



(c) José Othón Flores Consejo, 2019.

## Asociación de conductas alimentarias de riesgo con la percepción de la imagen corporal y composición corporal en universitarios

Laura J. Linares Valverde – Ofelia Márquez Molina – Elvia Vianey Guerrero Alcocer – Yuridia Sánchez Repizo<sup>1</sup>

**RESUMEN:** La presencia de conductas alimentarias de riesgo (CAR), como realizar ayunos prolongados o tomar pastillas, han aumentado su prevalencia entre la población adulta joven. Se reconoce que estas prácticas alimentarias están asociadas a la percepción de la imagen corporal (PIC), composición corporal (CC), así como la carrera profesional. Objetivo: se asoció un tamizaje de CAR con PIC, CC y formación de licenciatura. Materiales y métodos: estudio transversal donde se midió peso, talla, CC, PIC y se aplicó un tamizaje de CAR. Resultados: La muestra fue conformada por 91 estudiantes de diferentes licenciaturas de nuevo ingreso, el 65% fueron mujeres. El 9.3 y 5% de mujeres y hombres respectivamente presentaron CAR. Al aplicar la prueba de percepción corporal, 25.2 de los sujetos presentaron una percepción errónea de su imagen corporal, sin asociarse al porcentaje de masa grasa o CAR. Conclusiones: no hubo diferencias en la prevalencia de CAR por licenciatura.

<sup>1</sup> Universidad Autónoma del Estado de México, Centro Universitario UAEM Amecameca.

**Palabras clave:** composición corporal; percepción de la imagen corporal; conductas alimentarias de riesgo; universidad; nutrición

**ABSTRACT:** The presence of risk eating behaviors (REB) such as fasting or taking pills has increased its prevalence among the young adult population. It is recognized that these dietary practices are associated with body image perception (BIP), body composition (BC), as well as the professional career that is chosen to study. Objective: Association between REB, BIP, BC and professional career. Materials and methods: cross-sectional study where weight, height, fat free mass, fat mass and BIP were measured, and a REB screening were applied. Results: The sample was made up of 91 students, 65% were women. Three women and two men presented REB. When applying the BIP test, 2 women with REB and two without REB perceived their body as overweight when their BMI was less than 25, without being associated with the percentage of fat mass. Conclusions: No differences were observed in the prevalence of REB by career.

**Keywords:** body composition; body image perception; eating disorder; university; nutrition

## Introducción

En la actualidad los medios de comunicación son herramientas muy poderosas para difundir los diferentes mensajes sobre el “ideal de belleza”, los adolescentes y adultos jóvenes son quienes hacen un mayor uso de estas, además de destinar mayor tiempo en su uso. Esta elevada exposición se ha relacionado con una mayor prevalencia de jóvenes que se inconforman con su cuerpo y deciden tomar cualquier acción para tener el cuerpo “perfecto” (Salinas Ressini, 2011). Sin embargo, muchas de estas acciones ponen en peligro la salud física de quienes las realizan, como por ejemplo, las conductas alimentarias de riesgo (CAR), entre las que encontramos: los ayunos prolongados, provocación del vómito, toma de pastillas, diuréticos o laxantes, entre otras (Franco Paredes et al., 2010).

De acuerdo a un estudio realizado en universitarios mexicanos, las conductas alimentarias consideradas como de riesgo incluyen una frecuencia del 10% para la práctica de atracones, 18% para la práctica de ayunos, 17% para el uso de diuréticos y laxantes y el 6.7 % para el vómito autoprovocado (García-Camba, 2007). Dichas conductas pueden resultar en la adquisición de trastornos de la conducta alimentaria (TCA), los cuales presentan varias complicaciones a la salud, así como la muerte. Los TCA son enfermedades que generalmente se desarrollan en el periodo de adolescencia y el 90-95% de los casos son mujeres, aunque en la actualidad también se presenta en los hombres. Las estadísticas señalan que la prevalencia de la anorexia nerviosa

fluctúa entre 0.2 y 0.5% y la de la bulimia nerviosa entre 2 y 3%, mientras que la prevalencia de los TCA no especificados va del 3 al 5% (Coqueugniot, 2003).

Se reconoce que estas prácticas alimentarias están asociadas a la percepción de la imagen corporal que presentan los individuos y esta a su vez al índice de masa corporal (IMC) (Lewer, Bauer, Hartmann, & Vocks, 2017). Algunos estudios han encontrado que existe una mayor prevalencia de CAR entre quienes eligen estudiar la licenciatura en Nutrición, debido a la presión social de mantener un cuerpo delgado (Behar A, Alviña W, Medinelli S, & Tapia T, 2007; Cruz Bojórquez, Ávila Escalante, Velázquez López, & Estrella Castillo, 2013).

### **Objetivo**

Asociar un tamizaje de conductas alimentarias de riesgo con la percepción de la imagen y composición corporal en alumnos de nuevo ingreso diferenciado por licenciatura en el Centro Universitario Amecameca de la Universidad Autónoma del Estado de México.

### **Materiales y métodos**

El estudio es de corte transversal y analítico, recolectándose las variables antropométricas, de composición corporal y CAR en un solo momento dentro de las instalaciones del Centro Universitario UAEM Amecameca.

### **Sujetos**

La muestra fue a conveniencia, conformada por 91 estudiantes de nuevo ingreso al ciclo escolar 2017 de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), campus Amecameca. Previa a la aplicación de los instrumentos de medición se les pidió su consentimiento por escrito, donde se indicó la participación voluntaria, así como la confidencialidad de la información. Los criterios de inclusión fueron: ser alumno de primer ingreso a la UAEM Campus Amecameca en el periodo de estudio y aceptar voluntariamente participar en el estudio. Los criterios de exclusión fueron: no aceptar participar, dejar inconcluso el cuestionario o no permitir la toma de medidas antropométricas y/o de composición corporal y por último estar en periodo de gravidez.

## Instrumentos

Las variables antropométricas de estatura y masa corporal fueron tomadas siguiendo las recomendaciones de Gordon C., Chumlea W. y Roche A. (1988), utilizando un estadímetro portátil SECA, modelo 213 y una báscula Tanita® TBF-300, debidamente calibrados. A partir de ambos datos se obtuvo el indicador antropométrico de índice de masa corporal (IMC), del cual se tomaron como puntos de corte para el diagnóstico de sobrepeso y obesidad los establecidos por la Organización Mundial de la Salud. Se estimó la composición corporal con bioimpedancia eléctrica para un modelo de dos compartimentos utilizando la báscula Tanita® TBF-300, siguiendo la técnica recomendada en el manual de manejo. Los puntos de corte para la clasificar a hombres y mujeres con elevado porcentaje de masa grasa fue más de  $>20$  y  $<33\%$ , respectivamente (Bray, G, Bouchard, C & James, P., 1998).

Para la detección de las conductas alimentarias de riesgo se aplicó un instrumento previamente validado en población mexicana (Unikel-Santoncini, C., Bojórquez-Chapela, I & Carreño-García, S., 2004) llamado Cuestionario de conductas alimentarias de riesgo. Este consta de 10 preguntas agrupadas en cinco categorías: a) preocupación por engordar, b) pérdida del control para comer, c) vómito auto inducido, d) prácticas de tipo restrictivo y e) medidas compensatorias. El cuestionario consta de cinco opciones de respuesta: nunca, casi nunca, algunas veces, frecuentemente (dos veces en una semana) y muy frecuentemente (más de dos veces en una semana). Por último, se midió la percepción de la imagen corporal a través del instrumento propuesto por Stunkard y Stellard (1990). Este método presenta nueve siluetas anatómicas de hombres y mujeres que van siendo progresivamente más robustas y que representan diferentes rangos del IMC.

## Análisis estadístico

Para el análisis de los datos se utilizaron estadísticos descriptivos de frecuencias, medias y desviación estándar. Para identificar diferencias por género se aplicó una t-student y por último para relacionar las conductas de riesgo con la composición corporal, el tipo de licenciatura y la percepción de la imagen corporal se utilizó la prueba exacta de Fisher. La significancia estadística se estableció en  $p < 0.05$ . El análisis de los datos se realizó en el programa estadístico NSCC v7.

## Resultados

La muestra fue conformada por 91 estudiantes de nuevo ingreso de diferentes licenciaturas, de los cuales el 65% fueron mujeres. Las licenciaturas a las que ingresaron los alumnos fueron: Nutrición, Medicina Veterinaria y Zootecnia, Ciencias Políticas y Administración Pública, Lengua y Literatura Hispánicas, Administración, Contaduría y Derecho. Se observó una mayor participación de alumnos de las licenciaturas en Nutrición y Medicina Veterinaria y Zootecnia (tabla 1).

Tabla 1

*Participación de alumnos de nuevo ingreso por licenciatura*

Licenciatura	Mujeres		Hombres	
	n	%	n	%
Ciencias Políticas y Administración pública	11	18.6	7	21.8
Contaduría	4	6.7	7	21.8
Derecho	10	16.9	8	25
Literatura en Lengua y Literatura Hispánicas	3	5.0	0	0
Medicina veterinaria y zootecnia	14	23.7	6	18.7
Nutrición	17	28.8	4	12.5
Total	59	100	32	100

De acuerdo con la tabla 2, las características biológicas como peso y composición corporal fueron significativamente diferentes entre hombres y mujeres. Además, en promedio dichas variables se encontraron dentro de los parámetros de normalidad, de acuerdo con los criterios de la OMS. De acuerdo con el IMC, el 28.5% de la muestra presentó algún grado de sobrepeso u obesidad, dividido en 18.6% y 9.8% para las mujeres y hombres respectivamente.

Tabla 2

*Características generales de estudiantes de nuevo ingreso*

	Mujeres n= 59	Hombres n= 32	Valor de <i>p</i>
	X ± DE	X ± DE	
Edad, a	18.1 ± 1.4	19.0 ± 2.1	0.040

Peso, kg <sup>a</sup>	57.1 ± 10.9	65 ± 13.6	0.002
IMC, kg/m <sup>2</sup>	22.9 ± 3.8	22.7 ± 3.9	0.853
% de grasa <sup>b</sup>	23.8 ± 8.7	15.3 ± 6.4	0.000
Masa grasa, kg <sup>c</sup>	15.5 ± 7.7	11.4 ± 7.6	0.019
% de masa magra	11.1 ± 0.9	14.4 ± 1.8	0.000
Masa magra, kg	19.9 ± 2.1	22.4 ± 2.0	0.000

X: promedio; DE: desviación estándar, a: años, kg: kilogramos; IMC: índice de masa corporal; m: metros.

A partir del tamizaje de conductas alimentarias de riesgo el 6.5% de la muestra total presentó conductas alimentarias de riesgo, es decir, 3 mujeres y 3 hombres presentaron dichas conductas, de los cuales solo una persona perteneció a la licenciatura en Nutrición (tabla 3).

Tabla 3

*Número de estudiantes por licenciatura que presentaron conductas alimentarias de riesgo*

Licenciatura	Hombres		Mujeres	
	no	%	no	%
Contabilidad	0	0	1	1.6
Derecho	2	6.2	0	0
MVZ	0	0	2	3.3
Nutrición	1	3.1	0	0
Total	3	9.3	3	5.0

Nota: Dos licenciaturas no se presentan, ya que no hubo alumnos con CAR. MVZ: medicina veterinaria zootecnista.

Al aplicar la prueba de percepción corporal, el 25.2% de la muestra presentó una percepción errónea de su imagen corporal, de los cuales el 14% fueron mujeres. Mientras que del 6.5% con CAR, solo el 1% presentó una percepción errónea de la imagen corporal (tabla 4). Por otra parte, se observó que independientemente de la presencia de CAR, el 12% de los estudiantes que presentaron un IMC mayor a 27 se percibieron con un IMC menor al real.

Tabla 4

*Asociación entre percepción de la imagen corporal y las conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de nuevo ingreso a la universidad*

		Conductas alimentarias de riesgo		
		No n (%)	Si n (%)	Total n (%)
Percepción errónea de la imagen corporal	No	63 (69.3)	5 (5.4)	68 (74.7)
	Si	22 (24.1)	1 (1.1)	23 (25.2)
	Total	85 (93.4)	6 (6.5)	91 (100)

De acuerdo a la prueba exacta de Fisher no hubo diferencias estadísticamente significativas  $p=0.83$ .

Al comparar a los estudiantes con y sin presencia de CAR y el estudio de composición corporal, se observó que no existe ninguna relación estadísticamente significativa ( $p=0.71$ ) (tabla 5).

Tabla 5

*Asociación entre las conductas alimentarias de riesgo y el porcentaje de masa grasa en estudiantes de nuevo ingreso a la universidad*

		Conductas alimentarias de riesgo		
		No n (%)	Si n (%)	Total n (%)
Clasificación del porcentaje de masa grasa	Elevado	15 (16.4)	1 (1.1)	16 (17.5)
	Normal	70 (77.0)	5 (5.4)	75 (82.5)
	Total	85 (93.4)	6 (6.5)	91 (100)

## Discusión

Iniciar los estudios universitarios para algunos estudiantes, se asocia a un incremento de los problemas de salud mental, como lo son los trastornos de la conducta alimentaria debido a que los jóvenes pueden presentar estrés por enfrentar un mayor grado de independencia y autonomía y, en algunos casos, separación de la familia para ir a estudiar a otro lugar (Cruz Bojórquez et al., 2013). Algunos estudios han indicado que existe una mayor prevalencia de conductas alimentarias de riesgo, así como trastornos de la conducta alimentaria en aquellas

personas que eligen estudiar licenciaturas como Nutrición, debido a que existe una presión social que les exige cumplir con cierta estética corporal. En ese sentido, Gili et al. (2015), realizaron un estudio sobre la prevalencia de presentar TCA en estudiantes de la carrera de nutrición en cinco universidades de Argentina y encontraron que de 414 estudiantes el 13.3% presentó riesgo de padecerla, siendo los dos primeros años de la carrera los de mayor riesgo. Otro estudio, realizado en la Universidad Autónoma de Yucatán, conformado por alumnos de la licenciatura en Nutrición con participación del 81% mujeres y 19% hombres, encontró que el 9% de las mujeres y el 13% de los hombres mostraron conductas alimentarias de riesgo (Lora Cortez & Saucedo Molina, 2006). Posiblemente en este trabajo no se encontró una relación con la licenciatura de elección y la prevalencia de CAR, debido al tamaño limitado de la muestra. Por otro lado, si bien la muestra no fue representativa del número de alumnos que ingresan anualmente a la universidad UAEM campus Amecameca, sí se detectó la presencia de conductas alimentarias de riesgo, lo que hace suponer que estas prácticas podrían ser habituales en un mayor número de alumnos.

Las conductas alimentarias involucran aspectos tanto físicos como psicológicos y una variable que se encuentra estrechamente relacionada con la presencia de TCA es la distorsión de la imagen corporal, así como la insatisfacción del cuerpo (Behar A & Arancibia M, 2014). Como ya se ha observado en otros estudios (Castejón Martínez, Berengüí Gil, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2016; Durán A et al., 2013; Peña Salgado, López de Arco, & Liévano Fiesco, 2014), la percepción errónea de la imagen corporal es más prevalente en mujeres que en hombres y en este estudio se encontró el mismo patrón con 7.6% y 4.2% en mujeres y hombres, respectivamente. En el estudio de Unikel Santoncini et al. (2015), quienes realizaron una investigación en una universidad pública de la Ciudad de México, se encontró que el 11.4% de las mujeres y el 6.9% de los varones reportaron sentirse con sobrepeso, sin embargo, el peso de los estudiantes era normal.

En este estudio, respecto a la percepción corporal, se observó que algunas de las personas que no presentaban CAR sí presentaron una percepción errónea de su imagen corporal, lo que puede sugerir que el uso de pruebas sobre la imagen corporal puede ser de gran utilidad para realizar tamizajes en busca de TCA. Otro punto interesante que surgió en esta investigación fue que los alumnos que tuvieron algún grado de sobrepeso u obesidad se percibieron con menor IMC respecto al real. Esta relación hace pensar que posiblemente se deba a la vergüenza social que provoca ser diagnosticado con alguna de estas enfermedades (Westermann, Rief, Euteneuer, & Kohlmann, 2015).



En la actualidad el sobrepeso y la obesidad tienen connotaciones sociales negativas, como por ejemplo, que la enfermedad es autoprovocada y por lo tanto quienes la padecen es porque no tienen la capacidad de controlar su alimentación y/o de realizar actividad física por considerarse perezosos (De Domingo Bartolome & López Guzmán, 2014; Puhl & Heuer, 2009). Este estigma social se hace más evidente en alumnos de licenciaturas relacionadas con la salud y la nutrición (Jung, Luck-Sikorski, Wiemers, & Riedel-Heller, 2015). Además, esta desaprobación social trae como consecuencia la insatisfacción corporal, baja autoestima y en general disminución en la calidad de vida (Castejón Martínez et al., 2016). Por último, debido a la falta de literatura donde se analiza la relación entre la percepción de la imagen corporal, composición corporal y la presencia de conductas alimentarias de riesgo se decidió comparar dichas variables. Sin embargo, no se encontró una relación significativa, debiéndose posiblemente a que la muestra de estudio fue limitada y no representativa de la población de la UAEM campus Amecameca.

## Conclusiones

A pesar de las limitaciones de este estudio, una de las principales aportaciones es proporcionar un panorama general sobre la presencia de CAR en una población vulnerable como lo son los estudiantes universitarios. La incorporación de una prueba sobre la percepción de la imagen corporal nos habla de universitarios que podrían presentar vergüenza por su físico y por tanto de insatisfacción corporal, la cual es una variable independiente para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Es preciso llevar a cabo más investigaciones con un mayor número de participantes y que ahonden en la insatisfacción del cuerpo y su relación con conductas alimentarias de riesgo.

## Referencias

- Behar A, R., Alviña W, M., Medinelli S, A., & Tapia T, P. (2007). Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de la carrera de nutrición y dietética. *Revista Chilena de Nutrición*, 34(4), 298–306.
- Behar A, R., & Arancibia M, M. (2014). DSM-V y los trastornos de la conducta alimentaria. *Rev Chil Neuro-Psiquiat*, 52(SUPL 1), 22–33.

Bray, G, Bouchard, C y James, P (1998) Definitions and proposed current classifications of obesity. In Handbook of Obesity, pp. 31–40 (Bray, G, Bouchard, C, James, P, editor). New York: Marcel Dekker.

Castejón Martínez, M. Á., Berengüí Gil, R., & Garcés de los Fayos Ruiz, E. J. (2016). Relación del índice de masa corporal, percepción de peso y variables relacionadas con los trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes universitarios. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 36(1), 54–63. <https://doi.org/10.12873/361castejon>

Coqueugnot, M. (2003). *Abordaje nutricional del adolescente con trastornos en la conducta alimentaria*. Universidad de Belgrano. Argentina.

Cruz Bojórquez, R. M., Ávila Escalante, M. L., Velázquez López, H. J., & Estrella Castillo, D. F. (2013). Evaluación de factores de riesgo de TCA en estudiantes de nutrición. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 4(1), 37–44. [https://doi.org/10.1016/S2007-1523\(13\)71991-8](https://doi.org/10.1016/S2007-1523(13)71991-8)

De Domingo Bartolome, M., & López Guzmán, J. (2014). La estigmatización social de la obesidad. *Cuadernos de Bioética*, XXV(2), 273–284. <https://doi.org/10.4271/2010-01-0141>

Durán A, S., Rodríguez, M. del P., Record C, J., Barra R, R., Olivares H, R., Tapia A, A., Neira O, A. M. (2013). Autopercepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de Chile y Panamá. *Revista Chilena de Nutrición*, 40(1), 26–32. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182013000100004>

Franco Paredes, K., Martínez Moreno, A. G., Díaz Reséndiz, F. de J., López Espinosa, A., Aguilera Cervantes, V., & Valdés Miramontes, E. (2010). Conductas de riesgo y sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes universitarios del Sur de Jalisco, México. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 1, 102–111.

García-Camba, E. (2007). Avances en trastornos de la conducta alimentaria. Anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, obesidad. (Masson, Ed.) (2nd ed.). Barcelona.

Gili, R., Otero, J., Sandoval, I., Ascaino, L., Leal, M., & Olmedo, E. (2015). Risks of Developing Eating Disorders on Undergraduate. *Nutrición Clínica*, 16, 90–96.

- Gordon C, Chumlea W, Roche A. (1988). Stature recumbent length and weight. In: Lohman, T., Roche, A. Martorell, R. Anthropometric standarization reference manual. Champaign: Human Kinetics.
- Jung, F. U., Luck-Sikorski, C., Wiemers, N., & Riedel-Heller, S. G. (2015). Dietitians and nutritionists: Stigma in the context of obesity. A systematic review. *PLoS ONE*. Public Library of Science. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0140276>
- Lewer, M., Bauer, A., Hartmann, A. S., & Vocks, S. (2017). Different Facets of Body Image Disturbance in Binge Eating Disorder: A Review. *Nutrients*, 9(12), 1294. <https://doi.org/10.3390/nu9121294>
- Lora Cortez, C. I., & Saucedo Molina, T. de J. (2006). Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal de acuerdo al índice de masa corporal en una muestra de mujeres adultas de la ciudad de México. *Salud Mental*, 29(3), 60–67.
- Peña Salgado, N. del P., López de Arco, S. P., & Liévano Fiesco, M. C. (2014). Conductas alimentarias asociadas a TCA en estudiantes universitarios que asisten a un centro de formación deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 7(2), 29–38.
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2009). The Stigma of Obesity: A Review and Update. *Obesity*, 17(5), 941–964.
- Salinas Ressini, D. F. (2011). Los medios de comunicación, los ideales belleza y la manifestación de anorexia. *Punto Cero*, 23(2), 18–24.
- Stunkard, A., & Stellar, E. (1990). Eating and its Disorders. In T. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Images* (Guilford P, pp. 3–20). New York.
- Unikel-Santoncini, C., Bojórquez-Chapela, I, Carreño-García, S. (2004). Validación de un cuestionario breve para medir conductas alimentarias de riesgo. *Salud pública de México*, 46, 509-515.
- Unikel Santoncin, C., Díaz de León-Vázquez, C., González-Forteza, C., Wagner Echeagaray, F., & Rivera Márquez, J. A. (2015). Conducta alimentaria de riesgo, síntomas depresivos y correlatos

psicosociales en estudiantes universitarios de primer ingreso. *Acta Universitaria*, 25(2), 35–39.  
<https://doi.org/10.15174/au.2015.847>

Westermann, S., Rief, W., Euteneuer, F., & Kohlmann, S. (2015). Social exclusion and shame in obesity. *Eating Behaviors*, 17, 74–76.