



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**Factores asociados a los trastornos de la conducta alimentaria:
Una revisión sistemática**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

AUTORAS:

Diaz Olano, Alexandra Pamela ([orcid.org/ 0000-0003-3970-127X](https://orcid.org/0000-0003-3970-127X))

Valera Garcia, Carmen Ondina ([orcid.org/ 0000-0003-2337-522X](https://orcid.org/0000-0003-2337-522X))

ASESORA:

Dr. Vera Calmet, Velia Graciela ([orcid.org/ 0000-0003-0170-6067](https://orcid.org/0000-0003-0170-6067))

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO – PERÚ

2022

Dedicatoria

Dedicamos este trabajo principalmente a Dios, que nos ha permitido llegar hasta aquí y acompañarnos en todo este camino recorrido y habernos otorgado la vida y brindarnos la oportunidad de seguir nuestro camino profesional.

A nuestros padres, hermanos y familiares por el apoyo incondicional brindando para hacer posible este trabajo. Por su sacrificio y esfuerzo, manifestándonos en todo momento su comprensión, cariño y amor.

A nuestra asesora, por ayudarnos y acompañarnos en la elaboración de este trabajo y por ofrecernos en cada clase su compromiso y dedicación.

Agradecimiento

Agradecemos a nuestros padres y demás familiares por siempre brindarnos el apoyo que requeríamos para desarrollar este trabajo de investigación y guiar en cada momento este gran camino que nos trazamos.

A Dios por habernos otorgado las habilidades y las capacidades suficientes que nos permitieron llevar a cabo hasta el último momento esta presente investigación.

A nuestra alma máter “Universidad César Vallejo” por darnos la oportunidad de ejecutar este estudio y brindarnos en cada oportunidad las herramientas necesarias para culminar este trabajo.

Índice de Contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de Contenidos	iv
Índice de Tablas	v
Índice de Gráficos y Figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	9
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	9
3.2. Muestra y criterios de selección	9
3.3. Técnicas e instrumento de recolección de datos.....	10
3.4. Procedimiento	10
3.5. Método de análisis de datos	12
3.6. Aspectos éticos	12
IV. RESULTADOS	13
V. DISCUSIÓN	24
VI. CONCLUSIONES.....	29
VII. RECOMENDACIONES	30
REFERENCIAS.....	31
ANEXOS.....	39

Índice de Tablas

Tabla 1. Factores asociados a los problemas alimenticios	13
Tabla 2. Factores personales característicos de los TCA	15
Tabla 3. Factores familiares vinculados a los TCA	18
Tabla 4. Factores sociales relacionados a los TCA	20
Tabla 5. Factores de protección necesarios para prevenir los trastornos alimenticios.....	22

Índice de Gráficos y Figuras

Figura 1. Diagrama de flujo de selección de investigaciones cuantitativas referente a los factores asociados a los TCA	11
--	----

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo conocer los factores asociados a los problemas alimenticios a nivel internacional, se utilizó un diseño de revisión sistemática de tipo teórico, se revisaron artículos publicados entre los años 2011 al 2021 en las bases de datos de Scielo, Redalyc, Google académico, ProQuest, Dialnet, Scopus, EBSCO y Science direct, donde se encontraron 55 artículos, de los cuales solamente 30 cumplieron con los criterios de selección. Como resultados se obtuvo que la familia y los medios de comunicación repercuten de manera significativa en la percepción de la autoimagen, debido a los estereotipos impuestos por la sociedad, agregado al uso excesivo de las plataformas virtuales; así mismo, se evidencia deterioro en la autoestima, problemas para la identificación y expresión de emociones. En relación a los factores de protección resaltan la orientación psicológica en los centros educativos, acudir a terapia para tener autocontrol y brindar acompañamiento en los horarios de comida.

Palabras Clave: factores asociados. trastornos alimenticios, adolescentes, jóvenes.

Abstract

The objective of this study was to know the factors associated with eating problems at the international level, a theoretical systematic review design was used, articles published between 2011 and 2021 in the Scielo, Redalyc, Google databases were reviewed. academic, ProQuest, Dialnet, Scopus, EBSCO and Science direct, where 55 articles were found, of which only 30 met the selection criteria. As results, it was obtained that the family and the media have a significant impact on the perception of self-image, due to the stereotypes imposed by society, added to the excessive use of virtual platforms; Likewise, there is evidence of deterioration in self-esteem, problems for the identification and expression of emotions. In relation to the protective factors, psychological counseling in educational centers, going to therapy to have self-control and providing support during meal times stand out.

Keywords: associated factors. eating disorders, adolescents, young people.

I. INTRODUCCIÓN

Por lo que se refiere a los problemas de la conducta alimentaria se definen como aquellos pensamientos distorsionados que repercuten en la ingesta de alimentos, visualizándose en individuos que muestran patrones de conductas obsesivas al momento de comer, distinguiéndose principalmente por dos conductas, el consumir alimentos en exceso y el dejar de consumirlos, estos a causa de un impulso psicológico y no por una necesidad o deficiencia fisiológica (Méndez, 2018). Al mismo tiempo, estos trastornos son representados por un conjunto de patologías individuales que comparten ciertas características, aunque se diferencian significativamente en cuanto a sus expresiones físicas, psicológicas y conductuales (Urzúa, 2011). En cuanto a estos trastornos se encuentran clasificados en el Manual Diagnóstico y estadístico de enfermedades mentales, como Trastornos Alimentarios y de la ingesta de alimentos, llegando a ser un grupo de enfermedades muy complejas y graves, que están ligadas a un alto riesgo de mortalidad y patología (Gaete & López, 2020).

Como se puede inferir los TCA traen consecuencias severas entre ellas la morbilidad, mortalidad y afecciones en la vida de la persona, registrándose altas tasas de muerte, debido a que se ven afectados gran parte de los sistemas corporales y órganos repercutiendo su adecuado desarrollo, a su vez estas complicaciones de salud son causadas por la desnutrición, atracones y las purgas a las que se someten las personas, y a pesar que muchos mejoran al tratar estas alteraciones, otras son irreversibles y llevan a la muerte (Jagielska & Kacperska, 2017). Como ya se ha establecido los TCA son enfermedades que dañan severamente la salud del individuo, llegando a ser crónicas y mortales, no obstante, el pronóstico de estos casos puede variar dependiendo de diversos factores como un diagnóstico tardío o tipo de TCA, a partir de esto se presume que el 20% de las personas con este trastorno llegan a ser un caso crónico (Ayuzo & Covarrubias, 2019).

Con todo lo anterior, se puede establecer la gravedad y prevalencia de estos trastornos, lo cual se respalda mediante las cifras de casos que año a año van en aumento, sin embargo, no se puede determinar cifras exactas dado que muchas personas que lo padecen nunca han sido diagnosticadas o no han recibido

tratamiento, a pesar de esto las cifras que se registran anualmente son preocupantes. Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud reportó una cifra de 16 millones de individuos a nivel mundial que presentan enfermedades de anorexia y bulimia nerviosa, siendo así que la anorexia nerviosa presenta una alta tasa de muerte entre las enfermedades mentales (Salina. 2020). Del mismo modo, al revisar datos internacionales cerca 400.000 españoles sufren de algún trastorno alimenticio de las cuales 300.000 de ellos son personas entre las edades de 12 a 24 años de ambos sexos, lo cual evidencia que es una enfermedad severa en los adolescentes y jóvenes (Asociación TCA Aragón, 2020).

Referente a las estadísticas Nacionales se conoce que muchos de los peruanos y peruanas, viven preocupados por los alimentos que consumen y por su imagen corporal. De acuerdo al Ministerio de salud (MINSA) refieren que el 11.5% de nuestra población en total presentan problemas alimentarios, alcanzando una mayor prevalencia en el sexo femenino al ser el 15% de ellas las que lo padecen. Mientras que en la población de adolescentes la prevalencia de esta enfermedad llega a ser de entre el 7% al 11% del total. A la vez, es preciso mencionar el efecto de la pandemia en la vida de las personas con TCA, siendo así que nueve de cada diez personas, es decir, el 87% de los pacientes peruanos han agravado en sus síntomas producto de la pandemia, empeorado a causa del aislamiento social que fue declarado, debido a que la atención médica-psicológica se ha visto restringida, también el área social se ha visto afectada limitando el acceso de una red de apoyo, ocasionando la presencia de recaídas e incremento de malos hábitos alimenticios (Chumpitaz, 2020).

En base a lo estipulado previamente, se recalca la importancia de haberse llevado a cabo una revisión sistemática acerca de factores asociados a los problemas alimentarios, con la finalidad de haber realizado una investigación exhaustiva y sustentable a partir de una profunda revisión de diversas investigaciones que traten sobre la variable en estudio; ahora bien a razón de las altas cifras encontradas sobre dicha problemática, se creyó conveniente ejecutar la investigación en función a la siguiente pregunta: ¿Cuáles son los factores relacionados a los problemas alimentarios a nivel internacional?

En lo que concierne a la justificación, la presente investigación va contribuir de manera teórica a la identificación de factores asociados a los trastornos alimenticios. En cuanto, a la relevancia práctica con los resultados obtenidos los psicólogos, estudiantes y especialistas de la salud mental van a conocer más referente a los factores asociados de los trastornos alimentarios, que les va ayudar a elaborar programas de prevención y/o promoción en diferentes poblaciones. Con respecto a la relevancia metodológica, esta investigación va aportar en futuras investigaciones relacionadas a la variable. Finalmente, en relevancia social, la población en general será beneficiada, puesto que se realizará una minuciosa revisión bibliográfica de los factores asociados a los trastornos alimentarios, lo cual contribuirá como aporte al conocimiento científico.

Es así que se propone como objetivo general para la investigación Conocer los factores asociados a los problemas alimenticios a nivel internacional, y partir de este se abarcan cuatro objetivos específicos, como primer objetivo específico Describir los factores personales característicos de los problemas con TCA; como segundo objetivo específico Describir los factores familiares vinculados a los TCA, como tercer objetivo específico Detallar los factores sociales asociados a los problemas de conducta alimentaria y por último como cuarto objetivo específico Explicar los factores de protección necesarios para prevenir los trastornos alimenticios.

II. MARCO TEÓRICO

Referente a los antecedentes, tenemos en Madrid a Mendizábal (2021) el cual llevó a cabo una investigación donde analizó la relación directa de las redes sociales en la apariencia física y su inclinación a desarrollar problemas alimenticios. El autor recolectó para su investigación la base de datos bibliográficas de plataformas como Dialnet, PubMed, PsycInfo, PsicoDoc y Web of Science, de las cuales llegó a seleccionar 66 artículos para su estudio, donde concluye que las personas con problemas alimenticios reciben una significativa influencia por parte de las redes de comunicación y la familia, dado que estas promueven el desarrollo, favorecen la mantención del trastorno y dificultan la búsqueda de ayuda o tratamiento.

Asimismo, en Colombia encontramos a Céspedes, et al. (2020) con su investigación en la cual realizaron una revisión sistemática sobre las diversas características, prevalencias, conceptualizaciones, factores de riesgo y manejo de los TCA, para lo cual reunió su base de datos de revistas como Scielo, Pubmed y Medline, llegando a encontrar 15 mil quinientos artículos, de los cuales seleccionaron 20 artículos. A partir de esto, los autores concluyeron que los trastornos alimenticios son una condición que repercute considerablemente a los adolescentes y adultos jóvenes, los cuales se presentan a causa de diferentes interacciones que tiene la persona en las áreas de nivel personal, social y psicológico, del mismo modo, estos problemas necesitan de un tratamiento multidisciplinario para lograr la recuperación total del paciente.

Por otro lado, en Bogota, Ríos y Torres (2015) en su investigación buscaban conocer aquellos determinantes socioculturales relacionados a los TCA en los adolescentes de latinoamérica teniendo como base de datos de su revisión artículos científicos publicados desde el año 2004 hasta el 2014, los cuales fueron consultaron en los bancos de Scielo, Cochrane Library, Scopues, EBSCO, PubMed, Science Direct, JTOR, EMBASE e ISI WEB, llegando a encontrar 11.043 artículos, siendo 326 los que se relacionaban con el tema de estudio y al final de estos se llegó a seleccionar 44 artículos que iban acorde a los criterios de inclusión de los autores. A partir de lo anterior, se concluye que la familia, la sociedad y el nivel económico tienen un papel fundamental en la autoimagen de los adolescentesy/o

jóvenes que padecen trastornos alimenticios, denotando un impacto significativo en los determinantes socioculturales en dicha problemática.

En lo que respecta al marco teórico, tenemos a Berny et al. (2020), quienes sostienen que los TCA se caracterizan por ser enfermedades de causas multifactoriales de índole psiquiátrico, las cuales se distinguen por tener una excesiva preocupación por la imagen corporal, es decir, existe una obsesión por el peso y alimentación, ocasionando en muchos casos graves afectaciones en su salud física, social y psicológica.

En base a lo anterior se establece que los comportamientos o hábitos alimenticios de los pacientes que padecen algún TCA son visiblemente atentados o un tipo de violencia en contra de su salud física y mental, que en muchos casos los puede llevar a la muerte, siendo así que los pacientes diagnósticos con trastornos alimenticios tienen índices de conducta suicida 18 veces más elevados que la población común, ante lo estipulado podemos determinar que este tipo de trastornos puede llegar a ser una clara práctica autolesiva. De esta manera, entre las consecuencias que esta violencia trae al paciente tenemos en primer lugar las físicas, en las cuales resaltan, la disminución considerable y preocupante del peso, llegando a la destrucción, las atrofia ósea, donde la se deteriora la densidad y se crece el riesgo de fracturas, complicaciones en el sistema endocrino, como la aparición de la amenorrea (en caso de las mujeres), disfunciones cerebrales, donde se nota la disminución de las sustancias gris y blanca, alteraciones en el sistema cardiovascular, que conlleva un derrame pericárdico, atrofia miocárdica y también problemas gastrointestinales, derivando a cáncer de estómago o garganta a causa de los constantes vómitos (Herpertz-Dahlmann, 2017). En segundo lugar, como consecuencias psicológicas se reflejan cambios en el estado de ánimo, que se dan entre la irritabilidad y pasividad, aislamiento social, depresión que desencadena en muchos la presencia de ideas y conductas suicidas, que en casos más graves llega al suicidio en sí, a causa de la insatisfacción corporal, y el no cumplir con el ideal de belleza, ansiedad al momento de ingerir algún alimento o después de ingerirlo, y en muchos casos conductas autolesivas que sirven como compensación o castigo por haber ingerido algún alimento (Lock, 2015).

Ahora bien, los TCA se dan de diferentes formas, no obstante, los más conocidos y comunes son la anorexia y bulimia; y en base a la última edición del Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM-V) publicada en el año 2013 los TCA se categorizan como “Trastornos Alimenticios y de la Ingestión de Alimentos”, y se subdividen en anorexia nerviosa de tipo restrictivo y tipo atracones, bulimia nerviosa, trastorno por atracón y por último otros trastornos alimentarios o de la Ingestión especificado y no especificado.

Por otro lado, al hablar de los factores de riesgo que predisponen a una persona a padecer algún TCA, diferentes investigaciones y estudios han dado a conocer diversos causales que influyen en su desarrollo y prevalencia, entre los cuales resaltan los factores psicológicos familiares y sociales (Schaumberg et al., 2017).

Referente a los factores psicológicos Pool (2016), postula que intervienen el tipo o rasgos de personalidad del individuo, es así como, las personas que son narcisistas, dependiente y compulsivos muestran una tendencia a padecer la anorexia nerviosa, mientras que los son, agresivos, antisociales y sádicos van relacionados a poner en práctica las conductas purgativas (Espinosa 2019). Además, evidencian una inadecuada gestión de emociones, miedo a cometer errores, desmesurada atención al detalle y rigidez, a su vez, poseen altas expectativas, tienen la tendencia de complacer a los demás (García & Gonzales, 2019), inestabilidad emocional, generando preocupación excesiva sobre la alimentación, miedo por ganar peso, pérdida de la autonomía y autoconfianza. Asimismo, en la persona se ven 3 áreas afectadas: Teniendo como primero la presencia de un trastorno de magnitudes delirantes de la imagen corporal; como segundo la presencia de interpretaciones cognoscitivas inadecuadas e indefinidas de los estímulos y necesidades de su cuerpo, que lleva al paciente a no ser consciente de la sensación de hambre, y como tercero y último una sensación agobiante de ineffectividad que ocasiona la idea de que se comporta en respuesta a la influencia de otras personas y no por voluntad propia (Pool, 2016).

Con respecto, a los factores familiares Gaete y López (2020) resaltan la influencia de la familia en las personas con TCA, y como ejemplo de ello están las críticas o violencia psicológica basada en la ridiculización y humillación que reciben

por parte de sus familiares acerca de su figura, peso y alimentación. De igual manera, resalta la inadecuada dinámica familiar, en especial entre los padres, donde la madre sufre maltrato, lo cual provoca que se encuentre anulada de ejercer su rol de materno de protectora y cuidadora, además de ser víctima de un padre violento y el crecer en este ambiente hostil y agresivo; todo ello va a determinar que la persona adopte la violencia como un estilo de vida que derivará posteriormente en violencia contra sí mismo reflejada en la inseguridad e inferioridad ante los demás (Gil, 2019).

Desde otro punto, dentro de los factores sociales, se resalta la violencia simbólica, que es un tipo de violencia invisible y pasiva, que llega hasta el punto de no ser cuestionada, siendo percibida como algo normal, la cual se gesta desde las creencias, valores y costumbres de la sociedad (Aparicio, 2015), presentándose a través de la cosificación de las mujeres, la falta de diversidad de roles y los cuerpos idealizados o perfectos que se difunden por la sociedad, es así que las redes sociales o medios de comunicación son las encargadas de promover esta violencia influyendo significativamente en las personas, imponiendo estándares de belleza que se basan en la delgadez, implantando la idea de que si no se cumple con ese estándar los individuos no serán aceptados o exitosos, lo cual provoca que se sientan obligados y presionados por obtener ese ideal de belleza a toda costa, causando deficiencias en la autoestima, autopercepción y problemas relacionados a la alimentación, que pueden llegar a ser permanentes (Frisón, 2017).

Por otro lado, encontramos a los factores protectores en donde establecen la manera de prevenir la incidencia o mantención de dicho trastorno, ante ello De los Ángeles (2011) menciona la importancia de tener una relación asertiva con uno de los padres o familiares cercanos; una educación con normas establecidas y claros límites; tener experiencias de autoconfianza, autoeficacia y una autoimagen positiva; tener flexibilidad para el afrontamiento efectivo; consignar un significado subjetivo y positivo al estrés y al afrontamiento, en relación con las cualidades de la etapa del desarrollo y tener un afrontamiento eficaz ante los eventos estresantes que se presenten, a su vez, se resalta la comunicación efectiva y la interacción de la persona con su entorno familiar como un indicador de protección relacionado a los estilos saludables en los adolescentes. Por otro lado, Martínez et al. (2017)

sustentan que la estabilidad de un vínculo afectivo y el apoyo familiar son esenciales para favorecer los recursos internos de la persona. Consiguientemente Godoy et al. (2020) postula que los horarios de comida desde la infancia son importantes para el establecimiento de la rutina al comer, siendo esencial la enseñanza de la toma del desayuno desde temprana edad, asimismo, los modelos de los cuidadores hacia los estilos de salud deben de ser transmitidos mediante la práctica de ejercicio y la visita a un nutricionista para que pueda orientar la manera adecuada de modelar los hábitos alimenticios.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El tipo de investigación que se utilizó en el presente estudio fue teórico, puesto que centramos en recolectar información, y de acuerdo a Rojas (2015) el tipo de investigación teórico se encarga de recoger información de una variable en particular que ha sido estudiada previamente, teniendo en consideración los diversos contextos en lo que han sido desarrolladas.

Por otro lado, el diseño en el que desarrollamos el trabajo es una revisión sistemática, debido que realizaremos un estudio de otros estudios publicados previamente, siendo así que una revisión sistemática se base en hacer una revisión de estudios, elaborando una recolección de datos en base a un procedimiento sistemático (Moreno, et al.,2018).

3.2. Muestra y criterios de selección

La investigación se ejecutó considerando los criterios de inclusión, tales como los estudios realizados a nivel internacional que se hayan centrado en investigar los factores relacionados a los trastornos alimenticios en la población de adolescentes y adultos jóvenes que se encuentren entre el año 2011 al 2021 con una prevalencia en los idiomas de español, inglés y portugués. Asimismo, se va considerar los artículos con diseño de investigación descriptiva, correlacional, explicativa y experimental. No obstante, se excluyó los estudios que sean de tipo cuantitativo y que hayan sido publicados antes del año 2011.

En relación a los bancos que fueron consultados, tenemos a: Scielo, Redalyc, Google académico, ProQuest, Dialnet, Scopus, Ebsco y Science direct,utilizando las palabras claves “trastornos de la conducta alimentaria” “eating problems”, “Desordem alimentar” “Anorexia”, “Anorexy”, “Bulimia”, “Factores familiares de los trastornos alimenticios” “Familial Factors of Eating Disorders” “Fatores familiares de transtornos alimentares”, "Factores sociales de los trastornos alimenticios ", "Social factors of eating disorders" "Fatores sociais de transtornos alimentares", "Factores personales de los trastornos alimenticios" "Personal factors of eating problems " "Fatores pessoais de transtornos alimentares", "Factores de riesgo de los trastornos alimenticios " "Risk factors for

eating disorders" "Fatores de risco para transtornos alimentares", "Factores de protección de los trastornos alimenticios " "Protective factors for eating problems " "Fatores de proteção para transtornos alimentares". De este modo la recopilación de información se ejecutó desde la segunda semana del mes febrero hasta la tercera semana del mes de abril.

3.3. Técnicas e instrumento de recolección de datos

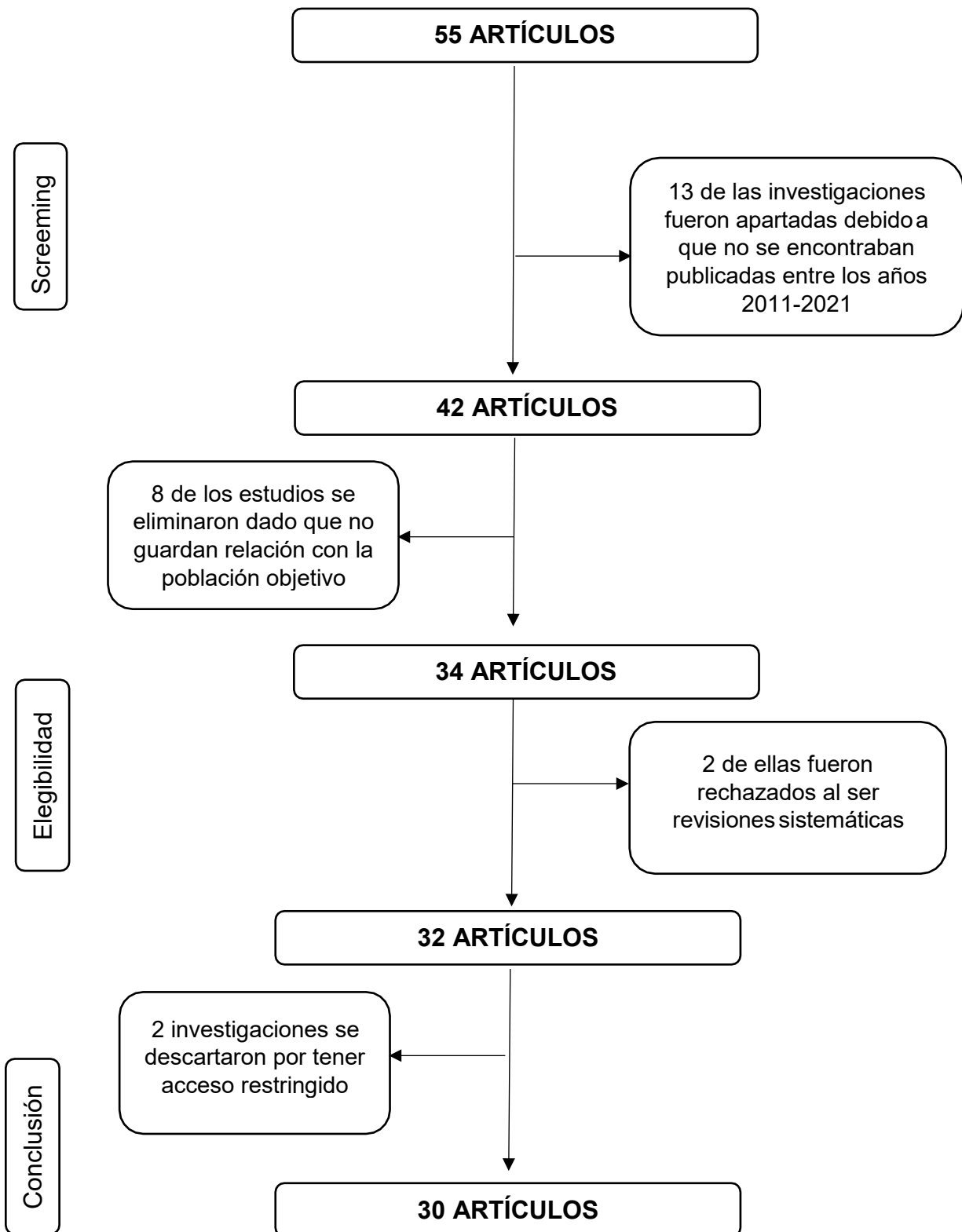
La técnica seleccionada con la que se llevó a cabo el estudio fue la de análisis documental, la cual está comprendida por la investigación técnica, cuya finalidad consiste en indagar, rescatar, interpretar, analizar, criticar y exponer investigaciones solidificadas de manera sistemática, basándose en la investigación de fuentes oportunas y sustentables al tema de estudio (Ortega et al., 2015).

Como instrumento que se utilizó en la investigación tenemos la lista de cotejo, la cual fue de utilidad para validar eficaz y útilmente por medio de la observación en la revisión de artículos, en base a criterios previamente establecidos (Romo, 2015).

3.4. Procedimiento

El procedimiento que se siguió en este estudio tuvo en cuenta diversos pasos, dentro de los cuales el primero fue el establecimiento del informe como una revisión sistemática, como segundo se concretó el resumen en base a las consideraciones de PRISMA 2020, en tercera instancia se realizó la introducción mencionando datos estadísticos de la variable a estudiar y la importancia de poder trabajar ello, manifestando la formulación del problema, justificación y objetivos de investigación; posteriormente, en cuanto a la metodología se establecieron los criterios de aceptabilidad, base de datos para la búsqueda de los estudios y finalmente como último paso, en método de síntesis se expone el procesamiento de la elección del estudio para la síntesis (Page et al., 2021).

Figura 1. Diagrama de flujo de selección de investigaciones cuantitativas referente a los factores asociados a los TCA.



3.5. Método de análisis de datos

Al ejecutar el método de análisis de datos se consideró artículos científicos que donde se haya investigado acerca de los factores relacionados a los problemas alimentarios en adolescentes y jóvenes adultos en los periodos del 2011 hasta el 2021, así mismo, se ha creyó conveniente considerar las palabras claves para su búsqueda en los idiomas de portugués, español e inglés. Se tomó en cuenta la utilización de las reglas de la 7ma edición de la American Psychological, con la finalidad de poder desarrollar los objetivos establecidos, analizando la información de los estudios hallado, igualmente, se utilizó la tabla número 4 para la calificación de los estudios encontrados, de esta manera se pudo identificar si las investigaciones presentan un método claro, así como también, si cumplen con los objetivos planeados, si mantienen una recolección de datos adecuados, además, si guarda relación los objetivos, discusión y conclusiones en base a la explicación teórica. Ante lo mencionado, se evaluó mediante tres criterios, los cuales son, si cumple en su totalidad, parcial y si no cumplieron.

3.6. Aspectos éticos

Como autoras tomamos en cuenta el código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2018) donde se manifiesta en el artículo 96 la consideración de los autores originales de las investigaciones a utilizar como antecedentes y marco teórico, del mismo modo, nos direccionamos en base al artículo 79 el cual hace referencia al uso de la ética como defensor de los estudios, amparando los derechos humanos y de los colaboradores.

Por otra parte, según Noreña et al. (2012) sustenta que el rigor científico vela por la preservación del espíritu de la investigación cualitativa, como la lealtad, las reglas y normas estipuladas, posibilitando la valoración de la aplicación del método científico de manera detallada y viable.

IV. RESULTADOS

Tabla 1. Factores asociados a los problemas alimenticios

Autor	Título del artículo	Factores asociados a los problemas alimenticios
Gómez, et al. (2017)	Prevalencia y factores de riesgo alimentario en población indígena de Colombia	Trastorno afectivo
Maldonado, et al. (2020)	Funcionamiento neuropsicológico en los TCA: Un estudio comparativo	Impulsividad y dificultad para cambiar de creencias y conducta
Castaño, et al, (2012)	Prevalencia de riesgo de los TCA en una mujeres estudiantes de Colombia, 2011	Consumo de sustancias psicoactivas
Moreno y Londoño (2017)	Factores Personales y familiares de riesgo de los TCA en Jóvenes	Descontento con su figura, ser mujeres y tener un alto IMC. Censura, intrusión, crítica excesiva y escaso soporte de los padres
Berengüí, et al. (2016)	Dissatisfaction with physical appearance, risk behaviors and eating disorders in college	Insatisfacción, obsesión, problemas de autoestima, alienación personal, inseguridad, desbalances emocionales.
Suclla, et al. (2015)	Factores asociados de los TCA en universitarios de primer año de carreras biomédicas	Ser víctimas de bullying y estar expuestos a burlas y críticas. Pasar muchas horas en las redes sociales
Cruz, et al. (2013)	Evaluación de factores de riesgo de TCA en universitarios de la carrera de nutrición	IMC, inadecuada percepción, control del peso, alexitimia y episodios ansiosos. La sociedad influye en la imagen corporal
Camino, et al. (2017)	Risk factors of TCA university students: Assessment of vulnerability by age and sex	Deseo por bajar de peso e insatisfacción corporal
Saucedo, et al. (2015)	Prevalencia de factores de riesgo de los TA en universitarios hidalguenses	Obesidad, preocupación por el peso e ingesta de alimentos.
Emiro y Castañeda (2020)	Risk factors for eating disorders and management of social networks in sportspeople from the city of Medellin, Colombia.	Uso de redes sociales como medio para tener aprobación
Pascual, et al. (2011)	Las emociones como factor predisponente de los TCA	Baja autoestima, alexitimia, comportamientos impulsivos, dificultad emocional, actitud negativa, ansiedad, necesidad por mantener el control

Scappatura, et al. (2017)	Dimensiones del perfeccionismo en adolescentes con TCA	Elevado perfeccionismo desadaptativo, baja autoestima alineación por la delgadez.
Sáenz, et al. (2011)	Hábitos y TCA relacionados a factores Sociodemográficos, de apariencia física y comportamentales en universitarios de Cartagena, Colombia	Influencia de carga educativa
Pamies y Quiles (2014)	Perfeccionismo y factor de riesgo a padecer los TCA en adolescentes de España del sexo femenino y masculino	Perfeccionismo, auto imposiciones alejadas de la realidad
Rodríguez, et al. (2015)	Alimentación familiar y apreciación predisponente en los TCA	Influencia de los hábitos alimenticios familiares

La tabla 1 nos muestra que el 60% de los artículos analizados consideran que la baja autoestima es uno de los principales problemas asociados a los trastornos de la conducta alimentaria. Así también un 33.3% encontramos el estar expuestos a burlas y críticas, mientras que el 20% de los casos se asocia con el buscar el perfeccionismo.

Tabla 2. Factores personales característicos de los TCA

Autor	Instrumento	Factores personales característicos
Moreno y Londoño (2017)	<ul style="list-style-type: none"> - Test Escala Abreviada de Actitudes Alimentarias - IMC - Encuesta de Comportamiento Alimentario - Cuestionario de la Figura Corporal - APGAR Familiar - Family Emotional Involvement and Criticism Scale 	<p>Muestran descontento con su figura corporal, que a su vez es influenciada por características del IMC y ser del sexo femenino</p>
Berengüí, et al. (2016)	<ul style="list-style-type: none"> - Inventario de trastornos de la conducta alimentaria (EDI-3) 	<p>Evidencia de insatisfacción en cuanto a su imagen corporal, obsesión por ser delgados, ascetismo, problemas de autoestima, inseguridad, desbalances emocionales y miedo a madurar.</p>
Saucedo, et al. (2015)	<ul style="list-style-type: none"> - Escala de factores de riesgo asociados a TA - Cuestionario de Influencias sobre el Modelo Estético Corporal - Escala de Factores de Riesgo Asociados a TA - Cuestionario breve para medir CAR - Escala de Actitudes hacia la Figura Corporal 	<p>Mujeres con obesidad con preocupación por su peso e ingesta de alimentos. Asimismo, los varones con desnutrición muestran insatisfacción corporal. Desde otro punto, quienes han interiorizado la cultura de la delgadez, sumado a la diferencia entre su peso real y el "ideal", tienen a presentar insatisfacción corporal y conductas alimentarias de riesgo.</p>
Pascual, et al. (2011)	<ul style="list-style-type: none"> - Escala de Ansiedad-Rasgo - Escala de Alexitimia de Toronto - Escala de Creencias Negativas sobre uno Mismo - Escala de Actitudes hacia la Expresión Emocional - Escala de Percepción de las Emociones Corporal en el Estado de Ánimo. - Escala de Necesidad de Control. <ul style="list-style-type: none"> - Responses to Stress Questionnaire 	<p>Presencia de baja autoestima, alexitimia, comportamientos impulsivos, problemas para expresar e identificar las emociones, comportamiento inadecuado al momento de expresar sus emociones, presencia de ansiedad, necesidad por mantener el control de lo que les rodea como factores de riesgo para desarrollar problemas alimenticios</p>
Scappatura, et al. (2017)	<ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario Sociodemográfico y de Sintomatología Específica de Trastornos Alimentarios <ul style="list-style-type: none"> - Eating Disorders Inventory - Eating Disorder Examination 	<p>Personas con problemas alimenticios manifiestan un elevado perfeccionismo desadaptativo, una baja</p>

	- Almost Perfect Scale-Revised	autoestima y una alineación en base a la delgadez.
Pamies y Quiles (2014)	- Cuestionario de variables sociodemográfica - Eating Attitude Test - The Child and Adolescent Perfeccionism Scale	Indicadores de perfeccionismo dirigidos a la práctica de dietas, y ser perfectos en todo lo que realicen. Además, los adolescentes y jóvenes tienden a realizar auto imposiciones alejadas de su realidad, por lo cual siente una presión constante.
Borda, et al. (2015)	- Cuestionario de factores de riesgo - Test DASS 21 - Test de Rosenberg - Body Shape Questionnaire - Bulimia Test of Edinburgh - Eating Disorder Inventor - Cuestionario sociodemográfico	Estado de sobrepeso, presencia de ansiedad, depresión y estrés, asimismo, inconformidad con su aspecto físico, así como la rutina de saltar comidas o comer algo entre comidas.
Cruz, et al. (2013)	- Percepción de problema de alimentación - Percepción de la imagen corporal - Sobrevaloración de la imagen corporal - Consumo de sustancias adictivas - Escala de Ansiedad-Rasgo - Escala de Alexitimia de Toronto	Factores como el peso, el IMC, la apreciación de la apariencia física y delgadez, control obsesivo del peso, evidencia de alexitimia y episodios ansiosos. Por otro lado, historial de consumo de alcohol y drogas.
Pamies y Aquiles (2012)	- Cuestionario de variables sociodemográficas - Eating Attitude Test - Las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes	Se identifica una ausencia de estrategias de afrontamiento, siendo generalmente evitativos, además tienden a auto inculparse de sus problemas, y recurrir al llanto, gritos, bebidas o drogas. La población de sexo femenino denota un grado mayor de distorsión de la apreciación de la apariencia física que el sexo masculino
Ninoshtka et al. (2013)	- Eating Attitudes Test (EAT) - Escala de evaluación de la imagen corporal de Gardner	El resultado de la investigación hace referencia a la falta de control inhibitorio y comportamientos ansiosos.
Maldonado, et al. (2020)	- WAIS-III - Prueba de Memoria Lógica de Rivermead - Test de Stroop - Test de la Figura Compleja de Rey - Inventario de depresión de Beck, BDI-II - Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria, EDI-3	Asimismo, se denota una asociación con la depresión y propensión a la delgadez, evidenciándose alteraciones funcionales y estructurales en regiones cerebrales

		involucradas en la regulación emocional. Las personas con AN tienen mayor prevalencia en padecer alexitimia, a su vez, tienen pensamientos direccionados hacia el perfeccionismo exterior. Por otro lado, las pacientes diagnosticadas con BN evidencian problemas para identificar señales de tipo emocional, las cuales denotan sumisión y dependencia. La insatisfacción de la apariencia física predice los factores predisponentes de la AN. Mientras que, la relación de la insatisfacción de la apariencia física, la persuasión de las redes comunicativas y el IMC predice el riesgo de tener BN; es así como es mayor la aportación de la insatisfacción de la apariencia física en ambos modelos para desarrollar los TCA.
Behar (2011)	<ul style="list-style-type: none"> - El Test de Actitudes Alimentarias - El Inventario de Desórdenes Alimentarios - La Escala de Alexitimia de Toronto - La Escala de Asertividad 	
Franco et al. (2013)	<ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario de Actitudes Alimentarias (EAT-40) - Cuestionario de Bulimia de Edimburgo - Cuestionario de Imagen Corporal - Cuestionario de Influencias del Modelo Estético Corporal 	
Rutzstein, et al. (2014)	<ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario sociodemográfico y de sintomatología específica de trastornos de la conducta alimentaria - Inventario de Trastornos Alimentarios-3 	La población de adolescentes con TCA evidencian niveles de baja autoestima y perfeccionismo mayores en comparación de sus coetáneos que no tiene TCA ni riesgo a padecerlo.
Silva y Escudero (2014)	Test EAT-26	Se percibe conductas de angustia por subir de peso, pensamientos relacionados a las calorías que quemar por hacer ejercicio y disgusto por probar alimentos, como factores desencadenantes a padecer TCA.
Camino, et al. (2017)	<ul style="list-style-type: none"> - Inventario de TCA. - Cuestionario de Remisión 	Deseo de bajar de peso, obsesión por estar delgados, insatisfacción corporal, adaptación de comportamientos para no subir de peso.

La tabla 2 demuestra que el 50% de las investigaciones seleccionadas, resaltan que la insatisfacción corporal es uno de los factores personales característicos de los TCA, así mismo, como segunda característica se encuentran problemas para expresar e identificar las emociones con un 25% y como tercera con un 18.75% evidencian problemas de autoestima.

Tabla 3. Factores familiares vinculados a los TCA

Autor	Muestra	Factores familiares vinculados a los TCA
Moreno y Londoño (2017)	208 participantes, 104 eran adolescentes estudiantes entre 11 y 18 años, y 104 familiares de 30 a 57 años que cada joven consideraba significativo	Determinantes como la censura, intrusión, crítica excesiva y el escaso soporte de los padres, son componentes que originan un distanciamiento familiar, sumado a esto, la edad de los padres e historial de TCA en la familia, llegan a ser indicadores de riesgo
Borda, et al. (2015)	149 sujetos de 14 a 18 años del sexo femenino y masculino	Prevalencia de problemas económicos, influencia negativa por parte de la familia relacionado a su imagen corporal, del igual manera, el haber perdido un familiar significativo recientemente
Rodríguez, et al. (2015)	30 padres y madres de pacientes con TCA diagnosticados en función de los criterios del DSM-V	Los hábitos alimentarios de la familia influyen en las personas con TCA, además son ellos los que uno de los motivos más grandes para desarrollar este trastorno.
Maldonado, et al. (2020)	38 mujeres de 13 y 25 años, 19 tienen el diagnóstico de TCA y 19 no cuentan con dicho diagnóstico	Las características familiares de primer grado, tales como la incapacidad de poder cambiar de creencias y conductas, impulsividad y dificultades para la integración de información son predictores para el desarrollo de los TCA
Lejía, et al. (2011)	36 pacientes mujeres adolescentes hospitalizadas en el Hospital Psiquiátrico Infantil Dr. Juan N. Navarro.	La disfunción familiar está relacionada con la gravedad de los síntomas bulímicos y la baja autoestima.
Ponce, et al. (2017)	440 universitarios de medicina de primer año de la USMP matriculados en el 2013	Influencia de la familia al respecto de la imagen corporal, sumado a esto está la presión por parte de los familiares, que los lleva a sobrestimar su aspecto físico, a pesar de ir en contra de su salud
Beato, et al. (2016)	166 pacientes españolas del sexo femenino que acudieron a tratamiento ambulatorio en la Unidad de TCA del Hospital General Universitario de Ciudad Real	Las actitudes de los padres tienen una función importante en la aparición, mantención y pronóstico del trastorno. En la fase de tratamiento la sobreprotección que los padres le

dan a sus hijos invalida sus capacidades y les da menos eficiencia al momento de superar el TCA.

La tabla 3 pone en evidencia que el 42.8% de los estudios señalan que las críticas excesivas hacia la imagen corporal por parte de los padres es uno de los factores vinculados a los TCA, a su vez, el 28.7% la disfunción familiar, mientras el 14.3% resaltan los hábitos alimentarios que se practican en la familia.

Tabla 4. Factores sociales relacionados a los TCA

Autor	Diseño	Factores sociales relacionados a los TCA
Suclla, et al. (2015)	Estudio trasversal analítico	<p>Ser víctimas de bullying ocasiona en los hombres insatisfacción física, de igual manera, en las mujeres las burlas y críticas causan el mismo efecto haciéndolos susceptibles.</p> <p>Pasar muchas horas en las redes sociales causa presión social, siendo espacios de agresión sobre la figura corporal.</p> <p>Los varones se sienten persuadidos por los medios de comunicación</p>
Cruz, et al. (2013).	Estudio trasversal descriptivo	<p>Por otro lado, ambos sexos muestran una relación significativa entre la asimilación de un modelo de delgadez promovido por los medios de publicidad la insatisfacción de la apariencia física</p>
Emiro y Castañeda (2020)	Estudio cuantitativo descriptivo de corte trasversal	<p>La relación entre el uso de las redes de comunicación como medio para tener la aprobación de la autoimagen llega a causar comportamientos alimentarios anormales e incrementar el riesgo de presentar un TCA.</p>
Sáenz, et al. (2011)	Estudio de corte trasversal	<p>Desarrolló de trastornos alimenticios está altamente influenciado por componentes conectados con los deberes académicos, los cuales demandan mucho tiempo, a su vez su presencia repercute en el nivel académico de las personas.</p>
Rodríguez, et al. (2015)	Estudio de análisis exploratorio, descriptivo de contexto clínico	<p>Los adolescentes hacen uso de las redes sociales como medio para pertenecer a grupos pro anorexia y bulimia, en los cuales se contribuye al desarrollo, mantención y/o posibles recaídas del trastorno.</p>
Corteza, et al. (2016)	Estudio exploratorio y descriptivo	<p>Los adolescentes brindan importancia sobrevalorada a la delgadez, lo cual contribuye a la insatisfacción de la apariencia</p>

Lazo,et al. (2015)	Estudio transversal analítico	<p>física, a través de prototipos sociales siendo influenciado por los medios de comunicación, específicamente las redes de comunicación digitales.</p> <p>Los medios de comunicación representan un alto nivel de influencia en la población de adolescentes, a sí mismo, se evidencia que dicha población que tienen mayor influencia presenta una elevada probabilidad para desarrollar los TCA</p>
--------------------	-------------------------------	--

La tabla 4 denota que el 42.8% de los artículos revisados postulan que el uso prolongado e irresponsable de las redes digitales es uno de los factores sociales relacionados a los TCA, seguidamente el 28.5% de los autores establecen que los medios de comunicación influyen significativamente en las personas con esta enfermedad, por otro lado, un 14.2% de las investigaciones resaltan los prototipos impuestos por la sociedad como factor predisponente.

Tabla 5. Factores de protección necesarios para prevenir los trastornos alimenticios

Autor	País	Factores de protección necesarios para prevenirlos trastornos alimenticios
Moreno y Londoño (2017)	Colombia	Supervisión y acompañamiento de la familia en horarios de comida es un factor de protección dado que minimiza la aparición de TCA.
Suella, et al. (2015)	España	Estudiar en colegio solo de hombres, debido a que no existe mucha presión entre varones, además tienen a tener menos parejas disminuyendo su presión. Incluir en la educación cursos sobre alimentación saludable, y evaluar constantemente para detectar personas con riesgo de padecer TCA.
Maldonado, et al. (2020)	España	Acudir a una intervención psicológica para controlar los impulsos, de esta manera hay una mejora en el atracón de comida en personas con TCA.
Palomares y Garrete (2011)	España	Brindar una oportuna orientación en el contexto educativo a estudiantes de temprana edad, propiciando la participación de los familiares, abordando temáticas de cuidado de la salud mental, hábitos saludables, autocuidado, entre otros, con la finalidad de prevenir la aparición de los TCA.
Rutzstein, et al. (2014)	México	Prevención de los TCA desde el contexto escolar para reducir los factores de riesgo.
Castaño, et al. (2012)	Colombia	Campañas para erradicar el uso inadecuado del modelo de belleza en los medios de comunicación.
Camino, et al. (2017)	España	Programas que propicien estilos de vida saludables, adecuada

		autoestima y la disminución de los pensamientos distorsionados hacia la imagen corporal y los alimentos.
Sáenz, et al. (2011)	Colombia	Lineamientos de bienestar estudiantil, donde se exploran factores influyentes para desarrollar TCA y brindan ayuda psicológica
Sáenz, et al. (2013)	España	Programas de prevención, cursos de nutrición saludable, acceso a información sobre las consecuencias negativas de sobrevalorar la delgadez. Enseñar sobre técnicas de expresión y control emocional.
Pamies y Quiles (2012)	España	Programas de prevención, técnicas de reestructuración cognitiva para que los adolescentes y jóvenes con el fin de manejar su culpa, técnicas de autocontrol y educación emocional
Ponce, et al. (2017)	Perú	Programas educativos donde se psicoeduco sobre los TCA, talleres de desarrollo personal con el fin de implementar estrategias de afrontamiento y control, además de orientar sobre una adecuada nutrición.

La tabla 5 se aprecia que el 63.3% de las investigaciones establecen que la orientación en el contexto escolar de temas que propicien estilos de vida saludables y cuidado emocional es uno de los factores de protección necesarios para prevenir los trastornos alimenticios, asimismo, el 18.1% de autores presentan como otro factor protector el acudir a terapia psicológica para tener autocontrol y un 9% indican el supervisar y brindar acompañamiento en los horarios de la comida.

V. DISCUSIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria son un conjunto de psicopatologías que aparecen cuando la persona tiene una inadecuada percepción de su apariencia física, existiendo una alteración del pensamiento, relacionadas a ideas distorsionadas; presentando como principales características el miedo a subir de peso y el control excesivo de los alimentos consumidos (Cruzat, et al., 2012). Mencionado lo anterior, existen diversos factores asociados para el desarrollo o mantención de los TCA, siendo los de mayor incidencia el personal, familiar y social, además del factor de protección, el cual va permitir disminuir la incidencia al desarrollo del trastorno.

Al analizar el objetivo general el cual fue conocer los factores asociados a los problemas alimenticios a nivel internacional vemos que el 60% de los artículos revisados establecen que la baja autoestima es uno de los principales problemas asociados a los trastornos de la conducta alimentaria. Así también un 33.3% resalta el estar expuestos a burlas y críticas incrementa esta conducta autodestructiva, mientras que el 20% de los casos se asocia con el buscar el perfeccionismo. Contrastado con los antecedentes, se denota que los trastornos alimenticios son una condición que repercute considerablemente en los adolescentes y adultos jóvenes, los cuales se presentan a causa de diferentes interacciones que tiene la persona en las áreas de nivel personal, social y psicológico (Céspedes, et al.,2020). Asimismo, la familia, la sociedad y el nivel económico tienen un papel fundamental en la autoimagen de los adolescentes y/o jóvenes que padecen TCA (Ríos &Torres,2015). Del mismo modo, Moreno y Londoño (2017), manifiestan que los factores que generan esta psicopatología son sentirse insatisfecho en cuanto a su figura física y tener un IMC que sobrepase lo esperado por los estándares de belleza, los cuales a su vez son mundialmente difundidos por los medios de comunicación. Desde otro punto, Suclla, et al. (2015), resaltan como factores asociados haber sido víctimas de bullying, lo cual llevó a los individuos a estar expuestos a burlas y críticas por parte de las personas que los rodean, generando en ellos una inconformidad con su aspecto físico, debido a que no complacen los ideales de los demás.

El primer objetivo específico busca describir los factores personales característicos de las personas con TCA, se aprecia que el 50% de las investigaciones seleccionadas consideran que la insatisfacción corporal es uno de los principales factores asociados, así mismo, como segunda característica se encontró problemas para expresar e identificar las emociones con un 25% y con un 18.75% se evidencian problemas de autoestima, contrastando con el marco teórico se corrobora que los pacientes con esta enfermedad se caracterizan por tener una excesiva preocupación por la imagen corporal, es decir, existe una obsesión por el peso y alimentación (Berny et, al.,2020). Existen cambios en el estado de ánimo, que se dan entre la irritabilidad y pasividad, aislamiento social, depresión que desencadena en muchos la presencia de ideas y conductas suicidas, que en casos más graves llega hasta la muerte, a causa de la insatisfacción corporal, y el no cumplir con el ideal de belleza (Lock, 2015). A su vez, estas personas presentan una inadecuada regulación de emociones, miedo a cometer errores, desmesurada atención al detalle, inestabilidad emocional, causando una preocupación excesiva sobre la alimentación provocando una pérdida de la autonomía y autoconfianza (García & Gonzales, 2019). Por otro lado, estas personas denotan niveles de perfeccionismo extremos, baja autoestima, y preocupación desmesurada por los alimentos que consumen, llegando a contar las calorías que consumen diariamente, debido al miedo a subir de peso (Gaete & López, 2020). Pamiés y Quiles (2012), establecen que adolescentes y jóvenes tienden a realizar auto imposiciones en cuanto a su figura corporal que en muchos casos son alejadas de la realidad, por lo cual siente una presión constante, por cumplir esas expectativas, que ellos mismos se establecen, originando un deterioro en su autoimagen personal.

Con respecto al segundo objetivo específico se describe los factores familiares vinculados a los TCA, demostrando así que el 42.8% de los estudios indican que las críticas excesivas hacia la imagen corporal por parte de los padres es uno de los factores vinculados a este trastorno, a su vez, el 28.7% considera a la disfunción familiar como generador de la conducta, mientras el 14.3% resaltan los hábitos alimentarios que se practican en la familia. Ante ello, se postula que las críticas o violencia psicológica hacia la figura corporal realizada por la familia tiene repercusión en la alimentación y percepción física de las mismas, generando una visión negativa de su físico (Gaete & López, 2020). A su vez, la relación disfuncional

de padres, es determinante para que los hijos adopten la violencia como un estilo de vida, lo cual deriva posteriormente en violencia contra sí mismo reflejada en la inseguridad e inferioridad ante los demás (Gil, 2019). La familia tiene gran influencia en la percepción de la persona, puesto que esta puede formar principios de admiración a la belleza reconocida por la familia, llegando a imponer dietas para la obtención de reconocimiento de estos (Mendizábal, 2021). Desde la misma perspectiva se remarcan que determinantes como la censura, intrusión, crítica excesiva hacia el aspecto físico del adolescente o joven, y el escaso soporte emocional recibido por parte de los padres o familiares cercanos, son componentes que originan un distanciamiento familiar y falta de comunicación entre los miembros, llegando a convertirse en indicadores de riesgo para padecer esta problemática (Moreno & Londoño, 2017).

El tercer objetivo específico, detalla los factores sociales asociados a los problemas de conducta alimentaria, acá se observa que el 42.8% de los artículos revisados postulan que el uso prolongado e irresponsable de las redes digitales es uno de los factores sociales relacionados a los TCA, con un 28.5% de los autores se establece que los medios de comunicación influyen significativamente en las personas con esta enfermedad, por otro lado, un 14.2% de las investigaciones resaltan los prototipos impuestos por la sociedad como factor predisponente, contrastando con los antecedentes vemos que en la sociedad existe un marcado modelo de belleza, el cual impacta de manera significativa en las personas, generando una presión para conseguir la aceptación de los demás, como de sí mismo (a) (Mendizábal, 2021). Por otra parte, los medios de comunicación son los encargados de promover la violencia simbólica, influyendo significativamente en las personas, imponiendo estándares de belleza que se basan en la delgadez, implantando la idea de que si no se cumple con ese estándar los individuos no serán aceptados o exitosos (Frisón, 2017). Reforzando los resultados obtenidos, se postula que los diferentes canales de comunicación, y más aún las plataformas virtuales, predisponen y refuerzan el desarrollo de indicadores relacionados a los trastornos de la conducta alimentaria, reforzándolos mediante la publicación y difusión de imágenes y comentarios que fomentan un ideal de belleza cimentado en la delgadez, ideal que es requerido con mayor fuerza en las mujeres, las cuales se encuentran influenciadas por el mismo, desde edades tempranas, y en la

actualidad las persigue a diario mediante sus redes sociales, siendo así que los medios de comunicación son considerados factores de riesgo latentes para adolescentes y jóvenes tanto del género masculino como femenino que llegan a ser vulnerables a padecer un TCA (García , 2020).

En relación al cuarto objetivo específico explica los factores de protección necesarios para prevenir los trastornos alimenticios, en donde se evidencia que el 63.3% de las investigaciones analizadas consideran que la orientación en el contexto escolar de temas que propicien estilos de vida saludables y cuidado emocional es uno de los factores de protección necesarios para prevenirlos, el 18.1% de autores consideran como otro factor protector el acudir a terapia psicológica para tener autocontrol y un 9% indican el supervisar y brindar acompañamiento en los horarios de comida. Mencionado lo anterior, se aprecia en el marco teórico que los horarios de comida desde la infancia son importantes para el establecimiento de la rutina al comer, siendo esencial la enseñanza de la toma del desayuno desde temprana edad, asimismo, los modelos de los cuidadores hacia los estilos de salud deben de ser transmitidos mediante la práctica de ejercicio y la visita a un nutricionista para que pueda orientar la manera adecuada de modelar los hábitos alimenticios (Godoy et al., 2020). Del mismo modo, se plantea que los adolescentes y jóvenes muestran creencias erróneas sobre cómo llevar una adecuada nutrición, por lo cual estos pensamientos provocan que se planteen metas idealistas y equivocadas, es por esta razón que, a nivel educativo, se debe Psicoeducar a cerca de un estilo de vida saludable, incrementar la autoestima, asimismo, las buenas habilidades en la comunicación, trabajando en base a la imagen corporal para que se tenga conocimiento de cómo cambia el cuerpo y el desarrollo de una actitud crítica ante la información que se transmite mediante los medio de comunicación (Verónica & Rodríguez, 2019). Al mismo tiempo, se hace referencia a la promoción positiva de la apariencia física en el ámbito escolar y familiar, en donde se enseñe a los adolescentes y jóvenes a reconocer aquello que les gusta de sí mismos, a tratarse bien, como también, a cuidarse mediante la alimentación saludable, la actividad física y utilizar una auto verbalización positiva consigo mismo. Se hace énfasis en concientizar a la familia acerca de las consecuencias negativas de los comentarios hacia sus hijos de su aspecto corporal.

Por otro lado, comer en familia o bajo el acompañamiento de algún miembro de la familia es uno de los factores protectores más eficientes para disminuir el desarrollo de una alteración alimentaria. (López et al., 2014).

VI. CONCLUSIONES

- Con respecto a los factores asociados a los trastornos de la conducta alimentaria se destacaron la baja autoestima, la exposición a críticas y burlas hacia el aspecto físico y la búsqueda de perfeccionismo.
- En relación a los factores personales, la insatisfacción corporal, las dificultades para reconocer, expresar y gestionar sus emociones, agregado a esto los problemas de autoestima, podemos caracterizar dicho trastorno.
- Concerniente a los factores familiares asociados, se resalta la disfunción familiar, los hábitos alimenticios inadecuados y el estar sometido a críticas hacia la figura corporal por parte de miembros de la familia.
- Referente a los factores sociales se remarcan el uso prolongado e inadecuado de los medios virtuales, además de la información estereotipada de la figura corporal difundida por los medios de comunicación, y los estereotipos de belleza impuesto por la sociedad.
- De acuerdo a los factores protectores para prevenir este trastorno, se acentúa la orientación en el ámbito escolar de temáticas hacia la promoción de la salud mental y física, a su vez asistir a terapia psicológica cuando se requiera, y brindar acompañamiento y supervisión familiar durante los horarios de comida.

VII. RECOMENDACIONES

- Desarrollar estudios de corte aplicativo acerca de la variable investigada, trabajando con poblaciones tales como niños, adolescentes y adultos, con la finalidad de apreciar cómo se presentan esta conducta.
- Llevar a cabo investigaciones en las cuales se estudie las características de los diferentes tipos de personalidad que están ligadas a desarrollar problemas alimenticios.
- Recolectar información acerca de la relación que tienen los tipos de disciplina que se imparten en la educación de los hijos y la implantación de ideas irracionales en relación al aspecto físico.
- Ahondar más acerca de aquellas plataformas virtuales (Pro Ana y Mia) que propician e influyen en la mantención de dicha problemática, con el fin de concientizar acerca del impacto que tienen en su vida.
- Profundizar más en estudios donde se investigue sobre los factores protectores de los trastornos de la conducta alimentaria, con el propósito de tener información que permita brindar pautas de cómo prevenir esta patología.

REFERENCIAS

Aparicio, E. (2015). Los medios de comunicación en la violencia contra las mujeres: el paradigma de la delgadez. *Historia y Comunicación Social*, 20(1), 107-119.

https://www.researchgate.net/profile/Encarnacion_Aparicio/publication/282836659_Los_medios_de_comunicacion_en_la_violencia_contra_las_mujeres_el_paradigma_de_la_delgadez/links/5cc73cd2a6fdcc1d49b97e51/Los-medios-de-comunicacion-en-la-violencia-contra-las-mujeres-el-paradigma-de-la-delgadez.pdf

Asociación TCA Aragón. (1 de junio de 2020). *Estadísticas sobre los TCA*.

<https://www.tca-aragon.org/tag/datos/>

Ayuzo, N. & Covarrubias, J. (2019). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Mexicana de Pediatría*, 86(2), 80-86.

<http://www.scielo.org.mx/pdf/rmp/v86n2/0035-0052-rmp-86-03-80.pdf>

Beato, L., Ramírez, C., O'Ferrall, C. & Rodríguez, T. (2016). Influence of parental rearing styles on attitude towards change in eating disorders. *Revista Mexicana de trastornos alimentarios*, 1(7), 56-63.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/trastornos/mta-2016/mta161h.pdf>

Berengüí, R., Castejón, M. & Torregrosa, M. (2016). Body dissatisfaction, risk behaviors and eating disorders in university students. *Revista Mexicana de trastornos alimentarios*, 7(1), 1-8.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.rmta.2016.02.004>

Berny, M., Rodríguez, D., Cisneros, J. & Guzmán, G. (2020). Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, 7(14), 15-21.

<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/article/download/6036/7243/>

Berny, M., Rodríguez, D., Cisneros, J. & Guzmán, G. (2020). Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, 7(14), 15-21.

<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/issue/archive>

- Borda, M., Celemín, A., Celemín, A., Palacio, L. & Majul, D. (2015). Bulimia nerviosa y factores de riesgo asociados en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años en Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 31(1), 36-52. <https://www.proquest.com/openview/aa4beb505c122d4cae620db9a5c0f485/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2027436>
- Camino, M., Martínez, M., González, M., Medina, M., Mercado, E. & Lara, F. (2017). Risk factors of eating disorders in university students: Estimation of vulnerability by sex and age. *Revista Mexicana de trastornos alimentarios*, 17(8), 105-112. <https://www.medigraphic.com/pdfs/trastornos/mta-2017/mta172c.pdf>
- Campbell, K. & Peebles, R. (2015). Eating disorders in children and adolescents: state of the art review. *Pediatrics*, 134(3), 582-892. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-0194>
- Cava, G. & Rojo, L. (2002). Las formas de la autoviolencia: el caso de los trastornos en la conducta alimentaria. *Ludus Vitalis*, 10(17), 195-211. <https://www.centrolombardo.edu.mx/wp-content/uploads/formidable/126/595-1212-1-SM.pdf>
- Céspedes, M., Claros, D., Murillo, V., Olave, K & Ramírez, M. (2020). *Trastornos alimenticios en adolescentes y jóvenes adultos*. [Unidad Central del Valle]. <http://dspace.uceva.edu.co:8080/bitstream/handle/123456789/1528/T00031715.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chumpitaz, M. (20 de octubre de 2020). ¿Por qué la anorexia, la bulimia y los “atracones” de comida se agudizan durante la pandemia?. *El Comercio*. <https://elcomercio.pe/somos/historias/coronavirus-peru-por-que-la-anorexia-la-bulimia-y-los-atracones-de-comida-se-agudizan-durante-la-pandemia-noticia/>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología*. http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Cruz, M., Pascual, A., Etxebarria, I. & Echeburúa, E. (2013). Factores como el peso, el IMC, la percepción de la figura corporal y la sobreestimar la delgadez, control obsesivo del peso, evidencia de alexitimia y episodios ansiosos. Por

- otro lado, historial de consumo de alcohol y drogas. *Anales de psicología*, 29(3), 724-733. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.151041>
- Cruz, R., Ávila, M., Velázquez, H. & Estrella, D. (2013). Evaluation of risk factors for eating disorders in students of nutrition. *Revista Mexicana de trastornos alimentarios*, 4(13), 37-44. <https://www.medigraphic.com/pdfs/trastornos/mta-2017/mta172c.pdf>
- Cruzat, C., Haemmerli, C. & García, A. (2012). Trastornos de la conducta alimentaria: Reflexionando en torno a las variables socioculturales. *Revista Mexicana de los trastornos alimentarios*, 3 (1), 54 – 61. <https://www.redalyc.org/pdf/4257/425741617007.pdf>
- De los Ángeles, M. (2011) Factores de riesgo y factores de protección en la adolescencia: Análisis de contenido a través de grupos de discusión. *Terapia Psicológica*, 29(1). https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082011000100009
- Emiro, J. & Castañeda, T. (2020). Risk of Eating Disorders and Use of Social Networks in Female Gym-Goers in the City of Medellín, Colombia. *Revista colombiana de psiquiatría*, 49(3), 162-169. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2530312020300497?token=B7249D161E44B02C4059ABE1B79E49D06507CF923C3D6B7CC4B7699EE3846C47FD14BC4A455626A3988C262CB66C4235&originRegion=us-east-1&originCreation=20220315170148>
- Espinosa, L. (2019). *Revisión sobre a etiología de la anorexia y bulimia nerviosas en mujeres adolescentes*. [Trabajo fin de grado, Universidad de Jaén]. http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/9783/1/Algar_Gutierrez_Amalia_Mara_TFG_Psicologa.pdf
- Frisón, R. (2017). La adolescencia y el padecer en el cuerpo. Trastornos de la conducta alimentaria: una aproximación teórico-clínica. *Revista de Psicología*, 16(1), 50-65. http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/72068/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Gaete, V. & López, C. (2020). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. Una mirada integral. *Scielo*, 91(5), 784-793. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v91n5/0370-4106-rcp-rchped-vi91i5-1534.pdf>
- Gaete, V. & López, C. (2020). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. Una mirada integral. *Scielo*, 91(5), 784-793. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v91n5/0370-4106-rcp-rchped-vi91i5-1534.pdf>
- García, E. (2020). *Trastornos de la conducta alimentaria y redes sociales. Una perspectiva del siglo XXI*. <http://hdl.handle.net/11531/41331>
- García, L. & Gonzáles, Y. (2019). *Los factores psicosociales de la anorexia y bulimia en adolescentes*, [Título de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/15314/1/2019_psicosociales_bulimia_anorexia.pdf
- Gil, I. (2019). *Trastornos de la conducta alimentaria en víctimas de malos tratos*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid]. <https://core.ac.uk/download/pdf/232122833.pdf>
- Godoy, C., Denegri, M. & Shnettler, B. (2020). Protective Factors and Risks in Eating Behaviours of Mothers and Children. *Revista de psicología*, 29(2), 61-73. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0719-05812020000200061&script=sci_arttext&lng=en
- Herpertz-Dahlmann, B. (2017). Treatment of eating disorders in child and adolescent psychiatry. *Curr Opin Psychiatry*, 30(6), 438-45. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S0370-4106202000050078400062&lng=en
- Jagielska, G. & Kacperska, I. (2017). Outcome, comorbidity and prognosis in anorexia nervosa. *Psychiatr Pol*, 51(2), 205-218. <https://doi.org/10.12740/PP/64580>

- Lock, J. (2015). An update on evidence-based psychosocial treatments for eating disorders in children and adolescents. *J Clin Child Adolesc Psychol*, 44(5), 707-21
- López, C., Raimann, X. & Gaete, V. (2014). Preventing eating disorders in the age of obesity: the clinician's role. *Revista Médica de las Condes*, 26(1), 24-33. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S071686401500006>
- Martínez, L., Viancha, M., Pérez, M. & Avendaño, B. (2017). Asociación entre conducta suicida y síntomas de anorexia y bulimia nerviosa en escolares de Boyacá, Colombia, 20 (2), 178-188. <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/view/1075/ESP>
- Mendizábal, L. (2021). *La influencia de las redes sociales en la predisposición a los Trastornos de la Conducta Alimentaria: Anorexia y/o Bulimia*. [Universidad Pontificia]. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/50902/TFG%20PSICOLOGIA%20-%20Mendizabal%20Maranon%2c%20Lydia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Moreno, A. & Londoño, C. (2017). Factores Familiares y Personales Predictores de Trastornos de Conducta Alimentaria en Jóvenes. *Anales de psicología*, 33(2), 235-242. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.33.2.236781>
- Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, F. & Villanueva, J. (2018). Revisiones Sistemáticas: definición y nociones básicas. *Revista clínica de periodoncia, implantología rehabilitación oral*, 11 (3), 184 – 186. <http://dx.doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>,
- Nureña, A., Alcaraz-Moreo, N., Rojas, J. & Rebolledo- Malpica.(2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichan*, 12(3), 263 - 274. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-59972012000300006&script=sci_abstract&tlng=es
- Ortega, M., Hernández-Mosqueda, J., & Tobón-Tobón, S. (2015). Análisis documental de la gestión del conocimiento mediante la cartografía conceptual. *Ra Ximhai*, 11(4), 141-160. <https://www.redalyc.org/pdf/461/46142596009.pdf>

- Rodríguez, M., Hernández, J., Bolaños, P., Ruiz, I. & Jáuregui, I. (2015). Alimentación familiar y percepción de riesgo en trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición hospitalaria*, 32(4), 1786-1795. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309243319053>
- Rojas, M. (2015). Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. *Revista electrónica de Veterinaria*, 16 (1), 114. <https://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>
- Romo, J. (2015). La lista de cotejo como herramienta para la lectura crítica de artículos de investigación publicados. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 23 (2), 109-113. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2015/eim152h.pdf>
- Sáenz, S., Gonzales, F. & Díaz, S. (2011). Hábitos y Trastornos Alimenticios asociados a factores Socio-demográficos, Físicos y Conductuales en Universitarios de Cartagena, Colombia. *Redalyc*, 4(3), 193-204. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=169622220003>
- Salinas, M. (3 de marzo de 2020). Trastornos alimenticios en Perú: las muertes silenciosas. *Enterarse*. https://www.enterarse.com/20200302_0002-trastornos-alimenticios-en-peru-las-muertes-silenciosas-por-macarena-salinas
- Saucedo, T., Zaragoza, J., Peña, A. & León, R. (2015). Prevalence of risk factors associated to eating disorders in university students. *Psicología y salud*, 25(2), 243-251. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/1824/3335>
- Scappatura, M., Bidacovich, G., Banasco, M. & Rutzstein, G. (2017). Dimensions of perfectionism (adaptive and maladaptive) in adolescents with eating disorder. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 8(2), 131-141. <https://www.redalyc.org/journal/4257/425752776006/>
- Schaumberg, K., Welch, E., & Breithaupt, L. (2017). The science behind the Academy for Eating Disorders' nine truths about eating disorders. *Eur Eat Disord Rev*, 25(6), 432-50. <https://doi.org/10.1002/erv.2553>

- Suclla, J., Estefanero, J., Smedts, C., Velarde, E., Vera, D., Murillo, D. & Cáceres, A. (2015). *Factores asociados con trastornos de conducta alimentaria en estudiantes de primer año de carreras biomédicas. Nutrición clínica y dietética hospitalaria*, 35(3), 17-26. <https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.02.004>
- Urzúa, A., Castro, S., Lillo, A. & Leal, C. (2011). Prevalencia de riesgo de trastornos alimentarios en adolescentes escolarizados del norte de Chile. *Scielo*, 38(2), 128- 135. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v38n2/art03.pdf>
- Verónica, A. & Rodríguez, S. (2019). Trastornos de la conducta alimentaria y prevención primaria. *Scielo*, 17(1), 1-22. http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v17n1/v17n1_a10.pdf



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, VERA CALMET VELIA GRACIELA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis Completa titulada: "Factores asociados a los trastornos de la conducta alimentaria: Una revisión sistemática", cuyos autores son DIAZ OLANO ALEXANDRA PAMELA, VALERA GARCIA CARMEN ONDINA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 7.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 02 de Agosto del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
VERA CALMET VELIA GRACIELA DNI: 18159571 ORCID: 0000-0003-0170-6067	Firmado electrónicamente por: VVERAC75 el 19-08- 2022 09:34:00

Código documento Trilce: TRI - 0386966