



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras - Puente Piedra, 2019

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Br. Cabanillas Suarez, Marieli (ORCID: 0000-0002-0662-0847)

ASESORA:

Mgr. Lucy Becerra Medina (ORCID: 0000-0002-4000-4423)

LINEA DE INVESTIGACION:

Salud Mental

LIMA – PERÚ

2019

## **Dedicatoria**

Este trabajo de investigación va dedicado en primer lugar a Dios por guiar mis pasos y no dejarme caer ante los obstáculos.

A mis amados padres y hermanos por brindarme palabras de aliento en todo momento, por creer y confiar en mí y así poder culminar mi carrera profesional.

### **Agradecimiento**

A la Mgtr Lucy Becerra quien mediante su experiencia y profesionalismo pudo guiarme al desarrollo de la presente tesis.

A la universidad Cesar Vallejo por ser mi alma mater en mi formación académica.

A mis amigos y compañeros por brindarme palabras de aliento para seguir avanzando con mi carrera y poder culminarla.

 <b>UCV</b> UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	<b>ACTA DE APROBACIÓN DE TESIS</b>	Código:F07-PP-PR-02.02 Versión: 09 Fecha:23-03-2018 Página :1 de1
--	------------------------------------	--

El Jurado encargado de evaluar la tesis presentada por don (a) CABANILLAS SUAREZ MARIELI cuyo título es:

**CONDUCTAS DE RIESGO PARA TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN EN ESTUDIANTES DE 5TO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 8183 – PITÁGORAS – PUENTE PIEDRA, 2019.**

Reunido en la fecha, escuchó la sustentación y la resolución de preguntas por el estudiante, otorgándole el calificativo de: 16 (numero) Dieciséis (letras).

Lima, 07 de junio del 2019



PRESIDENTE



SECRETARIO




VOCAL

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Cabanillas Suarez Marieli , estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo , declaro que el trabajo académico titulado "Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la institución educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra,2019."presentado en VII capítulos para la obtención del grado académico de licenciada en enfermería , es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

-He mencionado todas las fuentes empleadas en el trabajo de investigación, identificado correctamente toda cita textual o de paráfrasis de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos

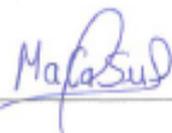
- No he utilizado fuentes diferentes de aquellas expresamente señaladas en este trabajo de investigación.

- Este trabajo no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para obtención de otro grado académico o título profesional.

- Soy consciente de que mi trabajo de investigación puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.

De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, mayo del 2019



Cabanillas Suarez Marieli

DNI:46845984

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
Carátula	i
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>II. MÉTODO</b>	<b>23</b>
2.1 Diseño de investigación	23
2.2 Variable, Operacionalización	24
2.3 Población	27
2.4 Técnica e instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad	27
2.5 Método de análisis de datos	29
2.6 Aspectos Éticos	29
<b>III. RESULTADOS</b>	<b>30</b>
<b>IV. DISCUSIÓN</b>	<b>33</b>
<b>V. CONCLUSIONES</b>	<b>36</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	<b>37</b>
<b>VII. REFERENCIAS</b>	<b>38</b>
<b>Anexos:</b>	
<b>Anexo 01: Instrumento</b>	<b>44</b>
<b>Anexo 02: Validación del instrumento</b>	<b>46</b>
<b>Anexo 03: Matriz de consistencia</b>	<b>48</b>

## Resumen

El objetivo del presente estudio es determinar las conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la institución educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.

La investigación es de enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, con un diseño observacional de corte transversal, la población estuvo conformada por 100 estudiantes de 5to de secundaria de ambos sexos, el instrumento que se utilizó fue el cuestionario de conductas de riesgo que consta de 28 ítems, validado en octubre del 2018. (P 0.01), creado por la investigadora.

Los resultados obtenidos muestran que existen conductas de riesgo en los estudiantes de la Institución educativa 8183 Pitágoras, predominando la dimensión control de la ingesta alimentaria expresada en: tengo que ponerme a dieta en un 46%, las harinas me engordan por eso evito consumirlas un 63%, suelo tener una alimentación vegetariana un 42%.

En la dimensión relacionada con la autoimagen, las conductas que más predominan son: realizar ejercicios para perder peso en un 32%, sentirse molesta para alcanzar un cuerpo ideal 22%, búsqueda de información en las redes sociales 21%.

Concluyendo que los estudiantes de dicha institución presentan conductas de riesgo evidentes.

Palabras clave: Conductas de riesgo, Alimentación, Insatisfacción por la imagen corporal, Adolescentes.

## **Abstract**

The objective of this study is to determine the risk behaviors for eating disorders in 5th grade students of the educational institution 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.

The research is of a descriptive, quantitative approach, with an observational cross-sectional design, the population was made up of 100 fifth-year secondary students of both sexes, the instrument that was used was the questionnaire of risk behaviors that consists of 28 items , validated in October 2018. (P 0.01), created by the researcher.

The results obtained show that there are risk behaviors in the students of the educational Institution 8183 Pitágoras, predominating the control dimension of the alimentary intake expressed in: I have to put myself on a diet in 46%, the flours fatten me for that reason I avoid consuming them 63 %, I usually have a vegetarian diet 42%.

In the dimension related to self-image, the behaviors that predominate are: perform exercises to lose weight by 32%, feel annoyed to reach an ideal body 22%, search for information on social networks 21%.

Concluding that the students of said institution present evident risk behaviors.

Key words: Risk behaviors, Feeding, Dissatisfaction with body image, Adolescents.

## I. INTRODUCCIÓN

Existen 7 millones de adolescentes en el mundo que padecen conductas de riesgo para los trastornos alimentarios, de los cuales el 15% fallecerían por patologías derivadas a su enfermedad. Estas conductas se han convertido en un problema de salud pública en la población adolescente, debido a las altas tasas de morbi- mortalidad que representan, sobretodo en la población de recursos económicos medios y altos, con más incidencia en la población adolescente. Se estima de cada 1.000 adolescentes siete mujeres y un varón son afectados con este problema, dejando graves secuelas físicas, sociales y psicológicas.<sup>1</sup>

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), también existe otro problema relacionado con la alimentación, y ese problema es la obesidad. Desde 1980 la problemática de la obesidad ha duplicado sus cifras llegando en el año 2014 a más de 1 900 millones de adultos mayores de 18 años con sobrepeso, de los cuales, más de 600 millones con obesidad, lo que implica una prevalencia en adultos mayores de 18 años de 39% de sobrepeso y 13% de obesidad. Si las tendencias continúan, se estima que para 2025 la prevalencia de obesidad será del 18% en los hombres y del 21% en las mujeres adultas a nivel mundial.<sup>1</sup> Esta situación se debe al consumo excesivo de alimentos procesados con alto aporte calórico y comidas rápidas que sacian el hambre de estas personas que por falta de tiempo optan por consumir estos productos.<sup>2</sup>

Ambos problemas relacionados a la alimentación afectan la salud de la población adolescentes, por un lado, existe la obesidad debido a una alimentación inadecuada y por otro lado existen conductas de riesgo alimentarias en donde los adolescentes realizan un sin fin de acciones para no subir de peso, entre las acciones más comunes están el no querer comer, el provocarse el vómito una vez ingerido el alimento y el estar y someterse a dietas estrictas.

Los trastornos de la conducta alimentaria como enfermedad altamente peligrosa, tiene una tasa de mortalidad de 0,56% al año, observada 12 veces más en mujeres jóvenes de la población en general en Europa donde la tercera parte de las muertes de pacientes con conductas alimentarias es por causas cardíacas, o por muertes

súbitas. El hecho de que estas pacientes no sean atendidas en un hospital lo más pronto posible presentan alto riesgo de complicaciones letales.<sup>3</sup>

Un estudio realizado en España muestra que la prevalencia de los trastornos de la alimentación en el sexo femenino y masculino es similar al resto de Europa, con una incidencia entre el 0.14% y el 0.9%, siendo el 95% chicas. Se considera la población de mayor riesgo a las mujeres de edades que comprenden entre 12 a 21 años y las edades en las que aparecen más están conductas de riesgo están entre los 14 y los 18 años tanto en mujeres como en varones.<sup>4</sup> Otro estudio realizado en Europa reporta que los trastornos de la conducta alimentaria sobre todo las purgas que realizan los adolescentes para perder peso pueden traer como consecuencia una serie de complicaciones como las patologías o trastornos orales estos pueden ser deterioro del esmalte dental, placa bacteriana, caries dental, enfermedades dentales y periodontales, sialoadenitis, lesiones y sequedad de la mucosa oral y reflujo gastroesofágico e incluso inflamación de las amígdalas.<sup>5</sup>

Un estudio realizado en Reino Unido ,según el Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos (DSM-5), indica a los trastornos de la conducta alimentaria como malos hábitos alimenticios pueden causar trastornos en la salud y hasta incluso la muerte, así una persona puede padecer un trastorno alimenticio en cualquier momento de su vida, que a veces este mal dura años y otras veces puede ocurrir en tiempos más cortos, el estudio realizado muestra que alrededor de 1.25 millones de individuos que habitan en el Reino Unido padecen de un trastorno alimentario y que de un 10% -25% de los pacientes son masculinos.<sup>6</sup>

Otro estudio realizado en Brasil muestra que las adolescentes brasileñas padecen insatisfacción por su imagen corporal y el exceso de peso en un promedio total del 18% en grandes centros urbanos como es São Paulo. El estudio refiere que en las ciudades pequeñas la población también padece de este gran problema y el número de casos reportados son generalmente mayores, de 11,5% a 71,7%. Estas cifras muestran que la poca satisfacción con la imagen corporal también se encuentra en adolescentes que viven en ciudades con bajos recursos.<sup>7</sup>

En el Perú según el Ministerio de Salud (Minsa) refiere que las conductas alimentarias tienen una alta incidencia en las áreas urbanas, llegando a un 6.0% en Lima y la Provincia Constitucional del Callao siendo más prevalente en el sexo

femenino 7.1% que en el sexo masculino 4.9%. En estas ciudades las conductas alimentarias llegan a 1.7 % entre las chicas y 0.5 % entre los chicos. En la actualidad, los trastornos de conducta alimentaria ocupan el tercer record entre las patologías de la población adolescentes del sexo femenino, también afectan a los varones de 13 a 19 años. Las conductas de riesgo para los TCA están aumentando y está causando preocupación tanto en padres como en el personal de salud.<sup>8</sup>

La investigación fue realizada en la Institución Educativa 8183 Pitágoras debido a la problemática que estaba presentando dicha institución.

La Institución fue fundada en el año 2000, dentro de las instalaciones hay 1 quiosco que venden alimentos procesados , a la entrevista con la autoridad del plantel se preguntó ¿cuál es la problemática actual que presenta este colegio? , a lo que ella refiere que evidencia cierta preocupación por su imagen en los estudiantes de nivel secundaria , “los alumnos del quinto de secundaria muestran preocupación por los alimentos que consumen y los alimentos contienen carbohidratos, también por su imagen corporal y suelen estar varias horas en el gimnasio , es de ahí de donde parte la preocupación por presentar este estudio con el fin de investigar si existen conductas de riesgo alimentarias en los adolescentes del colegio Pitágoras.

Así mismo los padres de familia también expresan preocupación por estos comportamientos.

Esta situación llama la atención porque implicaría riesgos altos por ello, enfermería dentro de su rol de prevención y velar la salud de los adolescentes surge la idea de investigar al respecto.

En el ámbito nacional Turpo R, realizó en el año 2016 un estudio sobre conductas de riesgo de los trastornos alimentarios en los estudiantes de la institución educativa de nivel secundario San Francisco de Borja”. La metodología que empleo el autor fue una población de 145 estudiantes mujeres, la muestra estuvo conformada por 100 adolescentes ,el instrumento que utilizo fue el de Diana Rivera con 35 preguntas divididas en 4 dimensiones alimentaria , psicoemocional, sociocultural y familiar , los resultados de los trastornos de la alimentación a los que llego el autor fue que un 17% presentan conductas de alto riesgo, en lo que respecta a la dimensión alimentaria un 12% tiene alto riesgo, las conclusiones a las que llego el

autor fueron que las adolescentes presentan conductas de mediano riesgo, de acuerdo a sus 4 dimensiones.<sup>9</sup>

Ponce J, realizó en el año 2014 un estudio sobre conductas de riesgo a trastornos alimentarios en las estudiantes del 4° y 5° de secundaria de la IE Parroquial. La metodología que utilizó el autor fue una muestra conformada por 100 estudiantes mujeres, el instrumento que utilizó el autor fue el Test de la Conducta Alimentaria (EAT-26), que mide los riesgos a desórdenes alimenticios, imagen corporal y la percepción corporal que tiene la población de estudio, los resultados obtenidos fueron que las alumnas presentan riesgo de un trastorno alimentario, algunas se consideran obesas y otro grupo se encuentran insatisfechas de su cuerpo y de su aspecto físico, otro grupo realizó dieta en algún momento de su vida, y les gustaría ser más delgadas, las conclusiones a las que llegó el autor fueron que menos del 50% de las estudiantes presenta conductas de riesgo a trastornos alimentarios, y que el vivir en una zona urbana aumenta el riesgo, al igual que la poca satisfacción corporal física, realizar dietas y el querer ser más delgada.<sup>10</sup>

Aguinaga A, Solano M, realizaron en el año 2017 un estudio sobre el modelo estético corporal en estudiantes del nivel secundario de ambos sexos de la institución educativa Santa Rosa y la Institución Educativa Aplicación ISPP de la Ciudad de Tarapoto, la metodología que utilizaron las autoras fue una muestra de 758 adolescentes de 12 a 18 años, el instrumento que utilizaron fue el Cuestionario de Influencias del Modelo Estético Corporal (CIMEC-40). Los resultados que obtuvieron fueron en la dimensión publicidad; malestar corporal un 18.9% presenta malestar corporal, un 21.2% y 19.0% son guiados por los medios de comunicación para tener un cuerpo estético llegando a la conclusión de que existen conductas de riesgo en niveles altos.<sup>11</sup>

Carranza R, realizó en el año 2015 un estudio sobre la relación que existe entre percepción corporal y el estado nutricional en estudiantes de una Institución Educativa en Cajamarca, la metodología que empleó la autora fue una muestra de 177 estudiantes de 14 a 16 años, el cuestionario utilizado fue el BSQ (Body Shape Questionnaire). Los resultados que obtuvo la investigadora fueron un 66,7% presenta preocupación moderada o normal por su aspecto físico; el 47,4% de

estudiantes tienen sobrepeso y preocupación extrema por su figura; del 5,1% de las estudiantes el 44,4% presenta angustia por su aspecto físico.<sup>12</sup>

Alvarado L, Echegaray C, realizaron en el año 2015 un estudio sobre la imagen corporal y hábitos alimentarios en adolescentes de una institución educativa en Trujillo. La metodología que utilizaron las autoras fue una muestra de 120 adolescentes del sexo femenino de 3° y 4° de secundaria, los instrumentos que utilizaron fueron Escala para valorar el grado de autopercepción de la imagen corporal (EVIC), Cuestionario para evaluar el tipo de hábitos alimentarios (CHA), los resultados a los que llegaron las autoras fueron en la dimensión de grado de la imagen corporal de las(os) adolescentes un 10% realiza conductas de riesgo para mantener un cuerpo ideal, en lo que respecta a los hábitos alimenticios un 39% realiza conductas para perder peso, las conclusiones a las que llegaron los autores fue que se debe promover la coordinación entre las autoridades de las instituciones educativas y el personal de enfermería para la elaboración de estrategias y programas

, con énfasis en la población adolescente con el objetivo de contribuir en hábitos alimentarios adecuados y en fortalecer una buena autopercepción de la imagen corporal.<sup>13</sup>

La Cunza M, realizó en el año 2017 un estudio sobre conductas de riesgo de los trastornos alimenticios entre alumnas de quinto de secundaria de una institución educativa pública y privada de la ciudad de Trujillo, la metodología que utilizó la autora fue una muestra de 45 alumnas de una institución pública y 65 de una institución privada, el instrumento que se utilizó fue el inventario Sobre trastornos alimentarios elaborados por Adriana Marces y Patricia Delgado en 1995, los resultados a los que llegó la autora fue que existe una diferencia significativa entre ambas instituciones en donde las conductas de riesgo son mayores en las alumnas de la institución privada.<sup>14</sup>

Córdova D, realizó en el año 2017 un estudio sobre el nivel de satisfacción e insatisfacción de los estudiantes por su imagen corporal en Puno, la metodología empleada fue una población de 191 adolescentes, los instrumentos utilizados fueron la encuesta y el cuestionario, los resultados de la investigación fueron un 48% de los estudiantes presenta insatisfacción moderada por su imagen corporal.<sup>15</sup>

Lazo Y, Quenaya A, Mayta P, realizaron en el año 2015 un estudio sobre la asociación que existe entre los modelos de la imagen corporal que transmiten los medios de comunicación con el riesgo de padecer conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de Lima. La metodología que utilizaron los autores fue una muestra de 483 con edades de entre 14 a 23 años , los instrumentos que utilizaron fueron el Test de la Conducta Alimentaria ( EAT-26) y el cuestionario de Actitudes sociales y culturales y la apariencia (SATAQ-3), los resultados a los que llegaron los autores fue que un 13% de las escolares que tienen más acceso a los medios de comunicación tienen mayor riesgo a realizar estas conductas , las conclusiones a las que llegaron los autores fue que los medios de comunicación influyen de manera muy significativa en los adolescentes de presentar estos riesgos. <sup>16</sup>

Agosto J, Barja B, realizaron en el año 2017 un estudio sobre la relación que existe entre la influencia del modelo estético con la insatisfacción corporal en estudiantes mujeres de 3° a 5° de nivel secundaria de una institución educativa nacional en Lima Este, la metodología que utilizaron los autores fue una muestra de 255 adolescentes del sexo femenino, el instrumento empleado fue el Cuestionario de Influencias del Modelo Estético (CIMEC) y el Body Shape Questionnaire (BSQ). Los resultados obtenidos fueron que el 46,7% de las adolescentes muestran una moderada influencia del modelo estético y el 24,3% una alta influencia del modelo estético, concluyendo que las estudiantes de 13 a 17 años, en su mayoría, son vulnerables a la influencia del modelo estético.<sup>17</sup>

Enriquez R, Quintana M, realizaron en el año 2016 un estudio en Lima sobre la imagen corporal y prácticas en adolescentes indican para que una persona tenga estas conductas es por influencia de los padres, medios de comunicación y amigos. En el estudio realizado los adolescentes manifestaron: “Mi padre siempre hace ejercicio, siempre intenta dietas y cosas así”, “A mí me da cosas (miedo) dejar de comer, me muero de hambre”, “No como en las noches y a veces en la mañana tampoco”, “Como saludable”, “intenté dietas en las cuales comía una sola cosa al día”, “las dietas las saco de internet”, “el año pasado visite a un especialista, pero como no veía efectos hacia otras cosas(vomitarse).”Mi amiga me ha dicho para ir al endocrinólogo que te da pastillas, laxantes , solo con decirle que padeces de estreñimiento”, “En el gimnasio te aplican inyecciones

quemar grasa, pero tienes que ayudar comiendo sano”, la metodología que utilizaron las autoras fue una muestra de 48 adolescentes de nivel secundario, el instrumento que utilizaron fue una encuesta de autopercepción sobre imagen corporal, los resultados fueron que un 36% realiza actividad física para perder peso, un 23% realizan dietas y un 16% toma medicamentos para perder peso.<sup>18</sup>

En el ámbito internacional, Mustata A, realizó en el año 2015 un estudio sobre el riesgo de desarrollar un trastorno alimentario en la adolescencia y el impacto de las actitudes socioculturales hacia la apariencia en Bucarest. La metodología que utilizó la autora fue una población de 119 adolescentes, 32 hombres y 87 mujeres de 15 a 19 años, el instrumento que utilizó fue el Test de la Conducta Alimentaria (EAT-26) y el cuestionario de Actitudes sociales y culturales y la apariencia (SATAQ), los resultados a los que llegó la autora fue que un total del 47,9% de los adolescentes tienen un mayor riesgo de trastorno alimentario, las conclusiones a las que llegó la autora fueron que existe el riesgo

de desarrollar un trastorno alimentario en la adolescencia y las diversas facetas de las actitudes sociales con respecto a la apariencia, transmitidas especialmente en los medios de comunicación.<sup>19</sup>

Cortés L, realizó en el año 2016 un estudio sobre la relación entre hacer dieta, el perfeccionismo y actitudes de riesgo ante la alimentación en adolescentes de 18 y los 23 años. Madrid. La metodología que utilizó la autora fue una muestra de 100 mujeres españolas, el instrumento que utilizó fue el cuestionario Test de la Conducta Alimentaria (EAT-26), los resultados a los que llegó la autora fue que un 40% de los encuestados realizan conductas de riesgo que van desde hacer dieta y demás para mantener una figura ideal y el perfeccionismo corporal, mientras que un 60% refirieron que no habían hecho dieta en ningún momento. Las conclusiones a las que llegó la autora fue que la población española encuestada un 40% presenta riesgo medio de padecer una conducta alimentaria, por lo tanto, eso no significa que no deban realizar conductas de prevención para evitar un trastorno de conducta alimentaria sino actuar de manera inmediata para evitar que el riesgo aumente.<sup>20</sup>

Chacón G, Angelucci L y Quintero G, realizaron en el año 2016 un estudio sobre si el auto concepto físico tiene relación con las conductas alimentarias de riesgo.

Caracas. La metodología que utilizaron los autores fue una muestra de 400 estudiantes de una universidad en Caracas, los instrumentos que utilizaron fue Cuestionario Breve de Conducta Alimentaria de Riesgo (CBCAR) y el Autoconcepto Físico (AFI), los resultados a los que llegaron los autores fueron que el auto concepto físico tienen relación con las conductas de riesgo alimenticio ya que a menor auto concepto mayores son los riesgos a CAR, las conclusiones a las que llegaron los autores fue que a mayor índice de masa corporal mayor frecuencia de CAR ya que las mujeres presentaron CAR purgativa.<sup>21</sup>

Deossa G, Restrepo L y Velásquez J realizaron en el año 2015 un estudio sobre los comportamientos y actitudes riesgosas asociados a la figura corporal y TCA en estudiantes de la universidad de Antioquia. La metodología que utilizaron los autores fue una muestra de 267 estudiantes ,de edades entre 18 a 24 años el instrumento que utilizaron fue la encuesta, entre los resultados a los que llegaron los autores fueron que mientras los varones se encargan de criticar el aspecto físico de las mujeres ellas se encargan de estar delgadas a como de lugar para gustarle a ellos, las conclusiones a las que llegaron los autores fueron que existe percepciones con respecto a la imagen corporal , ya que mientras los varones juzgan y critican la apariencia de las mujeres, ellas tratan de controlar su consumo de alimentos , realizar dietas y tratamientos para perder peso lo que origina que ellas se sientan presionadas por los comentarios y por ende puedan presentar conductas de riesgosas para la salud, con el propósito de mantener una figura ideal y delgada , y lograr la aceptación de los varones.<sup>22</sup>

Magallanes M, Martínez A y Franco C, realizaron en el año 2015 un estudio sobre las conductas alimentarias de riesgo y la insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes del nivel secundaria de Zacatecas. La metodología que utilizaron los autores fue una muestra conformada por 194 adolescentes de ambos sexos de nivel secundaria, el instrumento fue los cuestionarios de Forma del cuerpo(BSQ-34,) Test de la Conducta Alimentaria (EAT-26) , Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo( CAR) ,los resultados a los que llegaron los autores fueron que las conductas alimentarias de riesgo se evidencian en un 5.26%, al comparar las conductas alimentarias de riesgo con el nivel de satisfacción se evidencio que

la mayoría 154 no presentan conductas de riesgo, pero , existen 40 adolescentes con conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción por la imagen corporal , las conclusiones a las que llegaron los autores fueron que el someterse a dietas , preocuparse por estar delgados ,inducirse al vomito sobretodo en adolescentes son comunes por la vulnerabilidad en su estado de ánimo siendo conductas de riesgo perjudiciales para su salud en adolescentes de 12 a 15 años de edad.<sup>23</sup>

Martins R, Petroski E, realizaron en el año 2015 un estudio sobre el nivel de prevalencia y los factores que se encuentran asociados a la insatisfacción con la imagen corporal de los estudiantes de una ciudad pequeña de Brasilia. La metodología que utilizaron los autores fue una muestra de 149 adolescentes de edades entre 9 a 20 años ,el instrumento que utilizaron fue Cuestionario de Forma del cuerpo( BSQ Cooper, Taylor, Cooper, y Fairbum) , dentro de los resultados que hallaron observaron que el nivel de prevalencia asociados a la imagen corporal en adolescentes fue alta presentando alto riesgo para trastornos de la conducta alimentaria ,a las conclusiones a las que llegaron fue que la prevalencia de factores de riesgo asociadas a las conductas alimentarias es alta ya que de 4 adolescentes 1 tiene riesgo a padecer un trastorno de conducta alimentaria. Es por ello que los autores recomiendan que en cada colegio debe promover una mayor aceptación de la imagen corporal con mayor ímpetu en adolescentes mujeres, quienes según estudios realizados indican que ellas son más propensas a padecer esta patología.<sup>24</sup>

Cristancho A, López S, Lievano F, realizaron en el año 2015 un estudio sobre conductas alimentarias de riesgo en escolares de 10 a 16 años en una institución educativa mixta en Chia. La metodología que utilizaron los autores fue una muestra de 68 estudiantes, el instrumento que utilizaron fue el cuestionario Valoración de la prueba de actitud alimentaria(chEAT) y el Test de la Conducta Alimentaria ( EAT-26), los resultaron que hallaron los autores fueron que un 13% de la población encuestada muestra conductas alimentarias de riesgo con mayor prevalencia en mujeres siendo las conductas más prevalentes la preocupación por estar delgado, el temor a los alimentos que suben de peso y el control por la comida, las conclusiones a las que pudieron llegar los autores de acuerdo al estudio realizado fue que la población de estudio un 13% presentan conductas alimentarias riesgosas mientras

que un 87% no se evidenciaron, lo que demuestra que si no se atienden las pocas conductas de riesgos están pueden aumentar por la mala influencia entre compañeros.<sup>25</sup>

Gayou U, Riveiro R, realizaron en el año 2014 un estudio sobre el riesgo de sufrir TCA entre escolares mujeres y varones, con sustento en los padecimientos de Conductas Alimentarias riesgosas y definiciones alarmantes relacionadas a TCA en Querétaro. La metodología que utilizó el autor estuvo conformada por 435 estudiantes de 14 años, el instrumento que utilizaron los autores fueron el Test de la Conducta Alimentaria (EAT-26), los resultados fueron que existe una elevada prevalencia de definiciones alarmantes TCA y CAR en estudiantes de ambos sexos obteniendo mayor porcentaje en varones que en mujeres, las conclusiones fueron que los adolescentes de la ciudad estudiada podrían estar en riesgo de sufrir algún TCA lo que quiere decir que estos adolescentes son vulnerables a padecer este trastorno ya que refirieron vomitar la comida después de ingerirla, realizar actividad física en exceso, utilizar laxantes y controlar su peso diario.<sup>26</sup>

De la revisión de los artículos sobre trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes ocupan el tercer record entre las patologías de esta población afectando al sexo femenino y masculino en edades de 13 a 17 años, convirtiéndose en un problema de salud pública tanto para América Latina como el resto del mundo, ya que las cifras estadísticas muestran altos porcentajes de sobrepeso y obesidad lo que trae consigo conductas de riesgo alimentarias en los adolescentes con el fin de disminuir el peso acumulado, se estima que en unos 25 años un 18% en los hombres y del 21% en las mujeres adultas a nivel mundial padecerán de sobrepeso y obesidad debido a un trastorno desorden o conductas en la alimentación.

El modelo de Betty Neuman muestra el trabajo a realizar con los adolescentes, en una mirada integral de los aspectos biopsicosociales que están influenciando su salud y como el personal de enfermería actúa según los hallazgos encontrados. Los adolescentes reflejan el modelo sistema cliente basado en la persona, familia, grupo y comunidad, considerados compuestos de variables fisiológicas, psicológicas, socioculturales, de desarrollo y espirituales que interactúan entre sí por ser sistemas abiertos, que están en permanente intercambio de energía, materia e información. Neuman también menciona 3 estresores los intrapersonales,

interpersonales y extra personales. Por ello, los adolescentes como centro de interés, se ve influenciado por factores propios de su desarrollo, tanto físicos como psicológicos, como también por aquellos factores sociales propios de las exigencias que el medio social impone respecto al ciclo en el que se encuentra, como del ambiente en el que está inmerso.<sup>27</sup>

La adolescencia es una etapa importante dentro del ciclo vital de los individuos, donde los distintos cambios y procesos que les corresponde vivir en ella, son fundamentales para su desarrollo futuro. Por ello la/el enfermero/o requiere dar un cuidado de calidad desde el primer acercamiento, siendo uno de los modelos que sustenta este abordaje al adolescente el modelo de sistemas de Betty Neuman que considera no solo los requerimientos para un cuidado de calidad sino también el contexto de la salud.

El concepto de adolescencia es definido como el crecimiento físico y psicosocial en donde marca la infancia a la edad adulta , en donde empiezan los procesos de maduración biológica, psíquica y social de una persona y termina con su incorporación a la sociedad, período decisivo para el nivel de salud y calidad de vida que se pueda alcanzar en la adultez ,por tanto, considerando esta situación de vulnerabilidad natural y contextual del adolescente, se hace necesario estar consciente de todos los factores influyentes o condicionantes para el, pudiendo ser estos tanto de ellos mismos y sus conductas, como del entorno o del ambiente, que estén asociados a la protección o al riesgo para su salud, entendiéndose como riesgo la probabilidad que la presencia de una o más características o factores, incremente la aparición de consecuencias adversas para la salud, el proyecto de vida, la supervivencia personal o de otros , y factor protector, como las condiciones que impiden la aparición del riesgo o las conductas conducentes a él, por lo que disminuye la vulnerabilidad y favorecen la resistencia al daño. <sup>27</sup>

En el área de la salud, las acciones a realizar en el o la adolescente, están centradas en el Control de Salud Integral de Adolescentes, identificando precozmente los factores y conductas de riesgo, así como los problemas de salud, con objeto de intervenir en forma oportuna. Es por ello, que se plantea como objetivo brindar una atención de enfermería, utilizando herramientas y fundamentos de la disciplina (modelos o teorías de enfermería), que guíen, den sentido y continuidad a la

atención brindada, considerando esto fundamental para otorgar un cuidado de calidad y una atención integral requerido por el o la adolescente.

Así mismo otro referente que aporta el marco teórico para la variable, en este caso se selección a la teoría desarrollada por David Elkind y su teoría el egocentrismo adolescente, quien nos indica que el adolescente suele sentirse el centro de atención, se preocupa por su imagen corporal y por ende puede caer en una conducta de riesgo para trastorno alimentario, siente que sus acciones no tendrán consecuencias futuras y que todo lo malo que padecen otros adolescentes jamás les pasara a ellos. Elkin menciona tres tipos de egocentrismo del adolescente, el concepto que tienen los demás hacia su imagen y el pensar que todo el mundo los está observando y a considerar sus experiencias únicas y no repetibles.<sup>28</sup>

Elkind divide el egocentrismo adolescente en 3 tipos:

Audiencia imaginaria: Los adolescentes piensan que todos los están observando y juzgando.

Fabula personal. Los adolescentes rechazan los consejos de sus pares y la sociedad porque piensan que nadie ha pasado por la misma situación.

Ilusión e invulnerabilidad: Piensan que son invencibles y que nunca les pasara nada malo.

Se sabe que los trastornos de la conducta alimentaria son alteraciones de salud mental que se manifiestan por un episodio patológico frente a la ingesta de los alimentos y una obsesión por perder peso, acompañado de una alteración en la percepción de la imagen corporal. Tiene origen en el ámbito familiar, social, cultural, psicológico, biológico. Los principales trastornos de la conducta alimentaria más conocidos a nivel mundial son la anorexia nerviosa junto a la bulimia nerviosa que afecta principalmente al sexo femenino, pero también existen otros trastornos alimentarios secundarios como el trastorno por atracón, la ortorexia que es la obsesión por una alimentación sana rica en frutas y verduras que no contengan grasas y la vigorexia que es la obsesión extrema por el ejercicio físico así no lo necesitase, alteración de la imagen corporal en donde las adolescentes siempre buscan tener el cuerpo ideal, estos trastornos pueden causar morbimortalidad siendo más común en adolescentes.

La conducta está relacionada a la modalidad que tiene una persona para comportarse en diversos ámbitos de su vida. Esto quiere decir que el término puede emplearse como sinónimo de comportamiento, ya que se refiere a las acciones que desarrolla un sujeto frente a los estímulos que recibe ya los vínculos que establece con su entorno.

La conducta alimentaria es el conjunto de acciones que practica un individuo en respuesta a circunstancias biológicas, psicológicas y socioculturales vinculadas con los alimentos, pudiendo su alteración conducir a la aparición de conductas de riesgo y trastornos alimentarios y de la ingesta de alimentos.<sup>29</sup> La sociedad actual promueve la delgadez, en especial de la mujer, como requisito indispensable para la belleza, la aceptación y el éxito, de tal forma que una buena parte de las mujeres que se encuentran en la adolescencia o adultez temprana muestran insatisfacción con su peso y su forma corporal. Esta situación puede desencadenar una serie de comportamientos inadecuados relacionados con la alimentación y el peso, que suponen un riesgo para el desarrollo de algún tipo de trastorno alimentario.

Para Ibáñez F, “Las conductas de riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria es el inicio de las enfermedades nutricionales que padecen los adolescentes ,ellos buscan evitar consumir alimentos , ven y se sienten con sobrepeso ,se preocupan por las calorías que presenta cada plato y un gran sentimiento de culpa después de ingerirlos acompañado de prácticas excesivas de actividad y ejercicio físico , consumo de alimentos bajos en calorías, los adolescentes empiezan a consumir grandes porciones de alimentos pero cuando ven que estos les están subiendo de peso optan por provocarse el vómito con el fin de expulsar lo que les va engordar ,todo esto realizan los adolescentes para solucionar sus falsos problemas estéticos”.<sup>30</sup>

Las conductas de riesgo de los trastornos alimentarios en adolescentes traen como consecuencias retardo del crecimiento, desnutrición junto con anemia y problemas emocionales.

Adolescencia, viene del término latino “adolescere” que quiere decir crecer, desarrollarse, definida como la etapa de crecimiento y maduración entre la niñez y la etapa adulta que cronológicamente se inicia por las transformaciones biológicas,

psicológicas y sociales, que en ocasiones suelen ser episodios de crisis, conflictos y contradicciones. La adolescencia es una etapa de adaptación a los cambios corporales y de independencia psicológica y social. En este periodo también aumentan las necesidades nutricionales es aquí donde el adolescente alcanza más del 20% en estatura y un 50% en masa ósea.<sup>31</sup>

La Organización Mundial de la Salud sostiene que la etapa adolescente empieza desde los 11 a 19 años convirtiéndose en un periodo difícil para la vida del adolescente, pasa de ser un niño a un adulto con algunas responsabilidades, produciendo cambios fisiológicos y psicológicos. La adolescencia se puede clasificar en tres fases:<sup>32</sup>

Adolescencia Temprana: A partir de los 11 a 13 años: En este periodo empiezan los cambios corporales y la menarquia en mujeres, a nivel psicológico el adolescente pierde interés por sus progenitores e inicia nuevas amistades con personas de su mismo sexo y del sexo opuesto, a nivel intelectual sus necesidades cognitivas y fantasías aumentan no logran controlar sus impulsos y se plantean metas a futuro falsas.

Adolescencia intermedia: A partir de los 14 a 16 años: Es este periodo el adolescente ha culminado prácticamente su crecimiento, es aquí en donde tiene una muy buena relación con sus pares, comparten valores e inicia los conflictos con los padres, aquí también inicia la curiosidad y la experiencia por la actividad sexual, suelen iniciar conductas de riesgo y en ocasiones no miden el peligro ni las consecuencias de sus actos, suelen preocuparse por su imagen corporal, desean tener un cuerpo atractivo y siempre están pendientes de la moda.

Adolescencia tardía: A partir de los 17 a 19 años: En este periodo el adolescente acepta su imagen corporal, suelen acercarse nuevamente a sus progenitores y tienen un pensamiento más coherente, suelen ponerse metas reales. Es indispensable conocer estas etapas y sus características para poder interpretar el pensamiento y actitudes del adolescente.<sup>30</sup>

Según la dimensión ingesta de alimentos. Las conductas que muestran los adolescentes al evitar el consumo de los alimentos son evidencias que permiten detectar un trastorno alimentario, es normal para ellos que distorsionen su

pensamiento con ideas sobre su aspecto físico y la obesidad , siendo un factor desencadenante para las conductas de riesgo con la alimentación ,los adolescentes son vulnerables a cualquier comentario, expresiones u opiniones de sus compañeros de clase los amigos referente a su imagen , calificativos de gorda, lo que causa en el adolescente un temor a engordar. Las conductas de riesgo empiezan desde el ayuno ya que lo adolescentes empiezan a saltar las comidas, los adolescentes no solo reducen las comidas sino también cuentan sus calorías y suelen pesarse después de consumirlas, normalmente inician rechazando los carbohidratos, luego las grasas y proteínas para quedarse solo con agua y verduras, pero para ellos esto no es suficiente ya que su objetivo es perder y perder peso diario. Las porciones de alimentos que consumen estos adolescentes son pequeñas, pero ellos las ven enormes, la mayoría de estos adolescentes empiezan a realizar dietas estrictas siendo un signo de alarma.

33

Los(as) adolescentes manifiestan las siguientes conductas como signos de alarma:

Tengo que ponerme a dieta: Los adolescentes con estas conductas de riesgo siempre suelen estar a dieta, pueden comer como cualquier persona una semana, pero luego empiezan con las dietas, suelen comer solo un alimento al día ya sea almuerzo o cena, pero nunca las tres comidas al día y si lo hacen es en pequeñas raciones sin incluir carbohidratos ni bebidas azucaradas.

Hago dietas todos los días: Para los adolescentes con estas conductas de riesgo las dietas que realizan no son suficientes por ello en ocasiones prefieren no comer y solo mantenerse a base de agua, frutas acidas y verduras a las que se les pueda condimentar solo con limón ya que ellos piensan que todo lo que es acido les va ayudar a quemar grasa.

Las harinas me engordan por eso evito consumirlas: Los carbohidratos son los menos deseados por los (as) adolescentes que realizan estas conductas ya que saben que el exceso de estos alimentos les puede hacer subir de peso muy rápido sobre todo si no realizan ejercicios.

Evito almorzar por miedo a engordar: Los adolescentes con estas conductas casi nunca almuerzan porque piensan que esta comida es la más peligrosa del día y la que hace subir más rápido de peso por los carbohidratos y proteínas que contiene, el almuerzo ideal para ellos(as) sería una ensalada con bastante limón, sin ningún carbohidrato y poca cantidad de proteínas.

Evito cenar por miedo a engordar: El estar varias horas sin comer durante todo el día crea ansiedad en ellas(os) y es en la noche en donde tienen más hambre, para calmar esa ansiedad cenan, pero inmediatamente se inducen al vómito, y si no lo hacen no logran conciliar el sueño durante toda la noche y lo primero que harán al día siguiente será pesarse y lamentarse haber cenado y no vomitado.

Procuró no comer aunque tenga hambre: Los adolescentes que siempre practican estas conductas, es normal que no quieran comer porque sienten que si lo hacen subirán de peso inmediatamente es por ello que prefieren no ingerir alimentos y mantenerse a base de agua, y ensaladas.

Suelo tomar mucha agua para llenar mi estómago y así no tenga deseos de comer: Los adolescentes para no comer suelen tomar agua a cada momento ya sea sola o limonadas con el fin de no tener hambre durante todo el día, estos adolescentes suelen tomar hasta 3 litros en 6 horas ya que bebiendo agua calman su ansiedad.

Cuento con frecuencia todas las calorías que consumo: El adolescente empieza a contar las calorías que tiene cada alimento sobre todo en carbohidratos, y a restringir o limitar el consumo de alimentos con mayor aporte calórico. Se encuentran preocupados en saber cuántas calorías tiene este o aquel alimento con el fin de no pasar el límite de calorías que para el adolescente es perjudicial, memorizan las calorías de todos los alimentos que van a consumir, leen los envases y empaques de los productos que compran en el mercado, utilizan calculadoras, tablas, agendas y para corroborar su información utilizan el internet. Convirtiéndose en ocasiones en amantes de productos light, aunque en la etapa adolescente en la que se encuentran pueden causar efectos negativos para la salud.<sup>33</sup>

Evito asistir a reuniones familiares porque ahí dan de comer: Estas acciones son poco comunes, pero si existen, aquí a los adolescentes no les gusta asistir a reuniones familiares porque piensan que si les van a dar de comer no lo van a poder vomitar porque sus familiares se pueden dar cuenta, por ello si van a reuniones familiares es normal en estos adolescentes que no reciban la comida que ofrecen en dicha reunión, y suelen mantenerse solo con refrescos.

Últimamente me siento muy cansada(o) incluso me eh quedado dormida(o) en el aula: La mayoría de los adolescentes que realiza estas acciones suelen sentir sueño, esto debido a las bajas defensas que presentan como consecuencia de las dietas excesivas, vómitos y ejercicios extremos, la anemia y las enfermedades respiratorias son muy frecuentes en este tipo de adolescentes.

Me gusta tener el estómago vacío: Muchos adolescentes se sienten satisfacción por tener el estómago vacío, es por esa razón que empiezan a saltar las comidas como el desayuno y la cena, pensando que esa es la solución para bajar de peso, sin percatarse que están poniendo en peligro su cuerpo ya que pueden adquirir enfermedades gástricas, en otras ocasiones es todo lo contrario, el adolescente empieza a consumir alimentos de una manera descontrolada que sin darse cuenta ya aumento de peso. En los trastornos alimentarios el paciente disfruta tener el estómago vacío ya que el imagina que esa es la única solución para perder peso sin ingerir alimentos.<sup>33</sup>

Me provoco el vómito cada vez que tengo el estómago lleno: Estas acciones son muy comunes en adolescentes que presentan conductas de riesgo sobre la alimentación, la culpa que sientes por haber comido es mucha, para poder realizar estas acciones estos adolescentes deben estar solos para que nadie evidencie lo que hacen y puedan reprocharlos , la manera más fácil de producirse el vómito es metiendo el dedo a la boca o simplemente fingir lavarse los dientes y con el cepillo producirse el vómito, inmediatamente después de haber comido.<sup>33</sup>

Según la dimensión relacionadas con la autoimagen i bien es cierto la autoimagen es tener el valor que se tiene de uno mismo también se conoce al conjunto de creencias, actitudes para enfrentarse a la vida, es el concepto afectivo que tiene

cada persona, pensamientos positivos de las cualidades que tiene cada individuo y que tan capaz es de afrontar los retos que le da la vida y el poder de transmitir la confianza y seguridad en sus acciones, sentimientos, del mismo modo que sus capacidades físicas, intelectuales, sociales, actitudes.

El concepto de imagen corporal expresa lo que una persona siente, piensa y percibe de sí misma y de su cuerpo muchas veces la relacionamos con la apariencia física que va cambiando desde la infancia hasta la etapa adolescente. En la adolescencia es muy importante el aspecto físico y la imagen corporal sobretodo el estar pendiente de lo que los demás piensen, vean y acepten y al no poder cumplir con las expectativas que demandan los pares y la sociedad se llegan a producir las conductas riesgosas para poder lograr la aceptación de la sociedad.<sup>31</sup>

Alteración de la imagen corporal: La alteración de la imagen corporal está relacionada con los desórdenes alimenticios. En donde el adolescente presenta una distorsión imaginaria sobre su aspecto físico, exageración por pequeñas anomalías físicas.<sup>31</sup>

La imagen corporal es la forma que la mente le otorga al propio cuerpo, ya que incluye actitudes y valoraciones que el individuo construye acerca de su cuerpo, La imagen corporal se conforma en distintos componentes como: Perceptual, cognitivo, afectivo y conductual.<sup>32</sup>

En relación a la dimensión relacionadas con la autoimagen, los(as) adolescentes manifiestan las siguientes conductas como signos de alarma:

Estoy gorda(o): Para los adolescentes que padecen este problema no existe otro tema que les importe más que su peso, siendo toda su preocupación en la idea que tiene de estar obesos así no lo estén, causándose grados de preocupación y ansiedad. Los adolescentes suelen tenerle miedo a la comida porque saben que de todas maneras esta va subir, aunque sea un gramo de peso y para ellos es perjudicial aumentar un solo gramo, este miedo no desaparece del adolescente así haya perdido peso, el miedo a engordar es enorme.<sup>33</sup>

Me molesta que mis compañeros se burlen de mi figura: La insatisfacción con la imagen corporal, la restricción alimentaria, así como los comportamientos para la pérdida de peso durante la infancia son considerados factores de riesgo, que

asociados a elementos biopsicosociales contribuyen a problemas como la dependencia al ejercicio y a los trastornos alimenticios.

Utilizo pastillas, laxantes y otros productos para perder peso: El uso de diuréticos y laxantes por los adolescentes son empleados con el objetivo de disminuir el abultamiento abdominal, si comparamos la conducta purgativa entre varones y mujeres se llegó a la conclusión de que las mujeres practican este hábito una vez a la semana o diariamente, siendo más propensas a realizar estas conductas riesgosas con el fin de mantener o bajar de peso, las purgas provocadas por los adolescentes se realizan cada vez que ellos no han ido al inodoro a realizar deposiciones, los adolescentes sienten el estómago abultado siendo esa la principal razón por la cual llegan a consumir diuréticos y laxantes que les ayudaran a reducir los centímetros de más que está causando el abultamiento del estómago, estas purgas a la larga causan una serie de alteraciones orales debido al efecto de los ácidos gástricos.

A menudo realizo ejercicios para perder peso: La cantidad de jóvenes que realizan ejercicios en la actualidad para perder peso tienen cifras muy altas no para estar saludables sino porque quieren ser aceptados en la sociedad por ser delgados, a menudo los adolescentes realizan ejercicios extremos, si se calcula en índice de masa corporal y el peso para la talla ideal se obtendrán los resultados que de un 3% presenta obesidad moderada y un 27 % bajo peso lo que nos muestra que los adolescentes con rutinas de ejercicios diarios no presentan obesidad sino por el contrario tienen peso bajo para su talla.

Me siento mal cuando mis amigas(os) halagan la figura de otras(os) y no la mía: Los adolescentes con estas conductas de riesgo suelen sentirse tristes cuando sus amigos(as) halagan la figura de los demás menos de ellos(as) sienten que las dietas que realizan son en vano y en ocasiones ya no suelen salir con ese grupo de amigos porque sienten que los(as) ignoran.

Quiero ser delgada(o) como los (as) modelos que salen en la televisión: Entre los factores sociales que causan los trastornos de la conducta alimentaria están los medios de comunicación y las redes sociales que se han convertido en focos publicitarios que afectan principalmente a los jóvenes, quienes pueden

desencadenar conductas de riesgo tratando de querer imitar la imagen que les ofrecen que pueden ser perjudiciales para la salud del adolescente.

En la actualidad el mundo se está orientando a un modelo estético corporal, que muestra un cuerpo perfecto, esbelto, lo cual solo se puede obtener teniendo un régimen alimenticio ideal, lo que ocasionaría riesgo de atracones, dietas estrictas ayunos y ejercicios excesivos, uso de laxantes, con el objetivo de lograr la apariencia física ideal que exige la sociedad.

La sociedad actual transmite mediante los medios de comunicación una imagen corporal ideal siendo los adolescentes quienes imitan estas figuras realizando conductas no apropiadas para su salud y mantener la figura ideal de sus modelos hasta llegar a imitarlos, lo que conlleva un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones de la imagen corporal del adolescente.

Cada vez que me veo en el espejo me veo gorda(o) a pesar que los demás me digan que no lo estoy: La insatisfacción se puede originar por la distorsión perceptiva, por la discrepancia entre el cuerpo percibido y el ideal o, simplemente, por el disgusto con el propio cuerpo y puede originarse por un entorno adverso a ciertas figuras ideales establecidas por la sociedad. La frecuencia de la insatisfacción de la imagen corporal (IMCO) puede ser explorada en diferentes grupos como el género, la edad, la sexualidad, las clases sociales, los grupos étnicos o culturales.

Cada vez que me reúno con mis amigas(o) mi principal tema de conversación es el peso, mi figura y la alimentación: Los adolescentes que padecen estas conductas siempre tienen tema de conversación y ese tema es la alimentación, peso y la imagen corporal, suelen pesarse, medirse la cintura, el vientre y dar sus “tips” para perder peso sin maltratar mucho su cuerpo.

Me pongo bolsas alrededor de la barriga porque me han dicho que eso ayuda a bajar los rollitos: Estas conductas de riesgo las encontramos en todas partes, medios de comunicación como la televisión y el internet que ofrecen fajas reductoras, cremas quemagrasa que la mayoría de ellas no ayudan a perder peso, las adolescentes para no comprar estas fajas caras y poco útiles optan por colocarse cualquier tipo de bolsas alrededor del abdomen mientras hacen ejercicios, al ver que sudan piensan

que las bolsas están dando resultados cuando ese mito es falso ya que lo que están haciendo es deshidratándose y no quemar grasa.

Me siento preocupada cada vez que subo un kilo: Los adolescentes con este problema suelen sentir gran preocupación después de comer sobre todo si es en la noche ya que saben que los alimentos ingeridos en la cena no los pueden quemar mientras duermen, es por ello que al levantarse suelen pesarse y mirarse varias veces al espejo con el fin de ver si han aumentado de peso.

Por ello surgió la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la institución educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra,2019?

Desde el punto de vista teórico el presente trabajo de investigación presenta una gran importancia debido a que brindará información actualizada sobre las conductas de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria. Del mismo modo tendrían un aporte para la institución educativa ya que ayudara a investigar si en dicho plantel existen conductas de riesgo alimentarias que estén afectando la salud de los(as)estudiantes.

Desde el punto de vista práctico, el estudio trata de resolver una situación practica al indagar si hay existencia de conductas de riesgo para los trastornos alimentarios en los (as) adolescentes del quinto año de nivel secundaria ya que la directora del plantel refirió que en el 5to A existe un estudiante con problemas de TBC y si existe conductas de riesgo alimentarias en la mayoría de los estudiantes es probable que existan casos de alumnos con anemia en definitiva con un sistema inmunológico bajo y que cojan una tuberculosis es fácil en ellos ya que su sistema inmune está deprimido, para corroborar que existan estas conductas en dicha institución se aplicara un cuestionario con 28 preguntas.

Desde el punto de vista metodológico, este estudio servirá como estrategia para seguir desarrollando más investigaciones utilizando los instrumentos ya realizados. Siendo también de gran ayuda el cuestionario elaborado en la presente investigación, que tendrá valor para nuevos estudios referentes al tema.

Como objetivos se formulan:

Objetivo General: Determinar las conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la institución educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.

Objetivos Específicos: Identificar las conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en relación al control de la ingesta alimentaria.

Identificar las conductas de riesgo para trastornos de la alimentación relacionadas con la autoimagen.

## **II METODOLOGÍA**

### **2.1 Diseño de investigación**

**Tipo de estudio:** De enfoque cuantitativo al cuantificar las variables numéricas tratadas mediante herramientas estadísticas

**Tipo:** Aplicativo, descriptivo: método científico que implica observar y describir el comportamiento de un sujeto sin influir sobre el.

**Diseño:** Observacional: son estudios estadísticos

**Corte:** Transversal que permite medir variables en un momento dado, se recolecta en el presente y en características pasadas o de conductas o experiencias de los individuos, su unidad de análisis es un individuo y se mide en un solo momento.

## 2.2 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEF.CONCEPTUAL	DISEÑO OPERACIONAL	DIMENSIONES/INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación	El riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria e el inicio de la enfermedades nutricionales que padecen los adolescentes ellos buscan evitar consumir alimentos , ellos se ven y se sienten con sobrepeso ,s preocupan por las calorías que presenta cada plato y un gran sentimiento de culpa después de ingerirlo acompañado de prácticas excesivas de actividad ejercicio físico.	Las conductas de riesgo son manifestaciones extremas de una variedad de preocupaciones por el peso y la comida. Puede ocasionar importantes morbilidad y es más común en mujeres adolescentes. Se aplicará un cuestionario con 20 preguntas de las cuales 14 pertenecieron a la dimensión de control de la ingesta alimentaria y 6 pertenecieron a la dimensión relacionadas con la autoimagen. Las	<p><b>CONTROL DE LA INGESTA ALIMENTARIA:</b></p> <p>Las conductas de riesgo alimentarias que muestran los adolescentes al evitar consumir los alimentos son signos que permiten percibir un trastorno alimentario, siendo normal para este tipo de adolescentes que distorsionen su pensamiento con ideas sobre su aspecto físico y la obesidad, siendo un factor desencadenante para las conductas de riesgo con la alimentación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Tengo que ponerme a dieta.</li> <li>· Hago dietas todos los días.</li> <li>· Las harinas me engordan por eso evito consumirlas.</li> <li>· Evito almorzar por miedo a engordar.</li> <li>· Evito cenar por miedo a engordar.</li> <li>· Procuero no comer aunque tenga hambre.</li> <li>· Cada vez que como algo que me pueda engordar me provocho el vómito.</li> </ul>	Nominal

		preguntas dicotómicas	fueron	<p>Suelo tener una alimentación vegetariana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Suelo tomar mucha agua para llenar mi estómago y así no tenga deseos de comer.</li> <li>· Cuento con frecuencia todas las calorías que consumo.</li> <li>· Evito asistir a reuniones familiares porque ahí dan de comer.</li> <li>· Últimamente me siento muy cansada(o) incluso me eh quedado dormida(o) en el aula.</li> <li>· Me gusta tener el estómago vacío.</li> <li>· Me siento preocupada(o) cada vez que subo un kilo.</li> </ul> <p><b>RELACIONADOS CON LA AUTOIMAGEN</b></p> <p>La autoimagen es el conjunto de creencias, actitudes par enfrentarse a la vida, y el poder de transmitir la confianza seguridad en sus acciones, sentimientos, del mismo modo qu sus capacidades físicas, intelectuales, sociales, actitudes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Estoy gorda(o).</li> <li>· Me molesta que mis compañeros se burlen de mi figura.</li> <li>· Utilizo pastillas, laxantes y otros productos para perder peso.</li> </ul>	
--	--	--------------------------	--------	---	--

			<p>A menudo realizo ejercicios para perder peso.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Me siento mal cuando mis amigas(os) halagan la figura de otras(os) y no la mía.</li> <li>· Quiero ser delgada(o) como los (as) modelos que salen en la televisión.</li> <li>· Cada vez que me veo en al espejo me veo gorda(o) a pesar que los demás me digan que no lo estoy.</li> <li>· Cada vez que me reúno con mis amigas(o) mi principal tema de conversación es el peso, mi figura y la alimentación.</li> <li>· Parece que las personas delgadas tienen más éxito en la vida.</li> <li>· Todas las dietas que hago son en vano.</li> <li>· Me molesta lo que hacen mis compañeras(os) para tener un cuerpo ideal.</li> <li>· Me pongo bolsas alrededor de la barriga porque me han dicho que eso ayuda a bajar los rollitos.</li> <li>· En mis tiempos libres busco información en mi celular o computadora sobre cómo perder peso.</li> <li>· Me siento preocupada cada vez que subo un kilo.</li> </ul>	
--	--	--	---	--

### 2.3. Población y muestra:

La población considerada para la siguiente investigación está conformada por las alumnas(os) del 5 año de educación secundaria de las 4 secciones. A, B, C, D.

5to	VARONES	MUJERES	TOTAL
A	20	14	34
B	21	12	33
C	7	12	19
D	6	8	14
<b>TOTAL</b>	<b>54</b>	<b>46</b>	<b>100</b>

#### **Criterios de inclusión:**

Estudiantes de 5to de secundaria de ambos sexos

Tener el consentimiento informado de los padres

Estudiantes que estén matriculados

Estudiantes de 15 a 17 años

#### **Criterios de exclusión:**

Estudiantes menores de 15 años

Estudiantes de 4to de secundaria

Estudiantes que no pertenezcan al 5to de secundaria

### **24 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.**

Para la investigación se realizó la encuesta, que es una técnica de recolección de datos que permite obtener la información de un grupo significativo de personas que presentan el mismo problema de estudio. Para la elaboración del instrumento se revisaron 6 instrumentos que se mencionan a continuación. El Test de actitudes alimentarias (EAT-26) elaborada por Garner y Garkinfel en 1979 en México. consta 26 items.<sup>20</sup> Otro instrumento que sirvió como guía fue El Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo. (CBCAR) creado y validado también en México por Uniker, Villatoro, Medina, Fleiz, Alcántara y Hernández, es un instrumento que consta de 10 preguntas sobre la preocupación por engordar, la práctica de atracones, la sensación de falta de control al comer y las conductas alimentarias de tipo restrictivo y purgativo, para perder peso corporal. Otro instrumento que sirvió como guía para la elaboración de la encuesta fue la escala de Likert elaborado por Rivera en el año 2007

el cual consta de 35 preguntas ,Otra guía para la elaboración del instrumento fue el cuestionario Actitudes socioculturales hacia la apariencia (SATAQ-3), que presenta 30 items, creado por Behar en 1994 en Argentina, también sirvió de guía el cuestionario Insatisfacción de imagen corporal (BSQ-34), que presenta 34 items, creado por Baile, Guillén, Garrido.<sup>20</sup> El cuestionario Autoconcepto físico (AFI) cuenta con 30 items, también sirvió como guía para la elaboración del instrumento, creado por Esnaola y Goñi en 2004 en Francia, El cuestionario de conductas alimentarias de riesgo (CAR) creado por Unikel Santoncini , Bojorquez Chapela y Carreño García en el año 2004 cuenta con 10 items.<sup>22</sup>

Inventario de Influencia de Pares sobre la Preocupación Alimentaria (I-PIEC) creado por Oliver y Thelen en 1996, consta de 30 reactivos con cinco opciones de respuesta tipo Likert. Amaya, Mancilla, Alvarez, Ortega y Bautista (2011) evaluaron las propiedades psicométricas de este inventario en población mexicana, y derivaron dos versiones del I- PIEC: una para el sexo femenino, con 22 reactivos y otra para el sexo masculino, con 20 reactivos.<sup>37</sup>

Después de obtener la autorización para realizar la recolección de datos lo primero que se hizo fue solicitar el permiso de la Directora a quien se le dio a conocer los objetivos de la investigación y se llegó a coordinar las fechas para la aplicación del instrumento.

Al llegar a las aulas previa autorización y coordinaciones, los adolescentes fueron informados de los objetivos del estudio para obtener su permiso y colaboración durante el desarrollo del cuestionario, respetando el principio de confidencialidad. El cuestionario fue aplicado en la hora de salida 1:30 pm en 2 días, el primer día martes se aplicó a 2 secciones 5to A y B, el segundo día martes también, se aplicó al 5to C y D, la aplicación del instrumento para cada aula duro aproximadamente 40 minutos ya que se tuvo que pesar y tallar a las(os) que no sabían esos datos. Al culminar la aplicación del instrumento se procedió a revisar que todas las preguntas hayan sido respondidas en su totalidad. Se dio las gracias a los adolescentes, docentes y directora de la institución quien solicito un porcentaje estadístico de los resultados.

Validez: La prueba de validación fue dada a través de 5 jueces se modificó el cuestionario en 1 día y luego pudo ser aplicado a la población objetivo.

Confiabilidad: Para obtener la confiabilidad se aplicó una prueba piloto a 20 estudiantes del quinto de secundaria del colegio Hijos de Luya donde se obtuvo un alfa de Crombach de 0.883 lo cual señala que el instrumento es confiable.

## 25 Métodos de análisis de datos

Una vez concluido la recolección de datos, se procedió a realizar el vaciado de datos en el programa IBM SPSS Statistics 25 que es un software en el que se puede crear tablas, calcular y analizar datos, después los datos fueron exportados al programa Excel 2016 en el cual permitirá presentar los resultados a través de cuadros de frecuencia y diagramas de barras.

<b>Resumen de procesamiento de casos</b>			
		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	20	100,0
a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.			

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cron Bach	N de elementos
,883	28

## 26 Aspectos éticos

En el presente estudio de investigación se aplica los principios bioéticos como son la beneficencia, autonomía y justicia, los cuales son importantes en la investigación y practica en la carrera profesional de enfermería.

Beneficencia: Las acciones que se realicen serán en beneficio del adolescente y nos permitirá obtener información sobre las conductas de riesgo en la alimentación a las que están expuestos y evitar así un trastorno de la conducta alimentaria.

Autonomía: La directora del colegio hijos de luya acepto el ingreso y la aplicación del instrumento a los estudiantes de 5to de secundaria y ellos aceptaron ser partícipes del estudio.

Justicia: Todos los estudiantes de 5to año de secundaria que participen en la investigación tendrán los mismos beneficios y oportuandades de ser sujetos de estudio sin hacer distinción.

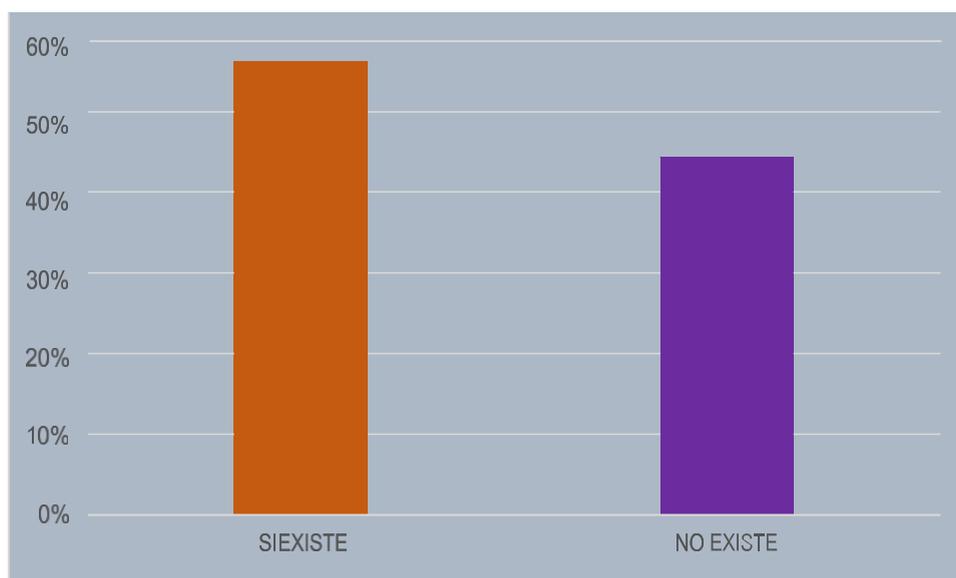
### III RESULTADOS

**Tabla 1:** Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la institución educativa 8183 pitágoras-puente piedra, 2019.

En esta tabla se observa que el 56% presenta conductas de riesgo

	NO	%
SI	56	56%
NO	44	44%
TOTAL	100	100%

*Fuente: Cuestionario Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra,2019.*



*Fuente: Cuestionario Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra,2019.*

**Gráfico 1.** Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra,2019.

Según el gráfico el 56% de los adolescentes encuestados presentan conductas de riesgo.

**Tabla 2.** Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación según dimensión control de la ingesta alimentaria.

ITEMS	SI		NO	
Las harinas me engordan por eso evito consumirlas	63	63%	37	37%
Tengo que ponerme a dieta	46	46%	54	54%
Suelo tener una alimentación vegetariana	42	42%	58	58%
Últimamente me siento muy cansada(o) incluso me eh quedado dormida(o) en el aula	37	37%	63	63%
Evito cenar por miedo a engordar	17	17%	83	83%
Suelo tomar mucha agua para llenar mi estómago y así no tenga deseos de comer	17	17%	83	83%
Cuento con frecuencia todas las calorías que consumo	13	13%	87	87%
Hago dietas todos los días	10	10%	90	90%
Evito asistir a reuniones familiares porque ahí dan de comer	9	9%	91	91%
Procuro no comer aunque tenga hambre	7	7%	93	93%
Evito almorzar por miedo a engordar	6	6%	94	94%
Me gusta tener el estómago vacío	5	5%	95	95%
Cada vez que como algo que me pueda engordar me provocho el vómito	2	2%	98	98%
Me provocho el vómito cada vez que tengo el estómago lleno	1	1%	99	99%

Fuente: Cuestionario Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.



Fuente: Cuestionario Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.

**Gráfico 2.** Conductas de riesgo según la dimensión control de la ingesta alimentaria.

**Tabla 3** Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación según dimensión relacionadas con la autoimagen.

ITEMS	SI		NO	
A menudo realizo ejercicios para perder peso.	32	32%	68	68%
Me molesta lo que hacen mis compañeras(os) para tener un cuerpo ideal.	22	22%	78	78%
Todas las dietas que hago son en vano.	20	20%	80	80%
En mis tiempos libres busco información en mi celular o computadora sobre cómo perder peso.	20	20%	80	80%
Quiero ser delgada(o) como los (as) modelos que salen en la televisión.	18	18%	82	82%
Cada vez que me veo en al espejo me veo gorda(o) a pesar que los demás me digan que no lo estoy.	18	18%	82	82%
Me molesta que mis compañeros se burlen de mi figura	18	18%	82	82%
Estoy gorda(o).	14	14%	86	86%
Me siento mal cuando mis amigas(os) halagan la figura de otras(os) y no la mía.	13	13%	87	87%
Parece que las personas delgadas tiene más éxito en la vida.	12	12%	88	88%
Me siento preocupada cada vez que subo un kilo.	12	12%	88	88%
Me pongo bolsas alrededor de la barriga porque me han dicho que eso ayuda a bajar los ritos.	8	8%	92	92%
Cada vez que me reúno con mis amigas(o) mi principal tema de conversación es el peso, mi figura y la alimentación.	4	4%	96	96%
Utilizo pastillas, laxantes y otros productos para perder peso.	3	3%	97	97%

*Fuente: Cuestionario Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.*



*Fuente: Cuestionario Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019.*

Gráfico 3. se observa las conductas de riesgo según la dimensión relacionadas con la autoimagen.

#### IV DISCUSIÓN

La adolescencia es una etapa de cambios, la persona muestra preocupación por su aspecto físico generalmente, en este periodo también se desarrolla el sentido de la identidad y el rol sexual, es aquí donde existe la atracción por el sexo opuesto y por ende el gusto por sentirse simpática(o) hacia los demás, siendo una de las etapas más difícil. También se puede dar que la mayoría suele presentar conductas de riesgo para lograr el objetivo de tener un cuerpo ideal y así gustar a los demás e incluso gustar a uno mismo. A ello se suma que existen varias culturas que han tenido un sin fin de conceptos erróneos hacia la imagen corporal, en donde indican que la delgadez es sinónimo de belleza según el estudio realizado por Ibañez <sup>26</sup>.

Importante considerar por otro lado, los medios de comunicación como la televisión que muestran un cuerpo ideal en cada uno de sus personajes y que muchas veces es tomado como una imagen perfecta que incentiva a mantenerlo mediante dietas y ejercicio en exceso, creando confusión en los adolescentes, quienes buscan imitar esta imagen corporal que les plantean, estos medios de comunicación muestran la belleza de una mujer en la delgadez y el esbelto de su cuerpo y en los varones la ganancia de masa muscular en brazos, abdomen y piernas. En estos últimos años la población adolescente suele someterse a dietas peligrosas y realizar ejercicio en exceso para lograr un cuerpo ideal, siendo el inicio de diversas enfermedades nutricionales de acuerdo con los hallazgos de Ibañez<sup>26</sup>.

Estas conductas de riesgo alimentarias pueden traer complicaciones graves hacia los adolescentes, es por ello que las autoridades de la institución, padres y el nivel salud deben estar alertas ante esta problemática para prevenir consecuencias fatales.

El trabajo de investigación tiene como objetivo general determinar las conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras-Puente Piedra, 2019, en donde un 56% de estudiantes realizan las conductas mencionadas en los siguientes párrafos, en relación a la ingesta de alimentos y poca satisfacción por su imagen corporal, estos estudios son similares al Ponce J quien trabajo con la misma muestra de 100 adolescentes de una institución nacional mixta con estudiantes de 5to de secundaria.

En relación a la dimensión control de la ingesta alimentaria predomina evitar consumir harinas porque las(os) engordan 63%, ponerse a dieta un 46%, alimentarse vegetarianamente 42%, sentirse cansado e incluso quedarse dormida(o) en el aula 37%, seguida de otras conductas que van desde miedo a engordar hasta provocarse el vómito. Así mismo existen otras conductas como contar el contenido calórico de los alimentos, no almorzar ni comer por las noches, tomar mucha agua para tener el estómago lleno, etc. Estos estudios son similares al de Cortés L, cuyos resultados fueron que un 40% de los encuestados realizan conductas de riesgo que van desde hacer dieta y demás para mantener una figura ideal y el perfeccionismo corporal.<sup>17</sup> El control de la ingesta alimentaria coincide con Mustata, cuyos resultados fueron que un 47,9% de los adolescentes de ambos sexos presentan conductas de riesgo alimentarias para lograr un cuerpo ideal.<sup>16</sup> Discrepa de los resultados anteriores los hallazgos de Enriquez et al 23%<sup>15</sup>, del mismo modo, otros autores internacionales, Cristancho et al 13%<sup>22</sup>, obtuvieron porcentajes menores, esto debido a que trabajaron con muestras menores de 100.

Con respecto a la dimensión autoimagen, los principales hallazgos que más predominan están realizar ejercicios para perder peso 32%, molestia por no tener un cuerpo ideal 22%, hacer dietas en vano 20%, buscar información en las redes sociales sobre cómo perder peso, seguida de otras conductas que van desde querer ser delgada(o) como las(os) modelos de la televisión hasta utilizar laxantes para perder peso. Así mismo existen otras conductas como molestarse porque los compañeros se burlan de su imagen corporal, sentir preocupación por subir un kilo, ponerse bolsas en el estómago para bajar los rollitos, hablar con los amigos solo del peso. Hallazgos similares al estudio realizado por Lazo et al 13%,<sup>14</sup> Alvarado et al 10%. En lo que respecta a los hábitos alimenticios un 39%<sup>12</sup> y Aguinaga et al 21.2% y 19.0% en donde por los medios de comunicación para tener un perfil importante para tener un cuerpo estético.<sup>11</sup>

Los hallazgos obtenidos en la investigación muestran a los adolescentes como personas vulnerables que adquieren conductas de riesgo para poder ser aceptados por sus pares y la sociedad cayendo muchas veces en un juego peligroso que puede dañar su aspecto psicológico al tener ideas erróneas de cómo tener un cuerpo perfecto solo con dejar de comer o tener el estómago vacío, y a su aspecto físico que muestra la

delgadez como el modelo de un cuerpo ideal. En estos factores influye mucho el factor social, los amigos, incluso los mismos padres quienes con comentarios burlones hacia la imagen corporal de sus hijos los hacen sentir mal, es por ello que los adolescentes buscan varias alternativas ya sea en las redes sociales incluso ente amigo como tener un cuerpo delgado y así evitar las burlas de los demás.

Al respecto Betty Neuman, sostiene que el adolescente es un ser vulnerable ante las circunstancias de la sociedad, un ser que adquiere conductas muy rápido imitando las acciones del medio que los rodea, pero que también tienen facilidad de adaptarse a las personas que buscan lo mismo que ellos y capacidad de relacionarse con otras personas, contextos que pueden ser de riesgo por el desarrollo de conductas . Los adolescentes suelen realizar conductas riesgosas para lograr lo que se proponen cueste lo que cueste con tal de verse bien, los adolescentes suelen tener preocupación y conductas de riesgo hacia su imagen, estas conductas realizadas por los adolescentes son fundamentadas por el psicólogo David Elkind quien refiere que el adolescente se caracteriza por su egocentrismo , siente ser el centro de atención, piensan que todos los miran y se dan cuenta de sus defectos, a su vez rechazan los consejos de sus padres porque sienten que nunca los comprenderán, suelen sentirse invencibles y no miden las consecuencias de sus actos que le pueden ocasionar las conductas que realizan.

## **V CONCLUSIONES**

### **PRIMERA:**

Hay presencia de conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de la institución educativa 8183 Pitágoras.

### **SEGUNDA:**

En la dimensión control de la ingesta alimentaria, las conductas de riesgo que más predominan son: evitar comer harinas por miedo a engordar, tener una alimentación vegetariana, ponerse a dieta.

### **TERCERA:**

En la dimensión autoimagen, las conductas de riesgo que más predominan son: realizar ejercicios para perder peso, molestia cuando sus compañeras(os) las(os) comparan con otras personas y el realizar dietas y no obtener los resultados deseados.

## **VI RECOMENDACIONES**

### **PRIMERA:**

A las autoridades de la institución educativa 8183 Pitágoras tomar en cuenta estos datos para desarrollar programas relacionados a la prevención de las conductas de riesgo.

### **SEGUNDA:**

A las autoridades del centro de salud fortalecer las alianzas con los docentes y padres de familia considerando que existe un alto riesgo de esta problemática.

### **TERCERA:**

A los estudiantes de la institución educativa brindarles programas con el fin de fortalecer su autoimagen y autoestima y a los padres de familia de los estudiantes vigilar si sus hijos presentan estas conductas y poder prevenir posibles consecuencias.

## VI REFERENCIAS

1. Alfaro González María, Vázquez Fernández Marta Esther, Fierro Urturi Ana, Rodríguez Molinero Luis, Muñoz Moreno M.<sup>a</sup> Fé, Herrero Bregón Beatriz. Hábitos de alimentación y ejercicio físico en los adolescentes. Rev Pediatr Aten Primaria [Internet]. 2016 Sep [citado 2019 Mar 19] ; 18( 71 ): 221-229. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322016000300003&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322016000300003&lng=es).
2. Tarqui-Mamani Carolina, Alvarez-Dongo Doris, Espinoza-Oriundo Paula, Sanchez-Abanto Jose. Análisis de la tendencia del sobrepeso y obesidad en la población peruana. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet]. 2017 Jun [citado 2019 Mar 18] ; 21( 2 ): 137-147. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S217451452017000200006%201](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S217451452017000200006%201)
3. López C, Treasure J. Trastornos de la Conducta Alimentaria en adolescentes: Descripción y manejo. Chile .2018. [REV. MED. CLIN. CONDES - 2018; 22(1) 85 - 97]. [ online]. vol. 56. [citado 2018-10-18]. Disponible en: [https://www.clinicalascondes.cl/Dev\\_CLC/media/Imagenes/PDF%20revista%20m%C3%A9dica/2011/1%20enero/10\\_PS\\_Lopez-12.pdf](https://www.clinicalascondes.cl/Dev_CLC/media/Imagenes/PDF%20revista%20m%C3%A9dica/2011/1%20enero/10_PS_Lopez-12.pdf)
4. Mercedes A, Sánchez D, Rodríguez M. Los trastornos de la conducta alimentaria: evolución histórica y situación actual. [trabajo fin de grado]. España: Universidad de Cádiz;2016. Disponible en: <https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/16973/TFG%20terminado.pdf>
5. Romero Y, Sayago P, Moreno A. Curso de especialización Evaluación y Tratamiento Dietético-Nutricional en los Trastornos de la Conducta Alimentaria por la Universidad Pablo de Olavide.[Curso de especialización en tratamiento dietético y nutricional].Sevilla: Universidad Pablo de Olavide;2015. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6250763>
6. Sally E. Trastornos de la alimentación. Una perspectiva masculina. [Proyecto final de psicología]. Reino Unido: Cardiff Metropolitan University ; 2018. Disponible en: <https://repository.cardiffmet.ac.uk/bitstream/handle/10369/10009/Sally%20Edwards.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Martins R, Petroski L. Dissatisfaction with body image among female adolescents in a small Brazilian town: prevalence and correlates. Motri. [Internet]. 2015 Jun [citado 2018 Out 09];11( 2 ). pag:94-106. Disponible en: [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646107X2015000200010&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646107X2015000200010&script=sci_arttext&tlng=en)

8. Ministerio de Salud. Documento técnico –situación de salud de los adolescentes y jóvenes en el Perú. [servicio de publicaciones del MINSA] [fecha de acceso Octubre 2018].

Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>

9. Turpo R, Conductas riesgosas de anorexia nerviosa en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria San Francisco de Borja Juliaca [ tesis para optar el título de licenciada en enfermería].Puno: Universidad Nacional del Antiplano;2016. Disponible en: [http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3644/Turpo\\_Gutierrez\\_Roxana.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3644/Turpo_Gutierrez_Roxana.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

10. Ponce J. conductas de riesgo a trastornos en la alimentación (anorexia y bulimia nerviosa) en las alumnas del 4° y 5° de secundaria de la institución educativa parroquial padre abad. [ tesis para optar el título de licenciada en enfermería].Tingo María :Universidad de Huanuco;2014. Disponible en:

<http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/298/TESIS%20JENNY%20BRIGIDA%20PONCE%20VILLAORDU%C3%91A%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

11. Aguinagua, A, y Solano, M. Modelo Estético Corporal en Estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Santa Rosa y la Institución Educativa Aplicación ISPP de la ciudad de Tarapoto, 2017. [Tesis de Licenciatura]. Tarapoto: Universidad Peruana Unión, Facultad de Ciencias de la Salud; 2018. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1072>

12. Carranza R, Autopercepción corporal y su relación con el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa Juan XXIII Cajamarca. 2015. [Tesis para optar el título profesional de obstetrix]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca;2015. Disponible en:<http://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/1126/Tesis%20Rosmery%20Carranza%20Valdivia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

13. Alvarado L, Echegaray C, Autopercepción de la imagen corporal y hábitos alimentarios en adolescentes de una institución educativa – 2015. [Tesis para obtener el título profesional de enfermería]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo;2016. Disponible en :

<http://www.dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/7903/1689.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

14. La Cuzca M, Indicadores de riesgo de los trastornos alimenticios entre alumnas de quinto de secundaria de una institución educativa pública y privada de Trujillo, 2015 [Tesis para obtener el título profesional en psicología]. Trujillo: Universidad privada del Norte;2017. Disponible en :

<http://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10638/La%20Cunza%20Monz%C3%B3n%20Mary%20-%20parcial.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

15. Oshin D. Nivel de satisfacción e insatisfacción de los adolescentes respecto a su imagen corporal en la institución educativa secundaria emblemática maría auxiliadora - puno 2017. [Tesis para obtener el título profesional de enfermería]. Puno: Universidad Nacional del Antiplano; 2017. Disponible en:

[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6178/C%C3%B3rdova\\_Leqqe\\_Diana\\_Oshin.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6178/C%C3%B3rdova_Leqqe_Diana_Oshin.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

16. Lazo Y, Quenaya A y Mayta P. Influencia de los medios de comunicación y el riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria en escolares mujeres en Lima, Perú. Arch. argent. pediatr. [online]. 2015, vol.113, n.6 [citado 2018-10-08]. pag:519-525. Disponible en:[https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/primero/2015/AO\\_Lazo\\_Montoya\\_anticipo\\_23-10-15.pdf](https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/primero/2015/AO_Lazo_Montoya_anticipo_23-10-15.pdf)

17. Agosto, J, Barja, L. Influencias del modelo estético e insatisfacción corporal en adolescentes mujeres de una Institución Educativa Estatal de Lima Este, 2016 [Tesis para licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión; 2017. Disponible en:

[http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/412/Jhonny\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/412/Jhonny_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

18. Enriquez Peralta Raysa Emelin, Quintana Salinas Margot Rosario. Auto percepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla en adolescentes de una institución educativa, Lima-Perú. An. Fac. med. [Internet]. 2016 Abr [citado 2019 Mar 17] ; 77( 2): 117-122. Disponible en:

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025-55832016000200004&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025-55832016000200004&script=sci_arttext&tlng=pt)

19. Mustata A .The Risk of Eating Disorders in Adolescence and its Association with the Impact of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance,Bucharest. Rev Elsevier,187( 2015 ) :153 – 157.

Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815018224>

20. Cortes L, Tipo de perfeccionismo, dieta y conductas de riesgo hacia la alimentación. [Tesis para obtener el título profesional en ciencias sociales]. Madrid: Universidad Pontificia ICAI ICADE Comillas;2016. Disponible en:

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/13443/TFM0%2000508.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

21. Chacón G, Angelucci L, Quintero G. Autoconcepto físico y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios Caracas, 2016[Tesis para obtener el título profesional de enfermería]. Venezuela: Universidad Católica Andrés Bello;2016. Disponible en:

[https://www.researchgate.net/publication/316938912\\_Autoconcepto\\_fisico\\_y\\_conductas\\_alimentarias\\_de\\_riesgo\\_en\\_estudiantes\\_universitarios](https://www.researchgate.net/publication/316938912_Autoconcepto_fisico_y_conductas_alimentarias_de_riesgo_en_estudiantes_universitarios)

22. Deossa Restrepo, GC, Restrepo Betancur, LF, Velásquez Vargas, JE. Actitudes y comportamientos de riesgo para trastornos de la conducta alimentaria en jóvenes universitarios, Colombia. Revista Hacia la Promoción de la Salud [Internet]. 2015;20(1):67-82. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/3091/309142716005.pdf>
23. Magallanes M. y Martínez A. Conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción de imagen corporal en secundaria privada Zacatecas, México. Revista Iberoamericana de Ciencias ISSN,2015;2(4):2334-2501. Disponible en:  
<http://reibci.org/publicados/2015/julio/1100101.pdf>
24. Martins R, Petroski L. Dissatisfaction with body image among female adolescents in a small Brazilian town: prevalence and correlates. Motri. [Internet]. 2015 Jun [citado 2018 Out 09];11( 2 ). pag:94-106. Disponible en:  
[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646-107X2015000200010&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646-107X2015000200010&script=sci_arttext&tlng=en)
25. Cristancho P; López de Arco S. y Liévano Conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de 10 a 16 años, de un colegio privado Chia, Colombia. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología, 2015,8(1):17-26. Disponible en:  
<https://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/657/722>
26. Gayou U, Ribeiro R. Identificación de casos de riesgo de trastornos alimentarios entre estudiantes de Querétaro, México. Revista Mexicana ISSN,2014,5:2017-1523. Disponible en:  
<http://journals.iztacala.unam.mx/index.php/amta/article/view/311/423>
27. Durán, C., y Jofrè, V. (2014). Atención del o la Adolescente Basado en el Modelo de Sistemas de Betty Neuman. Cuidados De Enfermería Y Educación En Salud, 1(1), 78-91. Disponible en: <https://revistas.userena.cl/index.php/cuidenf/article/view/417>
28. Blair F, Caesar D, Nabeel M. Eclectic Model Using Theories of Piaget, Elkind & Kohlberg to Help Adolescents Develop Cognitively. Disponible en:  
[https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/39444511/model.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1557073422&Signature=s9s9n0dvhYm5vuAY1Q22ZSrJXik%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEclectic\\_Model\\_Using\\_Theories\\_of\\_Piaget.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/39444511/model.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1557073422&Signature=s9s9n0dvhYm5vuAY1Q22ZSrJXik%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEclectic_Model_Using_Theories_of_Piaget.pdf)
29. Jiménez Ortega, AI, González Iglesias, MJ, Gimeno Pita, P, Ortega, RM. Problemática nutricional de la población femenina adolescente. Nutrición Hospitalaria [Internet]. 2015;32(1):5-9. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309243316002>
30. Ibáñez F. Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria, en las adolescentes de la institución educativa secundaria adventista Puno; Perú 2014. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Puno: Universidad Nacional del Antiplano;2014. Disponible en:

[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2786/Iba%C3%B1ezMamani\\_Fresia\\_Pilar.pdf?sequence=1](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2786/Iba%C3%B1ezMamani_Fresia_Pilar.pdf?sequence=1)

31. Gaete Verónica. Desarrollo psicosocial del adolescente. Rev. chil. pediátr. [Internet]. 2015 Dic [citado 2018 Dic 07] ; 86( 6 ): 436-443. Disponible en:

[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062015000600010&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062015000600010&script=sci_arttext&tlng=pt)

32. Jiménez-Flores P, Jiménez-Cruz A, Bacardí-Gascón M. Insatisfacción con la imagen corporal en niños y adolescentes: revisión sistemática. Nutr Hosp 2017;34:479-489. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v34n2/1699-5198-nh-34-02-00479.pdf>

33. Guzmán-Saldaña Rebeca, Saucedo-Molina Teresita de Jesús, García Meraz Melissa, Galván García Marcos, Castillo Arreola Arturo del. Imagen corporal e índice de masa corporal en mujeres indígenas del Estado de Hidalgo, México. Rev. Mex. de trastor. aliment [revista en la Internet]. 2017 Jun [citado 2019 Abr 15] ; 8( 1 ): 56-62.

Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-15232017000100056&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232017000100056&lng=es). <http://dx.doi.org/10.1016/j.rmta.2017.01.002>.

34. Ramos P, Rivera F, Pérez R, Lara L, Moreno C, Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso.2016. [Escritos de Psicología], Vol. 9, pp. 42-50 Enero-Abril 2016. [Fecha de aceptación publicación :14 de septiembre, 2015].

Disponible en : <http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v9n1/informe5.pdf>

35. Behar A Rosa. La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. Rev. chil. neuro-psiquiatr. [Internet]. 2014 Dic [citado 2018 Oct 24] ; 48( 4 ): 319-334. Disponible en:

[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071792272010000500007&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071792272010000500007&script=sci_arttext&tlng=pt)

36. Trejo Ortiz Perla María, Castro Veloz Dellanira, Facio Solís Angélica, Mollinedo Montano Fabiana Esther, Valdez Esparza Gricelda. Insatisfacción con la imagen corporal asociada al Índice de Masa Corporal en adolescentes. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2010 Dic [citado 2019 Abr 14] ; 26( 3 ): 150-160. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192010000300006&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192010000300006&lng=es).

37. Amaya-Hernández Adriana, Alvarez-Rayón Georgina, Ortega-Luyando Mayaro, Mancilla-Díaz Juan Manuel. Peer influence in preadolescents and adolescents: A predictor of body dissatisfaction and disordered eating behaviors. Rev. Mex. de trastor. aliment [revista en la Internet]. 2017 Jun [citado 2019 Mayo 03] ; 8( 1 ): 31-39. Disponible en:

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-15232017000100031&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232017000100031&lng=es).

38. Hernández R. Metodología de la investigación. México; 6ta ed. 2014.

Disponible en:

<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

39. Mas-Manchón Lluís, Rodríguez-Bravo Ángel, Montoya-Vilar Norminanda, Morales-Morante Fernando, Lopes Elaine, Añaños Elena; Peres Rafaella, et al. Valores percibidos en la publicidad de alimentos por jóvenes con y sin trastornos de la conducta alimentaria. Rev. Mex. [revista en la Internet]. 2015 Abril [citado 2019 Mayo 01]. Disponible en :

[https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1851-82652015000300009&script=sci\\_arttext&tlng=pt#ModalArticles](https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1851-82652015000300009&script=sci_arttext&tlng=pt#ModalArticles)

40. Corona Lisboa José. Apuntes sobre métodos de investigación. Medisur [Internet]. 2016 Feb [citado 2019 Mayo 05] ; 14( 1 ): 81-83. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2016000100016&lng=es.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2016000100016&lng=es)



# UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Estimada(o) estudiante, a continuación, se le hace entrega del presente cuestionario que tiene como objetivo, reunir datos sobre conductas de riesgo a trastornos en la alimentación, lo cual será exclusivamente con fines de investigación, para el cual se le pide veracidad en sus respuestas.

Lea usted con atención y conteste a las preguntas marcando con una (x) en una sola alternativa.

## I. INFORMACIÓN GENERAL:

**NOMBRE:**

**SEXO:**

**TALLA:**

**EDAD:**

**PESO:**

Para las siguientes preguntas se utilizarán 2 Items

SI	NO
SI, si alguna vez ha hecho o hace estas acciones.	Si usted nunca ha hecho estas acciones.

### En relación a la dimensión de control de la ingesta de alimentos

N°	PREGUNTA	SI	NO
1	¿Tengo que ponerme a dieta?		
2	¿Hago dietas todos los días?		
3	¿Las harinas me engordan por eso evito consumirlas?		
4	¿Evito almorzar por miedo a engordar?		
5	¿Evito cenar por miedo a engordar?		
6	¿Procuro no comer aunque tenga hambre?		
7	¿Cada vez que como algo que me pueda engordar me provoco el vómito?		
8	¿Suelo tener una alimentación vegetariana?		
9	¿Suelo tomar mucha agua para llenar mi estómago y así no tenga deseos de comer ?		
10	¿Cuento con frecuencia todas las calorías que consumo?		
11	¿Evito asistir a reuniones familiares porque ahí dan de comer?		

12	¿Últimamente me siento muy cansada(o) incluso me eh quedado dormida(o) en el aula?		
13	¿ Me gusta tener el estómago vacío?		
14	¿ Me provocho el vómito cada vez que tengo el estómago lleno?		

**En la dimensión relacionadas con la autoimagen**

<b>N°</b>	<b>PREGUNTA</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1	¿ Estoy gorda(o)?		
2	¿Me molesta que mis compañeros se burlen de mi figura ?		
3	¿ Utilizo pastillas, laxantes y otros productos para perder peso?		
4	¿A menudo realizo ejercicios para perder peso ?		
5	¿Me siento mal cuando mis amigas(os) halagan la figura de otras(os) y no la mía?		
6	¿ Quiero ser delgada(o) como los (as) modelos que salen en la televisión?		
7	¿ Cada vez que me veo en al espejo me veo gorda(o) a pesar que los demás me digan que no lo estoy?		
8	¿Cada vez que me reúno con mis amigas(o) mi principal tema de conversación es el peso, mi figura y la alimentación?		
9	¿ Parece que las personas delgadas tiene más éxito en la vida?		
10	¿Todas las dietas que hago son en vano ?		
11	¿Me molesta lo que hacen mis compañeras(os) para tener un cuerpo ideal?		
12	¿Me pongo bolsas alrededor de la barriga porque me han dicho que eso ayuda a bajar los rollitos ?		
13	¿En mis tiempos libres busco información en mi celular o computadora sobre cómo perder peso ?		
14	¿Me siento preocupada(o) cada vez que subo un kilo?		

### Validación del instrumento

PRUEBA BINOMIAL					
Nº JUEZ	CATEGORIA	Nº	PROPORCION OBSERVADA	PROP. DE PRUEBA	SIG. EXACTA BILATERAL
J1	Si	28	1	0,5	0,000
	No	0	0		
	Total	28	1		
J2	Si	28	1	0,5	0,000
	No	0	0		
	Total	28	1		
J3	Si	28	1	0,5	0,000
	No	0	0		
	Total	10	1		
J4	Si	28	1	0,5	0,000
	No	0	0		
	Total	10	1		
J5	Si	28	1	0,5	0,000
	No	0	0		
	Total	10	1		
J6	Si	28	1	0,5	0,000
	No	0	0		
	Total	10	1		
J7	Si	27	0,9	0,5	0,009
	No	1	0,1		
	Total	28	1		

#### Índice de Validez de Helfer

$$H = \frac{\sum_1^k P1}{k}$$

Dónde:

P1: Proporción de acuerdos del i – ésimo juez o experto

k: Número de jueces o expertos

$H = \frac{\sum_1^k P1}{k} = (1 + 1 + 1 + 1 + 1 + 1 + 0,9)/7 = 0,98$ . El instrumento es válido en un 98%, estadísticamente es significativo, puesto que la prueba binomial reporta una probabilidad menor al nivel de significancia ( $p = 0,01 < 0,05$ )

## **CERTIFICADO DE VALIDEZ DE INSTRUMENTO**

Estimado validador (a)

.....  
.....

LIMA

### **PRESENTE:**

Es grato dirigirme a usted para manifestarle mi saludo cordial. Dada su experiencia profesional y méritos académicos y personales, le solicito su imprecisable colaboración como experto (a) para la validación de contenido de los ítems que conforman el instrumento, que serán aplicados a una muestra seleccionada que tiene como finalidad recoger información directa para la investigación titulada:

### **CONDUCTAS DE RIESGO PARA TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN EN ESTUDIANTES DE 5to DE SECUNDARIA COLEGIO PITÁGORAS-PUENTE PIEDRA ,2019.**

Para efectuar la validación del instrumento. Usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus correspondientes alternativas de respuestas.

Se le agradece cualquier sugerencia relativa a la redacción, el contenido, la pertinencia, congruencia u otro aspecto que considere relevante para mejorar el mismo.

.....  
Mgtr. Lucy Becerra Medina  
ASESORA DE INVESTIGACIÓN

*Se adjunta:*

- 📎 *Matriz de consistencia*
- 📎 *Certificado de validez de contenido del instrumento*
- 📎 *Instrument*

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

N°	DIMENSIÓN	RELEVANCIA		PERTINENCIA		CLARIDAD		SUGERENCIAS
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>CONTROL DE LA INGESTA ALIMENTARIA</b>							
1	Tengo que ponerme a dieta.							
2	Hago dietas todos los días.							
3	Las harinas me engordan por eso evito consumirlas.							
4	Evito almorzar por miedo a engordar.							
5	Evito cenar por miedo a engordar.							
6	Procuro no comer aunque tenga hambre.							
7	Cada vez que como algo que me pueda engordar me provoco el vómito.							
8	Suelo tener una alimentación vegetariana.							
9	Suelo tomar mucha agua para llenar mi estómago y así no tenga deseos de comer.							
10	Cuento con frecuencia todas las calorías que consumo.							
11	Evito asistir a reuniones familiares porque ahí dan de comer.							

12	Últimamente me siento muy cansada(o) incluso me eh quedado dormida(o) en el aula.							
13	Me gusta tener el estómago vacío.							
14	Me siento preocupada(o) cada vez que subo un kilo.							
Nº	DIMENSIÓN	RELEVANCIA		PERTINENCIA		CLARIDAD		SUGERENCIAS
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>RELACIONADAS CON LA AUTOIMAGEN</b>							
1	Estoy gorda(o).							
2	Me molesta que mis compañeros se burlen de mi figura.							
3	Utilizo pastillas, laxantes y otros productos para perder peso.							
4	A menudo realizo ejercicios para perder peso.							
5	Me siento mal cuando mis amigas(os) halagan la figura de otras(os) yno la mia.							
6	Quiero ser delgada(o) como los (as) modelos que salen en la televisión.							
7	Cada vez que me veo en al espejo me veo gorda(o) a pesar que los demás me digan que no lo estoy.							

8	Cada vez que me reúno con mis amigas(o) mi principal tema de conversación es el peso, mi figura y la alimentación.							
9	Parece que las personas delgadas tienen más éxito en la vida.							
10	Todas las dietas que hago son en vano.							
11	Me molesta lo que hacen mis compañeras(os) para tener un cuerpo ideal.							
12	Me pongo bolsas alrededor de la barriga porque me han dicho que eso ayuda a bajar los rollitos.							
13	En mis tiempos libres busco información en mi celular o computadora sobre cómo perder peso.							
14	Me siento preocupada cada vez que subo un kilo.							

**Observaciones (precisar si hay**

**suficiencia): Opinión de**

**aplicabilidad:**

**Aplicable [ ]      Aplicable después de corregir [ ]      No  
aplicable [ ]**

**Apellidos y Nombres del juez evaluador:**

\_\_\_\_\_

**DNI:** \_\_\_\_\_

**Especialidad del evaluador:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Firma y sello

<sup>1</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

<sup>2</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

**Se valora con 1 la respuesta positiva, 0 respuesta negativa**

 <b>UCV</b> UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	<b>ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD          DE TESIS</b>	Código : F06-PP-PR-02.02 Versión : 09 Fecha : 23-03-2018 Página : 1 de 1
--	---	---

Yo, Lucy Tani Becerra Medina docente de la Facultad Ciencias Médicas y Escuela Profesional...de Enfermería de la Universidad César Vallejo Lima Norte (precisar filial o sede), revisor (a) de la tesis titulada Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5 to de secundaria de la Institución Educativa 8183 Pitágoras – Puente Piedra ,2019.

del (la) estudiante Marieli Cabanillas Suarez , constato que la investigación tiene un índice de similitud de ~~20~~ % verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

El/la suscrito (a) analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha: Lima 9 Mayo 2019



Firma

Nombres y apellidos del (de la) docente  
 DNI 07733851

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------

1

B  
(.)uQ7,mtUde <<con:lllM.Dd0-q,UC caconductas.nq;  
p.:b kn. Ir. i \ 1 ...fM(nbñl(O).de IOcwa d iS\*, rJllae"lla, por j »r.o  
...,>I>., \*su .I"""" -e...e<tdu<U>., h4ll""cn!l"" un probknu <k  
,,.,.j públoto uti b pubi><Jion llidoks<<o><.<d<bt<k> Us ol n """" <l< motll-  
molUh<bd que ocp<CS<fl>n, solireto.d en l\* pohboón de ,...""""  
cc:onOmkos med.lM i iUM..cm mi) inctdmc:l En b :Kión:wlcInrne.Seo  
C!JLim:df e3W 1000:tdole)(run MCC Tmlel"C)y un \lRÓN MJO m fe(coo e  
pobl.... de;ondo gn\*«<<u<b.Jbru.socook>) psocológiCu..<sup>1</sup>

""""I\*(Orpl;xiOrl)\Iood.J11<l\* S.had (OMS),oomb.... """"v<ro!<Obl<ma  
"""">do...., b.\*hm<nUKoóa. Y"""" ..ootcmo 'ftf ob«Kiad o...k 19Sil b

llfobklllllC> d<13 ob: ul>llu dupll(cldo 'llif',JICWM!ot djlo 2014 lmis  
4< 1900 lllllloo<> 4< .ld\*lm IIP IX<4 4< SYo>>oll -de lo> (U:lkj.

rniJfk t;{ll-m+iim..""1 con obel;Mbd, lqQpc: Impl uru pn. Il en Ddultw,  
1111),...\_ l< IS lllos d< 39'. 11< )' ll'o d<at>NdM S1 Ib lndemx:H  
conunu:m.JCC'SUINQu..p:an /O/SlaJl""-....Ik'ncu 9p ""13dS.TDd Jjs-, m  
lof boaf""S)'-del2l m b\ouci DCllw D\l'd ESIU3Clón  
dcbf alnC' ,,"Ode im<1'05 Ik>scon;hoollQrtn.Jéneo y

K  
.....rfulo>QVC.....el ""bn:lk"".....qoc ""r.l...lk ....,""  
j011' (QrW&LJ CSIW PfoatIOS..

An l b o s p r o b l e m a s r o b n o n . J < l o s • b o l i f l l O I I - X i Ó o a f O < Q Q 1 > " l l l d O C b p o l > < ó n  
: l d o l e m l p o r u n l a d n u . I C I b o b : l . c b d d c b l d o : u m : a l a m m t . x t o n I R l d < u : J e b

te.alu.:to uil u (ta & acc p.1tt oo JubJt (k t ntr 1M...c"\*t ads

jpót Otro llóólllxnl ronduttu lk nbl(1 : t l b t h r z donde: l61 .C:1'OI

(C"Sil.ift u.o QIP:fs tMICf. d p0\0C3ts: C1 \6mko Ult: \C1..fido  
tiahme;n o)":1csw y SM\C>rst ditUS fKQ5  
Eil  
LOS m.uomos de b tonkx13 lthmcall'aJ (o)bo m.:&tttDlCD p.JJ MD.  
tiene una tasa de mortalidad de 0.56% al año, observada 17 veces más en mujeres

Resumen de coincidencias X

20 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés (Beta)

Coincidencias

1		3,0 %
2		2 %
3		1 %
4		1 %
5		1 %
6		1 %
7		%
8		1 %
9		%
10		1 To



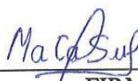
**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE TESIS  
EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL UCV**

Código : F08-PP-PR-02.02  
Versión : 09  
Fecha : 23-03-2018  
Página : 1 de 1

Yo Cabanillas Suarez Marieli , identificado con DNI N° 46845984 egresado de la Escuela Profesional de ENFERMERIA de la Universidad César Vallejo, autorizo (X) , No autorizo ( ) la divulgación y comunicación pública de mi trabajo de investigación titulada Conductas de riesgo para trastornos de la alimentación en estudiantes de 5to de secundaria de la institución educativa 8183 – Pitágoras – Puente Piedra, 2019 en el Repositorio Institucional de la UCV (<http://repositorio.ucv.edu.pe/>), según lo estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33

Fundamentación en caso de no autorización:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

  
\_\_\_\_\_

FIRMA

DNI: 46845984

FECHA: 9 de Mayo del 2019

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------



# UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE  
la Escuela de Enfermería

---

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

CABANILLAS SUAREZ MARIELI

INFORME TÍTULADO:

CONDUCTAS DE RIESGO PARA TRASTORNOS DE LA ALIMENTACION EN ESTUDIANTES DE 5TO DE  
SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA 8183 PITAGORAS –PUENTE PIEDRA, 2019

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

---

Licenciada en Enfermería

SUSTENTADO EN FECHA: 7 de junio de 2019

NOTA O MENCIÓN: 16 (Dieciséis)



  
Mgtr. Lucy Tani Becerra Medina

Investigación