



FACULTAD DE POSGRADOS

**“PREVALENCIA Y PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA
ALIMENTARIA EN ADOLESCENTES, COLEGIO DANIEL ÁLVAREZ
BURNEO, LOJA, AGOSTO 2023”**

Autora

Andrea Jackeline Mora Álvarez

Año

2023



FACULTAD DE POSGRADOS

**“PREVALENCIA Y PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA
ALIMENTARIA EN ADOLESCENTES, COLEGIO DANIEL ÁLVAREZ
BURNEO, LOJA, AGOSTO 2023”**

Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos
establecidos para optar por el título de Máster en Nutrición Clínica.

Tutor

Dr. Ludwig Roberto Álvarez Córdova

Autora

Andrea Jackeline Mora Álvarez

Año

2023

DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

"Declaro haber dirigido el trabajo, **“PREVALENCIA Y PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADOLESCENTES, COLEGIO DANIEL ÁLVAREZ BURNEO, LOJA, AGOSTO 2023”**, a través de reuniones periódicas con el estudiante **Andrea Jackeline Mora Álvarez**, en el semestre marzo – agosto, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

Dr. Ludwig Roberto Álvarez Córdova

C.I. 09-08856206

DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

"Declaro haber revisado este trabajo, **“PREVALENCIA Y PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADOLESCENTES, COLEGIO DANIEL ÁLVAREZ BURNEO, LOJA, AGOSTO 2023”**, de **Andrea Jackeline Mora Álvarez**, en el semestre marzo – agosto, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

Dr. Ludwig Roberto Álvarez Córdova
C.I. 09-08856206

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

“Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se ha citado fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.”



Andrea Jackeline Mora Álvarez

C.I. 1104615834

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi familia por siempre ser mi apoyo incondicional y darme la fuerza necesaria para salir adelante.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi hijo Emilio Josué
Sandoval Mora, mi mayor motivo para
salir adelante y superarme
cada día.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

ACRÓNIMOS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	1
MARCO CONCEPTUAL	3
ANTECEDENTES:	3
TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA.....	3
ANOREXIA NERVIOSA.....	5
BULIMIA NERVIOSA.....	5
OBJETIVO GENERAL	6
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:.....	7
HIPÓTESIS	7
METODOLOGÍA	7
Alcance de la investigación.....	7
Diseño del estudio	8
Fase 1: Investigación.....	8
Fase 2: Plan de acción	10
Fase 3: Evaluación de la propuesta.....	10
Universo (población objetivo).....	11
Muestra, criterios de inclusión y exclusión	11
Instrumento de recolección de los datos	12
Variables	12
Plan de análisis de los datos.....	13

Consideraciones éticas Plan de actuación.....	13
RESULTADOS.....	13
Resultados obtenidos en la fase de investigación.....	13
Resultados obtenidos en la fase de evaluación.....	20
DISCUSIÓN.....	25
RECOMENDACIONES.....	28
CONCLUSIONES.....	29
BIBLIOGRAFÍA:.....	30
ANEXOS.....	34
Anexo 1. Cuestionario BSQ-14. Modificado de Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn (1987).....	1
Anexo 2. CONSETIMIENTO INFORMADO.....	3

ACRÓNIMOS

- **TFM:** Trabajo de Fin de Máster.
- **ApS:** Metodología aprendizaje – servicio.
- **TCA:** Trastornos de Conducta Alimentaria.
- **BSQ:** Body Shape Questionnaire.
- **TIC:** Tecnología de la Información y Comunicación.
- **EB:** Educación Básica.
- **ACAB:** Asociación Contra la Anorexia y la Bulimia.
- **OMS:** Organización Mundial de la Salud
- **SEMG:** Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia.

RESUMEN

Introducción: Dentro de los problemas de salud mental que más afectan a los adolescentes se encuentran los trastornos de conducta alimentaria, afectando a este grupo etario, su familia y su entorno. Existen factores principalmente socioculturales, además de los medios de comunicación que promulgan una falsa imagen de belleza con sus altos estándares muy alejados de la realidad, favoreciendo a que estas enfermedades aparezcan. Este proyecto se creó con el fin de concientizar a los adolescentes sobre las implicaciones que representa tener estas patologías. **Materiales y métodos:** El proyecto se desarrolló en base a la intervención con el método de práctica del aprendizaje - servicio. El universo del estudio constó de 92 alumnos, que actualmente se encuentran cursando 1ro a 3ro de Bachillerato, del Colegio Daniel Álvarez Burneo, de la ciudad de Loja. Se ha desarrollado en tres fases: la primera fase de investigación; la segunda: la intervención propiamente dicha, con la campaña de concientización a los adolescentes; y finalmente el análisis de resultados representa ser la fase 3 del proyecto. El colegio Daniel Álvarez Burneo fue la institución educativa elegida para el desarrollo del proyecto de intervención, además, aprovechamos sus redes sociales para darla a conocer. **Resultados:** Con la intervención se consiguió que los estudiantes disminuyan su nivel de preocupación en cuanto a su apariencia corporal, además conocen que es un trastorno de conducta alimentaria y diferencian patologías como anorexia y bulimia, además de los riesgos que conllevan estas enfermedades. **Conclusiones:** Los resultados obtenidos demuestran que, para disminuir la incidencia y prevalencia de estas patologías, es muy importante desarrollar intervenciones educativas y motivacionales en los estudiantes.

Palabras clave: Trastornos de Conducta Alimentaria, Aprendizaje-Servicio, adolescentes, factores de riesgo, intervención, estrategias educativas.

ABSTRACT

Introduction: Among the mental health problems that most affect adolescents are eating disorders, affecting this age group, their family and their environment. There are mainly sociocultural factors, in addition to the media that promulgate a false image of beauty with its high standards far removed from reality, favoring the appearance of these diseases. This project was created in order to raise awareness among adolescents about the implications of having these pathologies. Materials and methods: The project was developed based on the intervention with the service-learning practice method. The universe of the study consisted of 92 students, who are currently studying 1st to 3rd year of Baccalaureate, from the Daniel Álvarez Burneo School, in the city of Loja. It has been developed in three phases: the first research phase; the second: the intervention itself, with the awareness campaign for adolescents; and finally the analysis of results represents phase 3 of the project. The Daniel Álvarez Burneo school was the educational institution chosen for the development of the intervention project, in addition, we took advantage of its social networks to make it known. Results: With the intervention, the students were able to reduce their level of concern regarding their body appearance, they also knew that it is an eating disorder and they differentiated pathologies such as anorexia and bulimia, in addition to the risks that these diseases entail. Conclusions: The results obtained demonstrate that, to reduce the incidence and prevalence of these pathologies, it is very important to develop educational and motivational interventions in students.

Keywords: Eating Disorders, Service-Learning, adolescents, risk factors, intervention, educational strategies.

INTRODUCCIÓN

Los Trastornos de Conducta Alimentaria representan ser en la actualidad, según la Organización Mundial de la Salud, uno de los problemas más importantes que sufre la sociedad, ya que las persona afectadas van en aumento de forma progresiva, como por las muertes que ocasiona. Son enfermedades que requieren un tratamiento continuo y que pueden transformarse a hasta llegar a ser enfermedades crónicas, hasta llegar a la muerte. (Guerrero, Valero, & Solano, 2022)

Los trastornos de conducta alimentaria en los países desarrollados son un problema de salud pública; las conductas adquiridas son poco saludables, tanto físicas como psicológicas, afectan a la familia y representan ser una sobrecarga sanitaria y social; por tal razón un eje primordial para hacerle frente a este problema de salud pública es la educación para la prevención, con un enfoque familiar. (Gaete & López, 2020)

La adolescencia es una etapa en la que se es especialmente vulnerable a algunos problemas de salud, haciendo que muchos comportamientos, saludables y no saludables, repercutan durante el resto de la vida. Por lo antes mencionado, esta etapa es la que más se afecta social y culturalmente, es la más difícil, siendo una época en la que los adolescentes necesita aprobación constante por parte de la sociedad (López & Treasure, 2021). En los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes uno de los factores que más influyen es la imagen corporal, influenciada mucho por las modas, además de la composición corporal, se ha observado que el sexo femenino es el más afectado y el más sujeto a críticas; además en los centros educativos no existen una correcta formación educativa referente a alimentación rica en nutrientes y baja en calorías. (Gaete & López, 2020)

La interacción se debe realizar con el adolescentes con el fin de enseñarle hábitos de vida saludables mediante técnicas actualizadas con la que ellos

muestren interés; se ha identificado que en el colegio Daniel Álvarez no se realiza totalmente este tipo de capacitaciones, además los familiares de las personas afectadas no son conscientes de la presencia de esta patología, en el que se encuentran expuestos sus hijos, por lo que es de gran importancia intervenir capacitando a los alumnos de dicha unidad educativa. Con lo expuesto anteriormente surge el problema ¿Cómo prevenir los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes del colegio Daniel Álvarez Burneo, Loja, agosto 2023?

MARCO CONCEPTUAL

ANTECEDENTES:

La Constitución de la República indica que el estado garantizará el derecho a la salud mediante políticas regulatorias en favor de la población, además indica el derecho de la población a un acceso permanente, oportuno, de medidas que tengan como fin conservar la salud y prevenir la enfermedad. (Gaete & López, 2020)

El Plan Nacional de desarrollo toda una vida, es una política del país, que en su tercer objetivo indica y tiene como fin mejorar la calidad de vida de la población, con medidas que busquen promocionar la salud y prevenir la enfermedad con el fin de mejorar su calidad de vida mejorando sus capacidades. (López & Treasure, 2021)

La Agenda de Coordinación Zonal tiene como objetivo principal contribuir al desarrollo y ejecución del Plan Nacional de Desarrollo instaurado en la República del Ecuador, por medio del trabajo colaborativo de todos los actores del desarrollo que operan en la Zona, en función de sus competencias. Según el párrafo anterior, los propósitos de la agenda de relación zonal son muy importantes y constituyen ser la base fundamental para evitar estos trastornos, cuyo fin es mejorar el estado de salud de los adolescentes favoreciendo a la promoción y prevención de la salud, involucrando en el proceso a educadores como padres de familia (Guerrero, Valero, & Solano, 2022)

TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

Los Trastornos de Conducta Alimentaria son enfermedades enmarcadas en el ámbito social y cultural que requieren un manejo multidisciplinario, este tipo de trastornos se dan principalmente por la presión social, los altos estándares de belleza establecidos, principalmente por los medios de comunicación creando

imágenes publicitarias imposibles de seguir en su mayoría. Los adolescentes consideran la delgadez como signos de triunfo social con el que destacan en la sociedad. (Guerrero, Valero, & Solano, 2022)

Estas enfermedades tienen gran componente social y cultural, por lo que solamente el manejo médico no es suficiente, se requiere un manejo multidisciplinario, con apoyo de varios especialistas en el tema, con el fin de lograr remisión de la enfermedad. (Gaete & López, 2020)

Entre los jóvenes, las alteraciones de la conducta alimentaria, representan ser un problema de salud pública de mucha importancia, tener peso, bajo, desnutrición, peso elevado u obesidad se ha vuelto frecuente en esta población etaria, todo esto está influenciado por la presión social que hay actualmente, así como los falsos estándares de belleza establecidos. Factores especialmente relevantes en lo que concierne a los trastornos de la conducta alimentaria, ya que influyen de forma negativa en las personas que las padecen tanto en el ámbito psicológico como mental, la condición familiar de pacientes que presentan este tipo de patología es complicada ya que deben ser un apoyo fundamental para que los pacientes sanen de forma definitiva, de no serlo así será una sobrecarga para la sociedad y el sistema de salud. (Ayuzo & Covarrubias, 2020)

La prevalencia de los TCA no se puede cuantificar con facilidad, son enfermedades silenciosas en donde muchas de las personas que las padecen buscan ayuda muy tarde, afectan principalmente al género femenino, con edad de 12 a 21 años, se dan aproximadamente 4 a 6 casos nuevos por cada 100 personas, ocupa el tercer lugar de las enfermedades crónicas más comunes en este grupo etario. Actualmente se han dado casos de varones y personas mayores que sufren esta enfermedad. (Asociación TCA Aragón, 2021). Dentro de los TCA, los más comunes son anorexia nerviosa y bulimia.

ANOREXIA NERVIOSA

La anorexia nerviosa es un trastorno psiquiátrico muy grave y de manejo complejo que se caracteriza por mantener voluntariamente un peso bajo el rango considerado saludable para la edad y talla del paciente, logrado mediante medios extremos con el fin de controlar el peso como por ejemplo ejercicio compulsivo, restricción extrema de alimentos consumidos y/o conductas purgativas. Todo este cuadro acompañado de un intenso temor a ganar peso o a la negación de estar en un peso bajo. Su prevalencia es de 0.48 – 0.7% entre las adolescentes. El fin de las personas que la padecen es perder peso, y para conseguirlo llegan a presentar desnutrición moderada a grave hasta llegar a estado de inanición que ponen el peligro su vida, las personas que padecen de anorexia nerviosa se caracterizan por tener una personalidad perfeccionista, con un alto porcentaje de aprobación por parte de la sociedad, y un gran sentimiento de ineficacia corporal. (López, 2021).

BULIMIA NERVIOSA

La bulimia nerviosa se define como un trastorno de la conducta alimentaria caracterizado por atracones frecuentes, definidos como la ingesta descontrolada de alimentos en un espacio corto de tiempo y generalmente en secreto seguido de un sentimiento de culpa. Las personas que padecen esta enfermedad una vez ingeridos los alimentos, desarrollan un sentimiento de culpa muy grande posterior al cual buscan medidas compensatorias purgativas como abuso de laxantes, uso de diuréticos, etc., además de hiperactividad física. En algunas personas no se producen estas conductas de compensación o purga, definiéndose entonces, como “trastorno por atracones”. En la bulimia nerviosa no se existe necesariamente alteración en el peso, la persona afectada puede presentar peso normal, peso bajo o sobrepeso. La bulimia nerviosa fácilmente pasa desapercibida, y la persona vive con sentimientos de vergüenza y culpa. La persona afectada suele pedir ayuda cuando el problema está avanzado. (Gomez, 2018)

SINTOMATOLOGÍA DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN FASES TEMPRANAS

Se considera de gran importancia la detección precoz de cualquier TCA, en fases

tempranas de la enfermedad puede presentar los siguientes signos y síntomas que afectan la apariencia física, alteraciones emocionales y de la conducta.

Alteraciones Físicas: disminución o alteración del peso en corto tiempo, malestar y dolor abdominal, sensación de estar lleno o hinchado, sensación de desmayo, frío o cansancio, pelo o piel seca, deshidratación, pies o manos cianóticos, vello corporal fino, dolor de cabeza.

Conducta: Hacer dieta o una ingesta caótica de alimentos, hacer como que están comiendo y terminan tirando su comida, ejercicio durante largos períodos de tiempo, preocupación por la comida, peso, talla, vestir ropa holgada para esconder un cuerpo delgado, frecuentes visitas al baño, evitar comer en situaciones sociales.

Alteraciones emocionales: Quejas sobre la apariencia, principalmente, por estar o sentirse gordo, tristeza o sensación de no merecer la pena, actitud perfeccionista, siempre escucha problemas de amigos y nunca expresa los propios. Mientras más rápido se detecte un posible TCA, hay una mayor probabilidad de éxito en el tratamiento y recuperación. (Unikel, 2020)

OBJETIVO GENERAL

Elaborar una campaña de sensibilización hacia los adolescentes del colegio Daniel Álvarez Burneo de la ciudad de Loja, durante el mes de agosto 2023, para concientizar por medio del aprendizaje logrando prevenir los trastornos de conducta alimentaria.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Determinar cómo los alumnos perciben su cuerpo y el conocimiento que poseen sobre los trastornos de conducta alimentaria.
- Utilizar la metodología práctica del aprendizaje-servicio (ApS) llegando a los estudiantes con información académica de calidad sobre esta patología, creando en ellos interés, con criterio crítico y formado.
- Capacitar a los alumnos de años superiores con el fin que ellos sean quienes impartan el conocimiento adquirido a sus inferiores, logrando su inclusión en el desarrollo del proyecto.
- Analizar la predisposición de los estudiantes del colegio Daniel Álvarez Burneo de desarrollar trastornos de conducta alimentaria pre y post intervención.

HIPÓTESIS

La capacitación sobre trastornos de conducta alimentaria en adolescentes creará conciencia y disminuirá la prevalencia de esta patología en adolescentes, del Colegio Daniel Álvarez Burneo, en Loja, agosto 2023.

METODOLOGÍA

Alcance de la investigación

El presente proyecto que se realiza en la ciudad de Loja, en el colegio Daniel Álvarez Burneo, con los alumnos de 1ero, 2do y 3ero de Bachillerato, matriculados en el año lectivo 2023 – 2024, busca mediante la intervención

enmarcada en la metodología cualitativa con un diseño de investigación – acción, sensibilizar a los adolescentes de dicha unidad educativa, sobre los trastornos de conducta alimentaria.

Diseño del estudio

En el presente trabajo de fin de máster se llevó a cabo una metodología cualitativa con un diseño de investigación - acción, siendo la mejor opción para cumplir los objetivos propuestos. El proyecto se desarrolló en base a la intervención con el método de práctica del aprendizaje - servicio. Se ha desarrollado en tres fases: la primera fase de investigación; la segunda: la intervención propiamente dicha, con la campaña de concientización a los adolescentes; y finalmente el análisis de resultados representa ser la fase 3 del proyecto, ya que esta propuesta deberá ser evaluada estableciendo sus resultados.

Fase 1: Investigación

En esta fase se analiza la situación inicial, así como también se determina que conocimientos adquiridos tienen actualmente los estudiantes sobre trastornos de conducta alimentaria y como ellos perciben sus cuerpos de forma personal. Un punto fundamental es conocer el criterio de la Psicóloga de la institución, ya que es la encargada de recopilar información acerca de casos de trastornos de conducta alimentaria, si como de indicarnos si en la unidad educativo han desarrollado programas de prevención, y como se los maneja en caso de presentarse.

Se realizo una encuesta a los estudiantes del Colegio Daniel Álvarez con el fin de analizar como los adolescentes perciben su cuerpo (Anexo 1). Para este análisis se utilizó el cuestionario Body Shape Questionnaire. (Fairburn, 1987), adaptado a la población española por Raich et al. (1996). Por medio de este cuestionario podemos determinar en la población adolescente el grado de

preocupación que tienen sobre la apariencia corporal. La autoimagen es el principal punto que evalúa este cuestionario, que consta de una escala de evaluación tipo Likert en donde 1 = Nunca, 2 = Raramente, 3 = A veces, 4 = A menudo, 5 = Muy a menudo, 6 = Siempre, siendo que incluye valores entre 34 y 204. El cuestionario BSQ en los estudios que se han realizado sobre trastornos de conducta alimentaria es una de las herramientas más utilizadas. Según Cooper et al. (1987), una vez realizada la evolución según el puntaje obtenido se dividen en 4 grupos: sin preocupación por la imagen corporal (<81); baja preocupación, (81 a 110); moderada preocupación por la imagen corporal (110 - 140); y finalmente, una preocupación exagerada, <140.

Este cuestionario ha sido validado con población española adulta y joven, en este proyecto de intervención se utilizó una versión reducida. Se utilizó la versión BSQ-14 que incluye solo 14 ítems, excluyendo ítems que no era apropiados para la población de estudio ya que resultaban ser demasiado sugerentes (Franco-Paredes, 2018). Se demuestra mayor preocupación por la imagen corporal, mientras mayor es el puntaje total obtenido. Las puntuaciones pueden variar de 14 a 84 puntos. Valores < 34 no representan preocupación por la imagen corporal; valores entre 34 y 45 representan baja preocupación; valores entre 45 y 58 denotan una preocupación moderada; y finalmente, valores totales < 58 indica una preocupación muy elevada por parte del estudiante.

Añadido al cuestionario mencionado anteriormente se elaboró cinco preguntas, que incluyeron temática sobre alimentación saludable, conocimientos académicos sobre trastornos de conducta alimentaria, en donde los aprendieron y su capacidad de identificar personas que tienen riesgo de padecerla. Se analizarán estas preguntas de forma cualitativa, requisito obligatorio fue colocar el sexo, lo demás se realizó de forma anónima. (Anexo 1).

Fase 2: Plan de acción

La segunda fase incluye el plan de acción que consiste en capacitar a los alumnos sobre trastornos de conducta alimentaria en los años de 1ero de 3ro de bachillerato; inicialmente se capacitará a los alumnos de tercero de bachillerato con contenido académico y audiovisual de calidad, y ellos mismo será los encargados de transmitir dicho conocimiento a sus compañeros de años inferiores, formando parte fundamental del desarrollo del proyecto y de su aplicación, creando en ellos el interés ya que pueden formar parte de un cambio positivo.

Otro punto importante del desarrollo de este proyecto es la implementación de la campaña de concientización sobre trastornos de conducta alimentaria en las redes sociales de la comunidad educativa, para posteriormente hacer una extensión a las redes sociales más usadas por lo jóvenes como Instagram y tik tok. La educación tradicionalista se ha demostrado que no llega a los jóvenes como se espera, ya que la definen como aburrida y de falta de interés, motivo por el cual se debe adoptar medidas innovadoras de capacitación acordes al avance tecnológico y socio cultural de la población.

Fase 3: Evaluación de la propuesta

El proceso de evaluación de resultados representa ser el paso fundamental en un proyecto de investigación, esta evaluación busca determinar si el proyecto ejecutado es aplicable y reproducible en el resto de la población con similares características, además busca implementar un esquema de ejecución protocolizado valorando mediante los resultados obtenidos el correcto desarrollo del programa. La evaluación busca determinar conocimientos sobre: alimentación saludable, trastornos de conducta alimentaria, anorexia y bulimia, lugares de capacitación, además del interés pre y pos intervención de intervenir en el programa.

Siendo estos los objetivos de la fase de evaluación, las herramientas para la recogida de esta información serían de tipo cualitativo y cuantitativo. El docente será el encargado de determinar la participación activa de los estudiantes en cada día del desarrollo del proyecto. Además, para la autoevaluación de cada estudiante se les dio el mismo cuestionario que se les entrego previo a la capacitación, en el que ellos mismos puedan evaluar la adquisición de competencias con este tipo de proyectos de intervención, su grado de compromiso y efectividad.

Universo (población objetivo)

El universo fue finito, constituido por 92 estudiantes de los años 1ero a 3ero de bachillerato matriculados para el año lectivo 2023-2024 que asisten al Colegio Daniel Álvarez Burneo de la ciudad de Loja.

Muestra, criterios de inclusión y exclusión

La muestra está representada por el universo en su totalidad.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes que se encuentren matriculados en el periodo lectivo 2023 – 2024, y que asistan con normalidad a la institución educativa.
- Estudiantes que firmaron el consentimiento informado y cuyos padres acepten el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que se encuentren matriculados en el periodo lectivo 2023 – 2024, y que no asistan con normalidad a la institución educativa.

- Estudiantes que no firmaron el consentimiento informado y cuyos padres rechazaron el consentimiento informado.
- Estudiantes ausentes el día de recolección de datos.
- Estudiantes con diagnóstico de alguna patología que predispongan a obtener errores en el estudio.

Instrumento de recolección de los datos

Para identificar el nivel de participación de cada uno de los estudiantes se considerará la observación del profesor, como instrumento principal, ya que es quien está en contacto directo con el adolescente, además se trabajó con herramientas como entrevistas / cuestionarios con el fin de recolectar la mayor cantidad de datos posibles: Dentro de los instrumentos de recolección de datos que se aplicaron en este proyecto encontramos:

- Entrevista a la psicóloga del Colegio Daniel Álvarez Burneo
- Cuestionario Body Shape Questionnaire BSQ-14.
- Preguntas de elaboración propia.

VARIABLES

Para este estudio se consideraron los siguientes aspectos para su análisis: edad en años cumplidos, sexo del estudiante, grado de escolaridad, dirección, nivel social y económico, factores de personalidad como imagen corporal y autoestima, factores interfamiliares, alteraciones alimenticias: conducta alimentaria irregular, al riesgo de sufrir Trastornos de conducta alimentaria.

Plan de análisis de los datos

Una vez que se realizó la recolección de datos, el siguiente paso fue realizar la tabulación utilizando el programa de estadística SPSS versión 22, basándose en las indicaciones del programa con el fin de generar la información requerida para su análisis, a continuación, se realizó el análisis de los resultados con su respectiva interpretación, y en base a la información obtenida que realizaron graficas descriptivas.

Consideraciones éticas Plan de actuación

La ejecución del cuestionario por parte de los estudiantes y la calificación obtenida fue de manera anónima. Previo a la aplicación de la encuesta, los padres de los estudiantes aceptaron y firmaron el consentimiento informado, ya que son menores de edad. (Anexo 2)

RESULTADOS

A continuación, se expondrán los resultados obtenidos en cada fase del desarrollo del proyecto.

Resultados fase 1

Se utilizaron datos cuantitativos en esta fase, como la entrevista que se le realizó a la psicóloga de la unidad educativa, y cuantitativos como lo cuestionarios realizados a los estudiantes de 1ero a 3ero de bachillerato.

Encuesta a la psicóloga del Colegio Daniel Álvarez Burneo: la entrevista se realizó de forma directa y personal, la psicóloga indicó que se ha presentado solo un caso de trastorno de conducta alimentaria en el tiempo que ella lleva laborando que son aproximadamente 5 años, además indica que la unidad educativa trabaja arduamente en fomentar valores como alimentación saludable y hábitos de bienestar físico y emocional, además indica que los alimentos que se expenden dentro del colegio son de calidad con alto contenido nutricional, sin embargo no cuentan con un dietista nutricionista certificado que guíe las dietas que se ofrecen a diario, además como unidad educativa no cuentan con espacios de horas clase o talleres que se enmarquen principalmente en la capacitación sobre trastornos de conducta alimentaria, fisiopatología, síntomas, tratamiento y demás, siendo un limitante indica la falta de tiempo y que se encuentra copado por la carga académica impuesta por el ministerio de educación. .

BSQ-14: El universo, estuvo conformado por estudiantes de primero a tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Daniel Álvarez Burneo. La encuesta fue anónima, Universo: 92 alumnos con edades comprendidas entre 15 y 18 años. Requisito se pidió colocar el sexo de forma obligatoria. **Tabla 1.**

Tabla 1

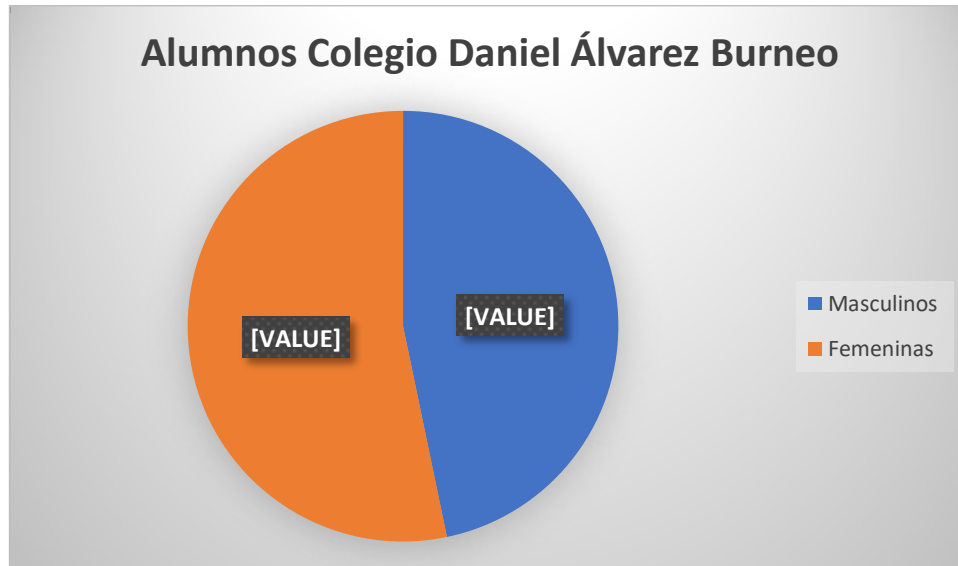
Número de alumnos participantes en el cuestionario BSQ-14.

Número de alumnos	Femeninas	%	Masculinos	%	Total
1ero de Bachillerato	17	18,48	14	15,22	31
2do de Bachillerato	14	15,22	17	18,48	31
3ero de Bachillerato	18	19,57	12	13,03	30
TOTAL	49	53,27	43	46,73	92/100%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 1

Porcentaje de alumnos masculinos, femeninas participantes en el cuestionario BSQ-14.



En la figura 1 se puede observar que, del total de la muestra, 53,27% está representado por el sexo femenino, y 46,73% se encuentra representado por el sexo masculino.

Con los datos obtenidos se busca determinar el nivel de insatisfacción corporal en los estudiantes de 1ero de tercero de bachillerato del Colegio Daniel Alvarez Burneo, diferenciándolos en niveles como leve, moderado y elevado, además es de gran importancia hacer un análisis comparativo entre sexo femenino y masculino. Tabla 2.

Tabla 2

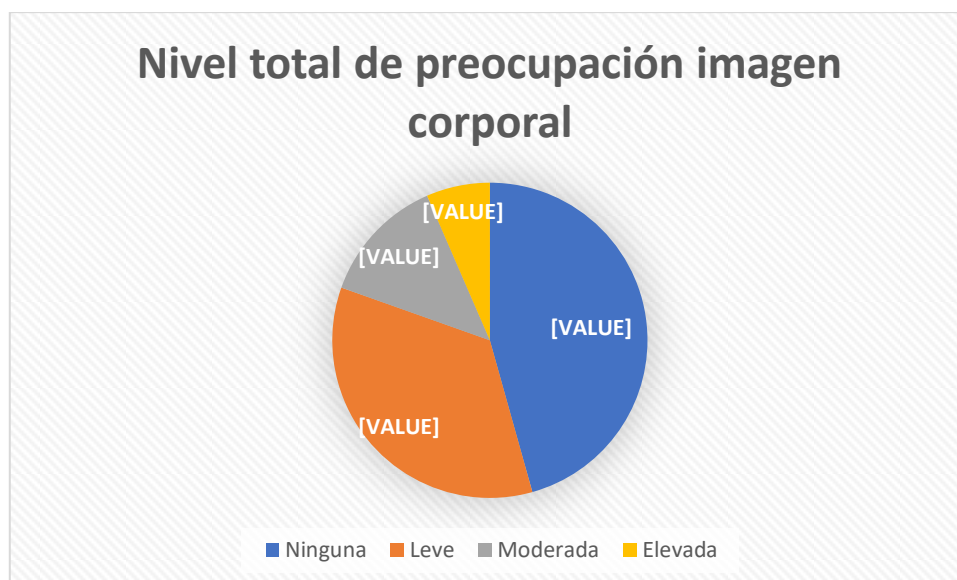
Respuestas al cuestionario planteado BSQ-14.

Preocupación por la imagen corporal Femenino - Masculino						
Nivel de preocupación	No. Alumnos totales	%	Número mujeres	%	Número varones	%
Ninguna	42	45,65%	20	40%	22	52,38%
Leve	32	34,78%	22	44%	10	23,81%
Moderada	12	13,05%	4	8%	8	19,05%
Elevada	6	6,52%	4	8%	2	4,76%
Total	92	100%	50	100%	42	100%

Nota: Cuestionario BSQ-14, respuestas otorgadas por los estudiantes, de 1ero a 3ero de bachillerato. *Elaboración:* propia.

Figura 2

Imagen corporal entre participantes. Preocupación leve, moderada, elevada

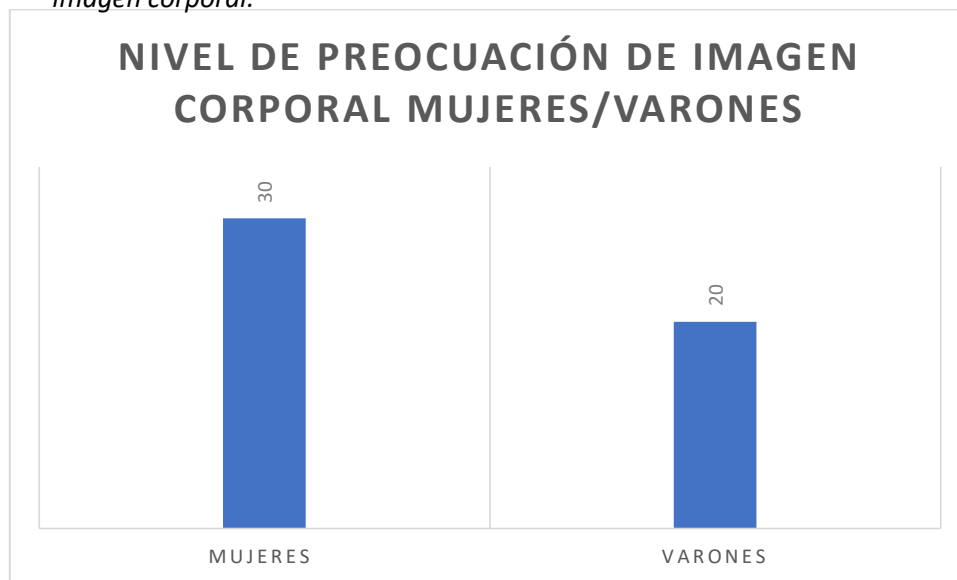


Nota: Nivel de preocupación ninguna, leve, modera o elevada, adolescentes colegio Daniel Álvarez. Porcentaje comparativo. *Elaboración* propia.

Analizando los datos obtenidos se puede observar que existe un mayor nivel de preocupación en el género femenino en comparación al masculino, tal y como se corrobora con la revisión bibliográfica actual.

Figura 3

Número de alumnos mujeres/varones con diversos niveles de preocupación de imagen corporal.

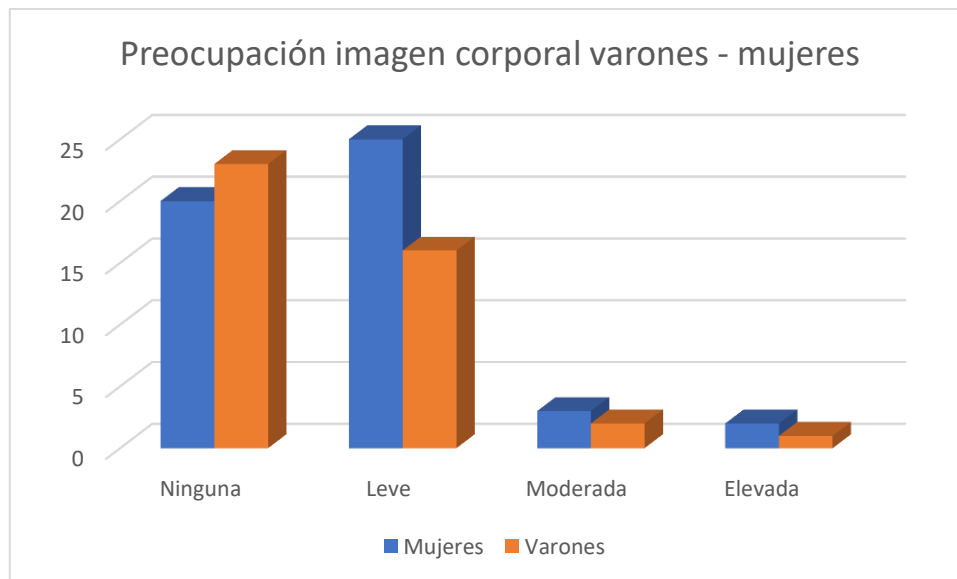


Nota: Comparación de la cantidad de alumnos que presentan diferentes niveles de preocupación, diferenciando entre sexos. *Elaboración propia*

Generalmente, las mujeres están más preocupadas por su imagen corporal que los varones, sin embargo, es en ellos donde se encuentra participantes con preocupaciones más pronunciadas, frente a la prevalencia de una preocupación leve entre las mujeres.

Figura 4

Diferentes niveles de preocupación de imagen corporal varones - mujeres



Nota: Comparación del nivel de preocupación, leve, moderado o elevado, referente a imagen corporal, donde se evidencia que los varones presentan una mayor preocupación de forma moderada más aun que sus compañeras. *Elaboración propia.*

Datos de suma importancia que se obtuvieron con la aplicación del cuestionario, es la identificación de 6 estudiantes entre ellos 4 de género femenino y 2 de masculino, con nivel elevado de preocupación por la imagen corporal, información que hace pensar y definir como población de riesgo a estos adolescentes ya que son muy propensos a desarrollar trastornos de conducta alimentaria.

Ítems sobre el aprendizaje de los TCA: En la parte final de la encuesta se incluyeron 5 preguntas de elaboración propia, que incluían temas como alimentación saludable, nivel de conocimiento sobre trastornos de conducta alimentaria, anorexia y bulimia, lugares en donde han escuchado hablar de esto, así como también si ellos están en la capacidad de sospechar en

familiares o amigos la presencia de esta condición. Los datos se encuentran descritos en la tabla 3.

Tabla 3

Respuestas a los ítems sobre aprendizaje de los trastornos de conducta alimentaria.

	SI	%	NO	%	NO RECUERDO	%
15. ¿Sabes qué riesgos pueden ir asociados a una mala alimentación?	80	86,96%	12	13,04%	0	0
16. ¿Sabes qué es un trastorno de conducta alimentaria (TCA)?	45	48,91%	40	43,48%	7	7,61%
17. ¿Has escuchado hablar anteriormente de anorexia y bulimia?	60	65,22%	28	30,43%	4	4,35%
18. ¿Has escuchado hablar de ello fuera del centro escolar?	25	27,17%	37	40,22%	30	32,61%
19. ¿Conoces alguna persona en tu entorno que pueda padecer un TCA?	4	4,35	86	93,48%	2	2,17%

Nota: *Elaboración propia.*

En base a los resultados obtenidos, la mayor parte de estudiantes representado por el 51% aproximadamente indican que no saben que es un trastorno de conducta alimentaria, cuando se pone nombre en específico de anorexia o bulimia aumenta el valor a 65,22%, que, si han escuchado hablar

sobre el tema, además, confirma que sí han oído hablar de estas patologías, sin embargo, la mayoría representado por 72,83%, no ha escuchado del tema o no recuerda haberlo hecho fuera del centro escolar. Además, se determinó los estudiantes tienen un alto nivel de conocimientos sobre alimentación saludable, quedando demostrado en los valores obtenidos.

Resultados obtenidos en la fase de evaluación

La mejor forma de determinar si la propuesta realizada es idónea o no, es evaluando el grado de participación e implicación por parte del alumnado. Una elevada participación en el proyecto por parte de los alumnos resulta en aprendizajes significativos promovidos desde la propia experiencia. El Docente guía de cada año confirma mediante la observación, esta participación de cada adolescente mientras se desarrollaba el proyecto.

Se realizó la intervención, además se les aplicó la misma prueba pre y post capacitación, conforme a lo establecido en el cronograma de actividades encontrándose:

Tabla 4

Respuestas al cuestionario planteado BSQ-14. Después de la capacitación.

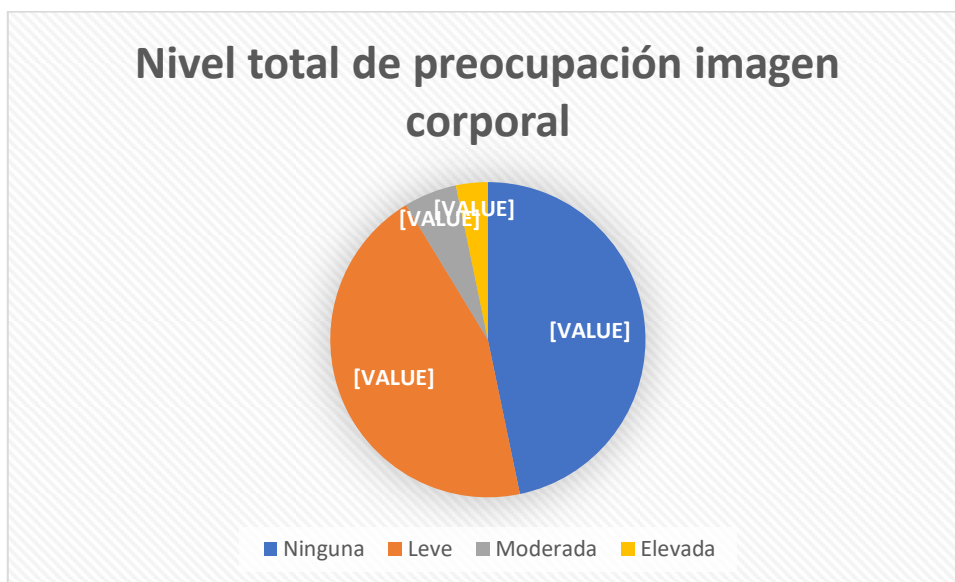
Niveles de preocupación por la imagen corporal entre los chicos y chicas						
Nivel de preocupación	No. Alumnos totales	% Alumnos	Número mujeres	% Mujeres	Número varones	% Varones
Ninguna	43	46,74%	20	40%	23	54,76%
Leve	41	44,57%	25	50%	16	38,09%
Moderada	5	5,43%	3	6%	2	4,76%
Elevada	3	3,26%	2	4%	1	2,38%

Total	92	100%	50	100%	42	100%
-------	----	------	----	------	----	------

Nota: Valoraciones tomadas de las respuestas al cuestionario BSQ-14, realizadas a los alumnos de 1ero a 3ero de bachillerato, después de la capacitación. *Elaboración:* propia.

Figura 5

Niveles totales de preocupación de la imagen corporal entre participantes, posterior al desarrollo del proyecto.



El nivel que corresponde a ninguna preocupación referente a la imagen corporal, prácticamente no tuvo cambios, en el siguiente nivel que corresponde a leve, se evidencia un aumento considerable de 32 a 41 estudiantes, además el nivel moderado tuvo una reducción de 12 a 5 estudiantes, acompañada de una reducción de estudiantes en el nivel elevado de 6 a 3, lo que indica que la capacitación tuvo el efecto esperando, demostrándose con la disminución del nivel de preocupación en exceso de la imagen corporal.

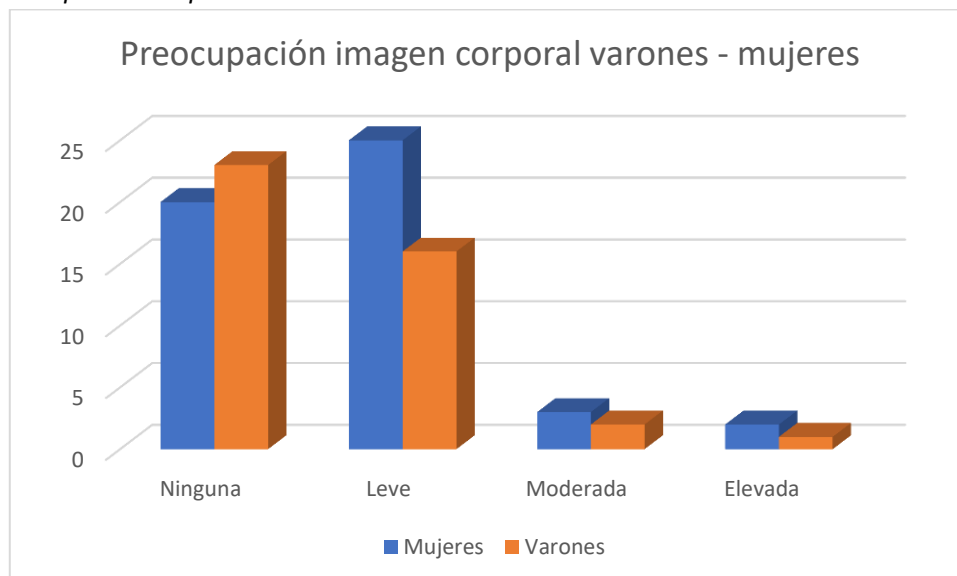
En cuanto a la diferenciación de esta percepción distinguida por género. Persiste una diferencia significativa entre el nivel de preocupación, sea cual sea

su intensidad, de las chicas (30) y los chicos (19), siendo esta más elevada en el caso de las chicas, sin embargo, no existe mucha diferencia en comparación a los datos obtenidos al inicio de proyecto.

En los datos obtenidos previamente, se evidenciaba que las mujeres están más preocupadas por su imagen corporal que los varones, sin embargo, es en ellos donde se encontraba participantes con preocupaciones más pronunciadas en nivel moderado, frente a la prevalencia de una preocupación leve entre las mujeres. Posterior a la intervención el número de integrantes en nivel moderado y elevado disminuyó.

Figura 6

Diferentes niveles de preocupación de imagen corporal varones – mujeres, después de capacitación.



Nota: Comparación del nivel de preocupación, leve, moderado o elevado, referente a imagen corporal, posterior a capacitación. Elaboración propia.

Los resultados del cuestionario previo a la capacitación mostraron que 6 alumnos (4 mujeres, 2 varones) están realmente preocupados por su imagen

corporal con valores superiores a 58 en el cuestionario, siendo personas más propensas a desarrollar algún trastorno de conducta alimentaria. En la evaluación posterior a la capacitación se obtuvo 3 alumnos (2 mujeres, 1 varón). Demostrando que el proyecto es funcional y cumple con la propuesta planteada.

Preguntas sobre el aprendizaje de los Trastornos de conducta alimentaria: los cinco ítems incluidos en la encuesta, que evaluaron los conocimientos de los estudiantes al inicio del proyecto, se los aplicó de igual manera, al final del desarrollo de la intervención con el fin de realizar un análisis comparativo. Los resultados obtenidos se pueden observar en la tabla 5.

Tabla 5

Respuestas a las preguntas sobre aprendizaje de los trastornos de conducta alimentaria posterior a la intervención.

	SI	%	NO	%	NO ME ACUERDO	%
15. ¿Sabes qué riesgos pueden ir asociados a una mala alimentación?	82	89,13%	10	10,87%	0	0
16. ¿Sabes qué es un trastorno de conducta alimentaria (TCA)?	90	97,82%	1	1,09%	1	1,09%
17. ¿Has escuchado hablar anteriormente de anorexia y bulimia?	85	92,39%	5	5,44%	2	2,17%
18. ¿Has escuchado hablar de ello fuera del centro escolar?	26	28,26%	36	39,13%	30	32,61%

19. ¿Conoces alguna persona en tu entorno que pueda padecer un TCA?	12	13,04%	80	86,96%	0	0
---	----	--------	----	--------	---	---

Nota: *Elaboración propia.*

Según los resultados obtenidos, en cuanto a riesgos que pueden ir asociados a una mala alimentación, casi no se observó cambio en comparación a los datos iniciales, en la intervención se habló de una dieta saludable, sin embargo, los estudiantes presentaban ya previamente un nivel alto de conocimientos referente a riesgos asociados a una mala alimentación dado por un 86,96% en relación con el 89,13% obtenido después de la intervención.

En cuanto a la pregunta. ¿Sabes qué es un trastorno de conducta alimentaria? Previo a la intervención, la mayor parte de los estudiantes (51,09%) no conoce/no recuerda qué son los trastornos de conducta alimentaria. Después del desarrollo del proyecto se obtuvo que el 97,82% de estudiantes afirmaban conocer esta patología, lo que resulta en un dato de gran importancia ya que se demuestra que se alcanzó con el objetivo de llegar a la mayoría de estudiantes con esta información.

Cuando se realizó la pregunta de una forma más concreta, definiendo con nombre a estas patologías como anorexia y bulimia, previo a la intervención la mayoría de estudiantes (65,22%) confirman que sí han oído hablar de estos trastornos, en comparación a los datos obtenidos posteriormente a la capacitación dados por un 92,39%, demuestra que los estudiantes asimilaron el conocimiento impartido, y son capaces de diferenciar estas patologías.

Uno de los puntos más importantes a considerar es que la mayoría de los estudiantes representado por 72,83%, no ha escuchado sobre trastornos de conducta alimentaria o no recuerda haberlo hecho fuera del centro escolar. Los datos obtenidos posterior a la intervención están representados por 71,74%, valor similar al previo, ya que es un punto en el que no se pudo intervenir ya que la capacitación fue impartida en el centro educativo, sin embargo demuestra la importancia de realizar estas intervenciones en prácticas de atención primaria en salud pública, ya que se demuestra que no se está llegando con este tipo de información a la comunidad adolescente que es la población más vulnerable a desarrollar estos trastornos.

En cuanto a la pregunta si los estudiantes conocen a alguna persona en su entorno que pueda padecer trastornos de conducta alimentaria, inicialmente 4 respondieron que, si y 12 no recordaban, después de la intervención 12 estudiantes respondieron que sí, demostrando que tienen claros los conceptos de estos trastornos, conocen sus signos y síntomas y principalmente están en la capacidad de identificarlos.

DISCUSIÓN

La población adolescente es muy vulnerable en especial el sexo femenino que se encuentran a expensas de las críticas y aprobación por parte de la sociedad, sin embargo, así sea en menos porcentaje también se encuentran estudiantes del sexo masculino influenciados por la preocupación de la imagen corporal, muchos estudios demuestran que varios adolescentes ya padecen la enfermedad sin ser diagnosticada, por lo que resulta de gran importancia realizar proyectos de investigación e intervención con el fin de detectar nuevos casos y poder hacer una intervención temprana y a tiempo. (Pérez-Gaspar et al., 2018).

Con el avance tecnológico de información además de la influencia sociocultural muy volátil y cambiante, han hecho que los métodos tradicionales de enseñanza ya no sean suficientes para llegar a los adolescentes que es nuestra población objetivo, por lo que resulta imperante tener nuevas metodologías de aprendizaje que incluyan redes sociales y técnicas audiovisuales llamativas que despierten el interés en el estudiante, con el fin de que el adolescente capte la información, desarrolle un pensamiento crítico y lo aplique según el entorno en el que se desarrolle.

Los trastornos de conducta alimentaria al ser un problema de salud pública de gran escala, con la intervención formativa en las unidades educativas, que puede ser extensible y replicable a la población en general, se ha demostrado que consigue resultados (Villas, 2017). Desarrollando programas en los que el estudiante sea el artífice principal, se generan interés por parte de sus participantes reduciendo el riesgo de padecer algún grado de esta enfermedad. (Calcedo, 2016).

Se ha demostrado en este estudio y demás estudios previos que los trastornos de conducta alimentaria afectan principalmente a personas del género femenino, lo que se refuerza con otros estudios similares (Gómez del Barrio et al., 2019) (Pérez-Gaspar et al., 2018). Además, una mayor número de mujeres se sienten inconformes con su cuerpo en comparación al sexo masculino. (Anaya, 2017).

Diversos estudios de prevención demuestran una vez concluidos que las mujeres son más receptivas a los conocimientos brindados, por lo que estos programas tienen mayor efecto en las féminas en comparación a los estudiantes del sexo masculino (Berger et al., 2019).

La aplicación de la metodología aprendizaje servicio en distintos proyectos, consigue la adquisición de competencias más sociales y empáticas, siendo un resultado favorable para los participantes (Bartoll et al., 2018) (Paredes, 2019) (Mayor-Rodríguez, 2017). Goldberg & Coufal, afirman entre sus conclusiones que el aprendizaje - servicio “mejora las habilidades de pensamiento crítico en torno a los problemas sociales y situaciones de desventaja social” (Martínez & Folgueiras 2015), En definitiva, trata de iniciativas que les permitan a los adolescentes comprender el tema, en un espacio y metodología diferente a la tradicional.

Actualmente las redes sociales están en auge, y son los instrumentos más utilizados por los jóvenes en su tiempo libre, razón por la cual este medio de información resulta ser muy llamativo para la población del proyecto, utilizándolo como medio de información, divertido, interesante acorde a la actualidad y edad del receptor. (Blasco & López, 2020).

En conclusión, el abordaje de prevención de trastornos de conducta alimentaria enmarcado en la metodología de Aprendizaje – Servicio, ha demostrado ser una herramienta útil para este objetivo, considerando que la forma de educación tradicional ya no tiene el mismo efecto que antes, a los adolescentes se debe llegar por diferentes medios acorde al desarrollo tecnológico y cambios socioculturales, para lograr los cambios propuestos.

RECOMENDACIONES

1. Los estudiantes que no presentaron riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria, no significa que no son susceptibles de padecerlo, esos estudiantes se deben sentir motivados y apoyados, logrando que puedan mantener un estado de salud óptimo, tanto físico como mental, mejorando su calidad de vida.
2. Los estudiantes que presentaron riesgo de adquirir trastornos de la conducta alimentaria deben ser abordados multidisciplinariamente, por un equipo médico y educativo capacitado: como médicos, psicólogos clínicos, pedagogos, dietistas nutricionistas, con el fin de complementar un diagnóstico totalmente certero y así poder llevar de la mejor manera su tratamiento y rehabilitación.
3. Todos los adolescentes sean que tengan o no riesgo de padecer trastornos de conducta alimentaria, deben ser apoyados e informados con el fin de evitarlos, se puede usar muchas alternativas, como exposiciones educativas, además de implementar un horario establecido para este tipo de actividades, así como también se deben realizar actividades lúdicas con el fin de aprovechar estos espacios de ocio, logrando además una recreación adecuada y saludable.
4. Socializar los resultados del proyecto realizado a las autoridades de la Institución Educativa con el fin de implementarlo para que sea aplicado en los siguientes años lectivos.

CONCLUSIONES

- Se valoró la percepción de los estudiantes acerca de sus propios cuerpos y los Trastornos de Conducta Alimentaria.
- Se utilizó la metodología práctica del aprendizaje-servicio (ApS) para fomentar en los adolescentes el interés sobre este problema y así fueron capaces de despertar un pensamiento crítico e informado.
- Se realizó una campaña de sensibilización que involucró al alumnado y fueron ellos los implicados en la transmisión de la consciencia social a otros adolescentes.
- Se analizó la predisposición de los estudiantes del colegio Daniel Álvarez Burneo de desarrollar trastornos de conducta alimentaria pre y post intervención.

BIBLIOGRAFÍA:

- Anaya, F. (2017). El sexo, factor relevante en los trastornos de la conducta alimentaria. *Enfermería Clínica*, 14(4). [https://doi.org/10.1016/s1130-8621\(04\)73891-7](https://doi.org/10.1016/s1130-8621(04)73891-7)
- Asociación TCA Aragon (2021). Recuperado en 2023 de <https://www.tcaaragon.org/>
- Ayuzo, N., & Covarrubias, J. (Noviembre de 2020). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista mexicana de pediatría*, 86(2). Recuperado el 26 de Julio de 2023, de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0035-00522019000200080
- Bartoll, Ò. C., Peris, C. C., & Piquer, M. P. (2018). Investigación-acción sobre un programa de aprendizajeservicio en la didáctica de la educación física. *Revista de Investigacion Educativa*, 36(1), 277–293. <https://doi.org/10.6018/rie.36.1.270581>
- Berger, U., Schaefer, J. M., Wick, K., Brix, C., Bormann, B., Sowa, M., Schwartze, D., & Strauss, B. (2019). Effectiveness of Reducing the Risk of EatingRelated Problems Using the German School-Based Intervention Program, “Torera”, for Preadolescent Boys and Girls. *Prevention Science*, 15, 557– 569. <https://doi.org/10.1007/s11121-013-0396-4>
- Blanco, A., & López, R. (2017). La posibilidad pedagógica de la red social instagram para aproximar a los estudiantes al género poético. *Innovación Docente y Uso de Las TIC En Educación*.
- Blasco, J. S., & López, R. (2020). Instagram como herramienta de aprendizaje musical en educación secundaria y bachillerato. *Vivat Academia*. <https://doi.org/10.15178/va.2020.151.25-45>
- Calcedo Giraldo, J. G. (2016). Prevención en trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de Educación Secundaria en Cantabria. 8–

147.

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/8422/TesisJGCG.pdf?sequence=1>

Cruz Bojórquez, R. M., Ávila Escalante, M. L., Velázquez López, H. J., & Estrella Castillo, D. F. (2018). Evaluación de factores de riesgo de TCA en estudiantes de nutrición. *Rev. Mex. Trastor. Aliment*, 4(1). <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2013.1.255>

Finol, M., & Vera, L. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. *Mundo Recursivo*, 3(1). [doi:https://udla.brightspace.com//content/enforced/197338-202364-279-TTMZ0392-/1%20Paradigmas,%20enfoques%20y%20m%C3%A9todos%20de%20investigaci%C3%B3n%20an%C3%A1lisis%20te%C3%B3rico.pdf?_&d2lSessionVal=AEj9ac9zCDSg6hK0R5YmF7a26&ou=197338](https://udla.brightspace.com//content/enforced/197338-202364-279-TTMZ0392-/1%20Paradigmas,%20enfoques%20y%20m%C3%A9todos%20de%20investigaci%C3%B3n%20an%C3%A1lisis%20te%C3%B3rico.pdf?_&d2lSessionVal=AEj9ac9zCDSg6hK0R5YmF7a26&ou=197338)

Gaete, V., & López, C. (2020). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. Una mirada integral. *Revista chilena de pediatría*, 91(5). [doi:http://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i5.1534](http://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i5.1534)

Guerrero, B., Valero, L., & Solano, D. (Junio de 2022). Problemas alimentarios en adolescentes y su relación con la dieta en horario escolar. *Escritos de Psicología*, 15(1). [doi:https://dx.doi.org/10.24310/espisiescpsi.v15i1.13679](https://dx.doi.org/10.24310/espisiescpsi.v15i1.13679)

Gómez A, Pindado L, Gómez E, Carral Fernández L, Herrero S, Vázquez-Barquero J. Guía de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria y el sobrepeso. Consejería sanidad y servicios sociales. Dirección General de Ordenación y Atención Sanitaria. Gobierno de Cantabria. 2018. 18 p. [2023]. Disponible en: <http://saludcantabria.es/uploads/pdf/ciudadania/Guia%20Prevencion%20Trastornos%20Conducta%20Alimentaria-2012.pdf>

Hidalgo Vicario, M. I. (2017). Exámenes de salud en la adolescencia. *Pediatría Integral*, 21(4), 231–232.

- Horney, A. C., Stice, E., & Rohde, P. (2018). An Examination of Participants Who Develop an Eating Disorder Despite Completing an Eating Disorder Prevention Program: Implications for Improving the Yield of Prevention Efforts. *Prevention Science*. <https://doi.org/10.1007/s11121-014-0520-0>
- Johnson, C., Burke, C., Brinkman, S., & Wade, T. (2016). Effectiveness of a school-based mindfulness program for transdiagnostic prevention in young adolescents. *Behaviour Research and Therapy*. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.03.002>
- López, C., & Treasure, J. (2021). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: descripción y manejo. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 22(1), 85-97. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-trastornos-conducta-alimentaria-adolescentes-descripcion-S0716864011703960>
- Martinez, M., & Folgueiras, P. (2015). Educacion Superior Cometencias Investigacion Evaluativa 2015. *Revista de Curriculum y Formacion de Profesores*
- Mayor, D.; Rodríguez, D. (2017). Aprendizaje-Servicio: Una práctica pedagógica que promueve la participación del estudiantado para la mejora escolar y social. *Revista Complutense de Educacion*, 28(2), 555–571. https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n2.49623
- Paredes, D. M. (2019). Dimensiones pedagógicas que configuran las prácticas de aprendizaje-servicio. *Páginas de Educación*, 12(2), 23–42.
- Pérez-Gaspar, M., Gual, P., De Irala-Estévez, J., Martínez-González, M. A., Lahortiga, F., & Cervera, S. (2018). Prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria en las adolescentes navarras. *Medicina Clinica*, 114(13). [https://doi.org/10.1016/S0025-7753\(00\)71340-6](https://doi.org/10.1016/S0025-7753(00)71340-6)
- Ruiz-San-Miguel, F.-J., Ruiz-Gomez, L.-A., Hinojosa-Becerra, M., & MaldonadoEspinosa, M. (2020). Uso de Instagram como herramienta de debate y aprendizaje. 2020 15th Iberian Conference on Information Systems and Technologies (CISTI).

- Unikel C, Caballero A. Guía Clínica para Trastornos de la Conducta Alimentaria. Ed. S Berenzon, J Del Bosque, J Alfaro, ME Medina-Mora. México: Instituto Nacional de Psiquiatría. (Serie: Guías Clínicas para la Atención de Trastornos Mentales). 2010. p. 13. [Citado 18 de agosto de 2017]. Disponible en: http://www.inprfcd.gob.mx/guiasclinicas/trastornos_alimentacion.pdf
- Villas, E. (2017). Prevención de trastornos de conducta alimentaria en adolescentes tempranos del norte de España. 1–252.
- Weigel, A., Gumz, A., Uhlenbusch, N., Wegscheider, K., Romer, G., & Löwe, B. (2019). Preventing eating disorders with an interactive gender-adapted intervention program in schools: Study protocol of a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12888-015-0405-1>

ANEXOS

Anexo 1. Cuestionario BSQ-14. Modificado de Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn (1987).

Cuestionario para los alumnos de 1ero a 3ro de bachillerato, Colegio Daniel Álvarez Burneo, Loja.

Por favor, rellene el siguiente cuestionario, valorando de 1 a 6 las primeras 14 preguntas según su percepción, siendo 1 = Nunca, 2 = Raramente, 3 = A veces, 4 = A menudo, 5 = Muy a menudo, 6 = Siempre.

De la pregunta 15 hasta la 19 por favor marque con una X si su respuesta es SÍ, NO o NO LO RECUERDO.

PREGUNTAS	Puntuación (de 1 a 6)
1. ¿Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta?	
2. Estar con chicas delgadas ¿te ha hecho fijarte en tu figura?	
3. Al fijarte en la figura de otras chicas ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?	
4. Estar desnuda (Ejm. cuando te bañas) ¿te ha hecho sentir gorda?	
5. Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías ¿te ha hecho sentir gorda?	
6. ¿Te has sentido excesivamente gorda o redondeada?	
7. ¿Te has sentido acomplejada por tu cuerpo?	
8. Preocuparte por tu figura ¿te ha hecho ponerte a dieta?	

9. ¿Has pensado que la figura que tienes es debido a tu falta de control?			
10. ¿Te has preocupado de que otra gente vea michelines alrededor de tu cintura o tu estómago?			
11. ¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?			
12. Verte reflejada en un espejo o en un aparador ¿te ha hecho sentirte mal con tu figura?			
13. ¿Te has fijado más en tu figura estando en compañía de otras personas?			
14. La preocupación por tu figura ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio?			
	SI	NO	NR
15. ¿Sabes qué riesgos pueden ir asociados a una mala alimentación?			
16. ¿Sabes qué es un trastorno de conducta alimentaria (TCA)?			
17. ¿Has escuchado hablar anteriormente de anorexia y bulimia?			
18. ¿Has escuchado hablar de ello fuera del centro escolar?			
19. ¿Conoces alguna persona en tu entorno que pueda padecer un TCA?			

Anexo 2. CONSETIMIENTO INFORMADO

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS MAESTRÍA EN NUTRICIÓN CLÍNICA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

“FACTORES ASOCIADOS A DESARROLLAR TRASTORNOS DE CONSUTA ALIMENTARIA EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO DANIEL ALVAREZ BURNEO, LOJA, AGOSTO, 2023”

Andrea Jackeline Mora Álvarez portadora de CI. 1104615834, estudiante de la maestría en Nutrición Clínica, solicito se autorice la participación de su hijo / hija o representado en el presente estudio.

PROPOSITO

Este estudio tiene como fin describir y determinar los factores relacionados con alteraciones de la conducta alimentaria en adolescentes del Colegio Daniel Álvarez Burneo.

PROCEDIMIENTOS

La encuesta será realizada con el fin de definir información que ayude a identificar qué factores están relacionados con la aparición de trastornos de conducta alimentaria, toda la información recolectada será de carácter anónimo como estrictamente confidencial, el cuestionario está formado por preguntas

sencillas, con un tiempo de duración para su desarrollo de aproximadamente 20 minutos. El proceso desde la encuesta y la recolección de datos será estrictamente llevada a cabo por la investigadora, además se garantiza que las actividades no interrumpirán la formación académica del estudiante.

RIESGOS- BENEFICIOS

No existirán riesgos que pueda afectar la salud física o mental de los estudiantes del colegio.

BENEFICIOS

Al finalizar la investigación el / la estudiante y la institución se beneficiará adquiriendo conocimientos con respecto a los factores que producen TCA, además que serán inmersos en una campaña de concientización con el fin de evitar esta patología.

INFORMACIÓN DE CONTACTO

En caso de inquietudes: Andrea Mora Álvarez, celular 0987226943

Yo _____ indico que se me ha informado de forma detallada el propósito que tiene la investigación, tengo claro que mi hijo/a o representado / a participará en este proyecto de investigación, por lo anteriormente señalado autorizo la participación de mi representado.

Nombre del representante

Firma

Fecha; _____