Cuaderno de enfermería. Revista científica
Vol. 4(especial2), 156-161, 2026
https://doi.org/10.62574/ifekyw49

Trastornos alimenticios en estudiantes de segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa Tulcán

Eating disorders in second-year high school students at the Tulcán Educational Unit

Darly Dayana Castillo-Martínez
darlycm55@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Tulcán, Ecuador
https://orcid.org/0009-0008-3177-7054

Evelyn Carolina Guerrero-Quelal
evelyngq23@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Tulcán, Ecuador
https://orcid.org/0009-0009-0435-9153

RESUMEN

Se identificaron actitudes y conductas relacionadas con los trastornos alimenticios en estudiantes de segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa Tulcán, Ecuador. Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental y transversal con la población total de 119 estudiantes, que respondió un cuestionario estructurado de 26 preguntas cerradas con escala de frecuencia. El 21,8 % sentía siempre angustia ante la idea de estar demasiado gordo o gorda, el 8,4 % muy a menudo y el 29,4 % a menudo. El 3,4 % procuraba siempre no comer pese a tener hambre y el 26,1 % lo hacía a menudo. El 8,4 % refirió crisis de atracones siempre y el 51,3 % nunca. El 5,0 % se sentía siempre culpable después de comer; el 3,4 % hacía dieta siempre y el 36,1 % nunca. La preocupación por el peso y las conductas restrictivas respaldan acciones escolares de prevención y detección temprana.
Descriptores: trastornos de alimentación y de la ingestión de alimentos; imagen corporal; conducta alimentaria; adolescente; estudiantes. (DeCS).

ABSTRACT

Attitudes and behaviors related to eating disorders were identified in second-year high school students at the Tulcán Educational Unit, Ecuador. A quantitative, descriptive, non-experimental, cross-sectional study was conducted with the entire population of 119 students, who answered a structured questionnaire of 26 closed questions with a frequency scale. Overall, 21.8% always felt distressed by the idea of being too fat, 8.4% very often and 29.4% often. Some 3.4% always tried not to eat despite being hungry and 26.1% did so often. Binge-eating episodes were reported always by 8.4% and never by 51.3%. Guilt after eating was always present in 5.0%; 3.4% were always dieting and 36.1% never dieted. Concern about weight and restrictive behaviors support school-based prevention and early detection actions.
Descriptors: feeding and eating disorders; body image; feeding behavior; adolescent; students. (DeCS).

Recibido: 14/09/2026. Revisado: 19/10/2026. Aprobado: 06/11/2026. Publicado: 21/11/2026.
Original breve

INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades mentales graves que dañan la salud física y alteran la vida cotidiana. Las actitudes distorsionadas hacia el peso, la figura corporal y la comida intervienen en su aparición y en su persistencia. Los sistemas diagnósticos actuales reconocen seis entidades: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón, trastorno de evitación/restricción de la ingesta de alimentos, pica y trastorno de rumiación (1).

Una revisión de la literatura publicada entre 2000 y 2018 halló, en los estudios con diagnóstico preciso, una prevalencia de vida promedio del 8,4 % en mujeres y del 2,2 % en hombres, y una prevalencia puntual del 4,6 % en América (2). En 2019, unos 41,9 millones de personas vivían con trastorno por atracón u otros trastornos especificados; sumados a la anorexia y la bulimia, estos cuadros generaron 6,6 millones de años de vida ajustados por discapacidad (3).

Su origen es multifactorial. Los estudios de familias, gemelos y adopción sustentan una contribución genética (4). En niños y adolescentes, el perfeccionismo se asocia con los síntomas alimentarios (5), y la baja autoestima y la insatisfacción con la apariencia se relacionan con mayor riesgo y con atracones (6). Un funcionamiento familiar más tenso acompaña a síntomas más graves (7) y el uso de redes sociales muestra una correlación positiva, aunque pequeña, con las conductas alimentarias alteradas (8). En mujeres jóvenes con insatisfacción corporal, la interiorización del ideal de delgadez, la insatisfacción corporal y la dieta predijeron la aparición de bulimia nerviosa, trastorno por atracón y trastorno purgativo, y el ayuno predijo la anorexia nerviosa (9).

En Ecuador hay pocos datos en población escolar. En 90 estudiantes de primero de bachillerato de un colegio de Cuenca, el 50 % presentó insatisfacción corporal moderada y el 17,8 % severa (10). La adolescencia escolar reúne la presión por la imagen corporal con exigencias académicas y sociales, y la institución educativa es un espacio propicio para detectar conductas de riesgo. El objetivo del estudio fue identificar actitudes y conductas relacionadas con los trastornos alimenticios en estudiantes de segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa Tulcán.

MÉTODO

Estudio cuantitativo, descriptivo, de diseño no experimental y transversal, realizado en la Unidad Educativa Tulcán (Tulcán, Ecuador). La población estuvo formada por los 119 estudiantes de segundo año de bachillerato; no se calculó una muestra porque se incluyó a toda la población.

La técnica fue la encuesta. El instrumento fue un cuestionario estructurado de 26 preguntas cerradas sobre actitudes y conductas alimentarias, con cinco opciones de frecuencia: siempre, muy a menudo, a menudo, casi nunca y nunca. Se consultó a expertos en el tema y el marco teórico se construyó mediante análisis documental de libros, artículos científicos

e informes. Las respuestas se tabularon y se describieron con porcentajes. Se presentan los cinco ítems que el estudio analizó en detalle: angustia ante la idea de estar demasiado gordo o gorda, procurar no comer pese a tener hambre, crisis de atracones con la sensación de no poder parar de comer, culpa después de comer y hacer dieta.

Consideraciones éticas: el informe original no documenta la aprobación de un comité de ética ni la obtención del consentimiento informado de los representantes legales o del asentimiento de los estudiantes.

RESULTADOS

Respondieron el cuestionario los 119 estudiantes de la población. La Tabla 1 resume la distribución de respuestas en los cinco ítems analizados.

Tabla 1. *Distribución de respuestas en los cinco ítems analizados (n = 119), en porcentaje.*

Ítem	Siempre	Muy a menudo	A menudo	Casi nunca / nunca
Angustia ante la idea de estar demasiado gordo o gorda	21,8	8,4	29,4	20,2 / 20,2
Procura no comer pese a tener hambre	3,4	4,2	26,1	28,6 / 37,8
Crisis de atracones sin poder parar de comer	8,4	5,9	14,3	20,2 / 51,3
Culpa después de comer	5,0	5,0	14,3	22,7 / 52,9
Hace dieta	3,4	10,1	30,3	20,2 / 36,1

Fuente: Propia (2026).

La angustia ante la idea de estar demasiado gordo o gorda fue la actitud más frecuente: el 59,7 % la refirió al menos a menudo y el 20,2 % nunca. El 33,6 % procuró no comer pese a tener hambre al menos a menudo, y el 37,8 % nunca lo hizo. El 28,6 % tuvo crisis de atracones con la sensación de no poder parar de comer al menos a menudo, mientras que el 51,3 % nunca las presentó. La culpa después de comer apareció al menos a menudo en el 24,4 % y nunca en el 52,9 %. El 43,7 % hacía dieta al menos a menudo y el 36,1 % nunca.

DISCUSIÓN

La preocupación por el peso fue el rasgo más extendido: seis de cada diez estudiantes sintieron angustia al menos a menudo ante la idea de estar demasiado gordos o gordas. El hallazgo concuerda con lo descrito en Cuenca, donde dos tercios de los adolescentes de bachillerato tuvieron insatisfacción corporal moderada o severa (10), y con la relación entre insatisfacción con la apariencia, baja autoestima y atracones observada en escolares de 12 a 19 años (6). Las cifras no son comparables de forma directa porque los instrumentos difieren y este estudio no aplicó un punto de corte.

Los estudios latinoamericanos con el Eating Attitudes Test (EAT-26) informan proporciones de riesgo menores que las frecuencias de conductas aisladas observadas aquí: el 9,4 % en 979 escolares de sexto a octavo grado de Bogotá (11) y, en Caracas, el 6,4 % en 2012 y el 15,3 % en 2018 entre estudiantes de bachillerato (12). La diferencia puede deberse al

método: un puntaje total sobre un umbral identifica riesgo, mientras que la frecuencia de un ítem describe una conducta. En universitarios venezolanos, la prevalencia puntual del trastorno por atracón fue del 3,2 % y resultó mayor en quienes tenían insatisfacción con la imagen corporal (5,6 %), disfunción familiar (8,9 %) o síntomas depresivos (4,8 %) (13). El 8,4 % de estudiantes de Tulcán que refirió atracones siempre no equivale a un diagnóstico, pero identifica a estudiantes que podrían beneficiarse de una valoración clínica.

En Quito, el 27,22 % de 180 adolescentes mujeres tuvo sobrepeso u obesidad, el 25,56 % presentó depresión y ambas condiciones se asociaron (14); el presente estudio no midió el peso ni los síntomas depresivos, por lo que no puede contrastar esa relación. La dieta y la restricción tienen valor predictivo: en mujeres jóvenes con insatisfacción corporal, la dieta y la sobreingesta anticiparon la bulimia, el trastorno por atracón y el trastorno purgativo, y el ayuno anticipó la anorexia (9). Por ello, el 43,7 % que hace dieta al menos a menudo y el 33,6 % que evita comer con hambre constituyen un grupo prioritario para la prevención, aunque este estudio no permite estimar su riesgo de desarrollar un trastorno.

Para enfermería, estos resultados apoyan el tamizaje periódico de actitudes alimentarias en el entorno escolar, la derivación oportuna de los casos con conductas frecuentes y la educación sobre imagen corporal con participación de docentes y familias. Los programas de prevención reducen de forma pequeña a moderada los factores de riesgo y los síntomas; la alfabetización mediática disminuye la preocupación por la figura y el peso, y las intervenciones de disonancia cognitiva reducen los síntomas (15).

Entre las limitaciones están el diseño transversal, que impide establecer causalidad; la inclusión de una sola institución; el uso de un cuestionario sin punto de corte informado, por lo que no se estimó la proporción de estudiantes en riesgo; el reporte de solo cinco de los 26 ítems; la ausencia de datos por sexo y edad, y la falta de información sobre los procedimientos éticos.

CONCLUSIÓN

En los estudiantes de segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa Tulcán predomina la preocupación por el peso, y una parte del grupo refiere restricción de la ingesta, atracones, culpa después de comer y dietas frecuentes. Estos hallazgos respaldan que la institución, con el personal de enfermería, los docentes y las familias, incorpore educación nutricional, promoción de una imagen corporal positiva y detección temprana de conductas de riesgo.

FINANCIAMIENTO

No monetario.

CONFLICTO DE INTERÉS

No existe conflicto de interés con personas o instituciones ligadas a la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES), por el apoyo institucional brindado para el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS

1. Treasure J, Duarte TA, Schmidt U. Eating disorders. Lancet. 2020;395(10227):899-911. doi:10.1016/S0140-6736(20)30059-3
2. Galmiche M, Déchelotte P, Lambert G, Tavolacci MP. Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: a systematic literature review. Am J Clin Nutr. 2019;109(5):1402-13. doi:10.1093/ajcn/nqy342
3. Santomauro DF, Melen S, Mitchison D, Vos T, Whiteford H, Ferrari AJ. The hidden burden of eating disorders: an extension of estimates from the Global Burden of Disease Study 2019. Lancet Psychiatry. 2021;8(4):320-8. doi:10.1016/S2215-0366(21)00040-7
4. Yilmaz Z, Hardaway JA, Bulik CM. Genetics and epigenetics of eating disorders. Adv Genomics Genet. 2015;5:131-50. doi:10.2147/AGG.S55776
5. Bills E, Greene D, Stackpole R, Egan SJ. Perfectionism and eating disorders in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. Appetite. 2023;187:106586. doi:10.1016/j.appet.2023.106586
6. Pelc A, Winiarska M, Polak-Szczybyło E, Godula J, Stępień AE. Low self-esteem and life satisfaction as a significant risk factor for eating disorders among adolescents. Nutrients. 2023;15(7):1603. doi:10.3390/nu15071603
7. Rienecke RD, Trotter X, Jenkins PE. A systematic review of eating disorders and family functioning. Clin Psychol Rev. 2024;112:102462. doi:10.1016/j.cpr.2024.102462
8. Zhang J, Wang Y, Li Q, Wu C. The relationship between SNS usage and disordered eating behaviors: a meta-analysis. Front Psychol. 2021;12:641919. doi:10.3389/fpsyg.2021.641919
9. Stice E, Gau JM, Rohde P, Shaw H. Risk factors that predict future onset of each DSM-5 eating disorder: predictive specificity in high-risk adolescent females. J Abnorm Psychol. 2017;126(1):38-51. doi:10.1037/abn0000219
10. Planche Rodríguez DDC, Vera Galarza MA, Campoverde Pesantez AX, Quito Tapia FE. Insatisfacción corporal en adolescentes de primero de bachillerato del Colegio “Herlinda Toral” durante el periodo 2016-2017. Rev Electrón Psicol Iztacala [Internet]. 2017;20(3):211-32. Disponible en: https://journals.unam.mx/index.php/repi/article/download/61792/54411/179696
11. Becerra-Bulla F, Saavedra-Tavera YA, Verano-Sepúlveda AY, Wilchez-Hurtado PP. Risk of eating disorders in a group of high school students of a school in Bogotá D.C., Colombia. 2016. Rev Fac Med. 2018;66(4):571-4. doi:10.15446/revfacmed.v66n4.62717

12. Zerpa García CE, Ramírez A. Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de Caracas: 2012 vs. 2018. Rev Salud Publica Nutr. 2020;19(2):9-18. doi:10.29105/respyn19.2-2
13. Morales A, Gómes A, Jiménez B, Jiménez F, León G, Majano A, et al. Trastorno por atracón: prevalencia, factores asociados y relación con la obesidad en adultos jóvenes universitarios. Rev Colomb Psiquiatr. 2015;44(3):177-82. doi:10.1016/j.rcp.2015.02.006
14. Ocampo J, Guerrero M, Espín L, Guerrero C, Aguirre R. Asociación entre índice de masa corporal y depresión en mujeres adolescentes. Int J Morphol. 2017;35(4):1547-52. doi:10.4067/S0717-95022017000401547
15. Le LK, Barendregt JJ, Hay P, Mihalopoulos C. Prevention of eating disorders: a systematic review and meta-analysis. Clin Psychol Rev. 2017;53:46-58. doi:10.1016/j.cpr.2017.02.001

Derechos de autor: 2026 Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/