla Basantes PJ. Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la autoestima en deportistas. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar. 27 de Diciembre de 2022; 6(6):10240–58. Disponible en: <https://tinyurl.com/ysh8vwhy>
4. Unikel Santoncini C, León Vázquez C, Rivera Márquez J. Conductas alimentarias de riesgo y factores de riesgo asociados: desarrollo y validación de instrumentos de medición”. Guzmán André N, editor. Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco. División de Ciencias Biológicas y de la Salud. México. 2017. 1^{ra} ed.
5. Val VA, Santi Cano MJ, Novalbos Ruiz JP, Canals J, Rodríguez Martín A. Characterization, epidemiology and trends of eating disorders. Nutr Hosp; 2022;39(Ext2):8–15. DOI: 10.20960/nh.04173
6. Barahona Meneses A R, Hidrobo Guzman J F, Pozo Benavide A J, Alvear Reascos R R, Acosta Vinuesa L Y. Mental conditions and eating disorders in patients in primary care. Ibarra. Ecuador. Bionatura Journal. 2025;2 (1):5. DOI: 10.70099/BJ/2025.02.01.5
7. Balasundaram P, Santhanam P. Eating Disorders. In Stat Pearls Publishing [Internet]. 2023; Disponible en: <https://tinyurl.com/5euwwjwp>
8. Cucalón M, Herrera C, Quijje C, Chávez S, Cedillo M, Perez N. Prevención de los trastornos de conducta alimentaria en estudiantes universitarios de ESPOL. Archivos Latinoamericanos de Nutrición [Internet]. Vol. 73, ALAN-VE. Guayaquil. Ecuador; 2023. Disponible en: <https://tinyurl.com/ycyckxrs>
9. Ávila Zárate L, García Ramos M, Lobo Hinojoso M, González García L, Sánchez Guerrero M. Factores sociales, familiares y del entorno educativo que influyen en las conductas alimentarias y en los estados de vida de estudiantes universitarios. Realidades. Revista de la Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano. Universidad Autónoma de Nuevo León; 2022. DOI: 10.17081/psico.25.47.4861.
10. Osorio Alvarez P. Conducta Alimentaria, Hábitos y Enfermedades de Estudiantes Universitarios en Bolivia. Universidad Ciencia y Sociedad; 2022;23(2):1–3. DOI: 10.61070/ucs.v23i2.16
11. McLean C, Kulkarni J, Sharp G. The 26-Item Eating Attitudes Test (EAT-26): Psychometric Properties and Factor Structure in Vegetarians and Vegans. Nutrients. 1 de Enero de 2023;15(2). DOI: <https://doi.org/10.3390/nu15020297>.
12. Ghazzawi H, Alhaj O, Nemer L, Amawi A, Trabelsi K, Jahrami H. The Prevalence of at Risk Eating Disorders among Athletes in Jordan. Sports. Noviembre de 2022;10(11). DOI: <https://doi.org/10.3390/sports10110182>
13. Ruíz Martínez AO, González NI, López Fuentes A, González EscoBar S, Torres Muñoz MA, Vázquez Arévalo R. Beyond Appearance: Body Image Associated with Attitudes and Risk Behaviors of Eating Disorder in Adolescents. Psychology; 2021;10(19):86–106. Disponible en: <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/download/16054/11752/>
14. Chinchay A, Reyes S. Self-perception of the body image and eating habits in adolescents of the Ventura Ccalamaqui educational institution – Lima. Revista Científica Pakamuros; 2021 Dec 8;9(4):122–32. Disponible en: <https://zaguan.unizar.es/>



15. Campos de Aldana MS, Solano Aguilar S, Paez Esteban AN, Ortiz Rodríguez SP, Torres Contreras C, Casadiegos Patiño LF. Riesgo de Trastornos de Conductas Alimentarias Asociados al Estado Nutricional de los Adolescentes. Cultura de los Cuidados [Internet]. 2023; Disponible en: <http://hdl.handle.net/10045/133219>
16. Baldó Vela D. Evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en varones que practican deportes de equipo: comparación con una muestra de alto riesgo. [Internet]. Universidad Complutense de Madrid. España; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14352/4048>
17. Jiménez Peña ML. Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en adolescentes de 13 a 18 años, Tumbes, Perú. 2022. Universidad Nacional de Tumbes. Facultad Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Nutrición y Dietética; 2022. Disponible en: <https://tinyurl.com/57hhsj4t>
18. León González M del P. La Imagen Corporal en Alumnos de Educación Infantil. [Albacete]: Universidad de Castilla-La Mancha. España; 2020. Disponible en: <https://tinyurl.com/4uwwxb6j>
19. Huapaya Torrejón JC, Vargas Ramírez MV. Autopercepción de imagen corporal relacionada al estado nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria, 2021 [Internet]. Universidad Católica Sedes Sapientiae. Lima. Perú; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14095/1590>
20. Cabrera Carpio JL. Imagen corporal y conducta alimentaria de riesgo en adolescentes de la unidad educativa Marieta de Veintimilla de la ciudad de Loja, periodo 2022 - 2023. [Internet]. Universidad Nacional de Loja. Loja. Ecuador; 2023. Disponible en: <https://tinyurl.com/yc48j2hn>
21. Villegas Moreno MJ, Londoño Pérez C. Modelo predictivo de insatisfacción con la imagen corporal. In: Perspectivas de investigación psicológica: aportes a la comprensión e intervención de problemas sociales. Editorial Universidad Católica de Colombia; 2021. p. 133–57. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10983/26854>
22. Pulgarín Auquilla MB. Satisfacción respecto a la imagen corporal en adolescentes de la Unidad Educativa Particular Comunidad Educativa de Formación Integral de Cuenca en el período 2019-2020 [Internet]. Universidad de Cuenca. Azuay; 2020. Disponible en: <https://tinyurl.com/5235jyv3>
23. Pérez Vega DJ, Tupiza Chuquirima TN. Conductas alimentarias de riesgo y la autopercepción de la imagen corporal en asistentes a un gimnasio al norte de Quito [Internet]. Universidad Indoamericana. Quito; 2022. Disponible en: <https://tinyurl.com/y8kp7ayz>

