



# UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Clínica

Conductas alimentarias en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro de la Facultad de Artes y, de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

**Autores:**

María José Brito Solano

**CI:** 0104863733

**Correo electrónico:** majoseb28@gmail.com

Sofía Carolina Ríos Ordóñez

**CI:** 0105124523

**Correo electrónico:** sofiarioso@hotmail.com

**Directora:**

Mgst. Juana Lucía Carrasco Vintimilla

**CI:** **CI:** 0103631131

Cuenca, Ecuador

21-abril-2021



## **Resumen:**

Las conductas alimentarias se definen como el conjunto de hábitos asociados a la alimentación, tales como dietas empleadas, horarios, cantidad y preparación de alimentos; dentro de las cuales se encuentran las conductas alimentarias de riesgo las cuales están asociadas a la insatisfacción de la imagen corporal, que podrían desencadenar en un trastorno de la conducta alimentaria y se evidencian con mayor frecuencia en poblaciones pertenecientes al medio artístico, más que en otros ámbitos como el de la salud. Es por eso que la presente investigación plantea como objetivo general describir las conductas alimentarias según las variables sociodemográficas edad, sexo y ciclo académico, en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro y, Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, en el período 2020-2021; y como objetivos específicos se encuentran: determinar las conductas alimentarias predominantes en la carrera de Danza y Teatro, y, determinar las conductas alimentarias predominantes en la carrera de Nutrición y Dietética. Por lo tanto, la presente investigación cumple con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental con corte transversal y de alcance descriptivo. Para la recolección de datos se utilizó una ficha sociodemográfica y el Test de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-40). Se trabajó con una población de 185 estudiantes distribuidos en las dos carreras anteriormente mencionadas. Para el procesamiento de datos se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22, en la que se utilizó la estadística descriptiva con presentación en tablas y figuras. Se obtuvo como resultado que el 25,9 % de estudiantes presentan conductas de riesgo, de los cuales el 60,4 % pertenece a Danza y Teatro y el 39,6 % a Nutrición y Dietética, concluyendo así, que uno de cada cuatro estudiantes presenta conductas alimentarias de riesgo, siendo la carrera de Danza y Teatro, la que registra un mayor porcentaje de casos.

**Palabras claves:** Conducta alimentaria. Trastornos de la conducta alimentaria. Imagen corporal. Estudiantes.



## **Abstract**

Eating behaviors are defined as the set of habits related to feeding practices, as diets, schedules, quantity and food preparation; also there are risky eating behaviors which are associated with body image dissatisfaction, that can trigger eating disorders, evidenced more in populations related to the artistic field, than those related to the health field. This study aimed to describe the eating behaviours according to sociodemographic variables such as age, sex and semester, in students of the careers “Danza y Teatro” and “Nutrition y Dietética” of the “Universidad de Cuenca”, during the period 2020-2021. The specific objectives are: determine the predominant eating behaviors in the “Danza y Teatro” career, and determine the predominant eating behaviors in the “Nutrición y Dietética” career. It is a study with a quantitative approach, non-experimental design, cross-section and a descriptive scope. For the data collection, the tools used were a sociodemographic file and The Eating Attitudes Test (EAT-40). The population consisted of 185 students between the two previously mentioned careers. The statistical program SPSS V22 was used for data processing, in which descriptive statistics were used. The results showed that the 25,9 % of the participants have risky eating behaviors, 60,4 % in “Danza y Teatro” and 39,6 % in “Nutrición y Dietética”, concluding that one of every four students have risky eating behaviors, most of them belong to the “Danza y Teatro” career.

**Keywords:** Eating behaviors. Eating disorders. Body image. Students.



## Índice del Trabajo

RESUMEN	5
ABSTRACT	6
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	7
METODOLOGÍA	17
Participantes	17
Recolección de datos	18
Procedimiento del estudio	18
Procesamiento de los datos	19
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	20
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	27
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:	28

### ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Caracterización de los participantes	20
Tabla 2. Prevalencia de conductas de riesgo	21
Tabla 3. Resultados según el sexo	22
Tabla 4. Resultados según las carreras	22
Tabla 5. Resultados según el ciclo	24

### ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados según edades	23
Figura 2. Conductas predominantes	25
Figura 3: Conductas predominantes en Danza y Teatro.	25
Figura 4: Conductas predominantes en Nutrición y Dietética.	26



### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Yo, María José Brito Solano, autora del trabajo de titulación “Conductas alimentarias en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro de la Facultad de Artes y, de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 21 de abril de 2021

---

María José Brito Solano

C.I: 0104863733



### Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Yo, Sofia Carolina Ríos Ordóñez, autora del trabajo de titulación “Conductas alimentarias en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro de la Facultad de Artes y, de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 21 de abril de 2021

Sofia Ríos O.

Sofía Carolina Ríos Ordóñez

C.I: 0105124523



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio  
Institucional

---

Yo, María José Brito Solano, en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Conductas alimentarias en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro de la Facultad de Artes y, de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 21 de abril de 2021

---

María José Brito Solano

C.I: 0104863733



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio  
Institucional

---

Yo, Sofia Carolina Ríos Ordóñez, en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Conductas alimentarias en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro de la Facultad de Artes y, de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 21 de abril de 2021

Sofia Rios O.

**Sofía Carolina Ríos Ordóñez**

C.I: 0105124523



## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

El interés por la apariencia física ha existido desde tiempos remotos adaptado a las diferentes épocas y culturas, sin embargo, en la actualidad se puede observar un incremento en la preocupación por la estética corporal y las actividades relacionadas para mejorarla. El presente trabajo de investigación tiene como finalidad aportar datos acerca de la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro; y de Nutrición y Dietética, de la Universidad de Cuenca.

En primer lugar, se abordará el concepto “imagen corporal”, su impacto en la sociedad moderna, su desarrollo en el medio artístico y su incidencia en las conductas alimentarias de quienes forman parte de este. Como segundo punto se definirá la conducta alimentaria normal y de riesgo, los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), la explicación de su aparición y mantenimiento según el modelo cognitivo-conductual.

Es así que para Slade (1994) la imagen corporal (IC) es “una representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo” (citado por Muñoz, 2014, p.4). Se puede observar entonces, que la imagen corporal no está únicamente relacionada con la imagen física real sino, que es una percepción subjetiva del individuo sobre su apariencia y la visión de los demás hacia su cuerpo.

La IC abarca cuatro componentes; el primero, la percepción del cuerpo ya sea en su totalidad o en algunas de sus partes; el segundo, el aspecto cognitivo que incluye las valoraciones subjetivas; el tercero, el afectivo, referente a actitudes o sentimientos relacionados a la apariencia física; y por último el conductual, acciones o comportamientos que surgen desde la percepción (Muñoz, 2014).

Garner y Garfinkel (1982) por su parte también estudian la imagen corporal, sosteniendo que una imagen negativa está asociada a una baja autoestima y además juega un papel importante en los trastornos de la conducta alimentaria, proponen únicamente dos componentes de la imagen corporal: perceptivo y cognitivo-afectivo; mencionan que estos pueden sufrir alteraciones, en las que el primer componente está asociado a la distorsión



perceptiva de la talla que conlleva una sobreestimación de partes del cuerpo, y el segundo a una alteración cognitivo-afectiva asociada a la insatisfacción y preocupación por la figura.

A través de la historia podemos observar que los estándares de belleza como la forma o decoración del cuerpo han cambiado con el pasar del tiempo y actualmente, estos parecen generar mayor impacto en el contexto social. Es así entonces que la IC influye de manera significativa en el grado de satisfacción o insatisfacción que la persona establece (Muñoz, 2014).

La sociedad actual nos incita a rendir culto al cuerpo, volviéndose más importante el aspecto externo que las características internas, pues se percibe que una mejor presencia física, brinda mayores posibilidades de relaciones interpersonales; sociales, afectivas e incluso laborales (Muñoz, 2014). Este culto al cuerpo se ha establecido de tal manera, que los diversos tratamientos se presentan cada vez más con el fin de brindar soluciones que permitan alcanzar los cánones de belleza establecidos actualmente, de manera que la preocupación por el cuerpo y sus tratamientos se han convertido en una fuente de consumo en la mayoría de los países (Muñoz, 2014).

Chimbo (2017) señala que existen varios grupos con mayor exigencia de una estética corporal, como es el caso de modelos, actrices, presentadores, bailarinas entre otros grupos que tienden a convertirse en un referente social y, por ende, forman su propio esquema que indica que tan ajustados se encuentran a los estándares de belleza. En el caso de la danza, las bailarinas se someten a un exigente y creciente entrenamiento para proyectar una figura que capte la atención del público, en esta misma población se evidencia un alto interés por mantener la delgadez mediante una disminución en la ingesta calórica y ejercicios excesivos pudiendo dar paso a trastornos de la conducta alimentaria (Chimbo, 2017).

En cuanto a la danza clásica se realizan ejercicios de alto costo energético, en donde se mezclan movimientos complejos y fuertes; de igual manera, en el ballet se requiere flexibilidad, agilidad y fuerza, es por esto que el cuerpo de un bailarín se exige a sí mismo el ideal de delgadez (De los Santos, Ghioldi, Obeid y Schattner, 2016).

Por otra parte, la conducta alimentaria, según Osorio, Weisstaub y Castillo (2002), se refiere al “comportamiento normal relacionado con los hábitos de alimentación, la selección



de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos, los cuales se forman y se aprenden, en los primeros años de vida” (p. 280). Estas conductas hacen referencia a todas aquellas actividades relacionadas con la alimentación que desarrolla una persona, como hábitos, horarios y preparación de las comidas. Todas estas prácticas pueden ser modificadas por influencias del entorno del individuo, su autopercepción, actividades diarias, conocimientos acerca del tema, entre otras. Las conductas alimentarias negativas o de riesgo son aquellas conductas inadecuadas o dañinas para la salud, ejercidas con el objetivo de disminuir de peso, algunas de ellas son: la realización excesiva de ejercicio físico, seguimiento de dietas restrictivas, inducción del vómito, consumo de laxantes o diuréticos, etc. Además, las conductas alimentarias de riesgo generan un deterioro en el funcionamiento psicosocial debido a la comorbilidad psiquiátrica, con trastornos afectivos y de ansiedad, al igual que con los trastornos de la conducta alimentaria (Unikel, Díaz de León y Rivera, 2017). Es así que estas conductas podrían generar condiciones patológicas e incluso desencadenar en un trastorno de la conducta alimentaria (Bueno y Quizhpi, 2017).

La existencia de ciertos factores como el sedentarismo, interés por las dietas, ejercicio excesivo, o insatisfacción corporal, pueden generar cambios en la conducta alimentaria de los individuos, actualmente estos cambios se dan con mayor frecuencia en la población adolescente y jóvenes adultos, la adquisición de estas prácticas alimentarias podría llegar a ser inadecuadas, llevando a la persona a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria (Peña, 2014).

Estos Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), tienen como característica principal, una alteración en el comportamiento y en las creencias, relacionadas a la alimentación y al peso corporal; el aumento de casos de este trastorno lo ubica como la tercera enfermedad crónica, en adolescentes y jóvenes especialmente del género femenino (Serra, 2015). Según Baldares (2013), los TCA “constituyen un grupo de trastornos mentales caracterizados por una conducta alterada ante la ingesta alimentaria y/o la aparición de comportamientos encaminados a controlar el peso. Esta alteración ocasiona problemas físicos y del funcionamiento psicosocial”.

Las conductas alimentarias de riesgo aparecen desde edades tempranas, esto se evidencia en algunos de los TCA como es el caso de la anorexia nerviosa, que ocurre con mayor



frecuencia entre los 14 y los 18 años, mientras que la bulimia nerviosa aparece en el periodo de transición entre la adolescencia y adultez temprana. La prevalencia de TCA muestra que se presentan mayormente en mujeres adolescentes y adultas jóvenes, así como en atletas, estudiantes de ballet, modelaje y culinaria. Por otro lado, los principales indicadores de la presencia de estos trastornos son preocupación excesiva por el peso corporal, dietas no saludables e insatisfacción con el propio cuerpo (OMS, 2004).

Freire, Ramírez, Belmont, Mendieta, Silva, Romero, Sáenz, Piñeiros, Gómez y Monge (2013), indican que en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Ecuador (ENASUT-ECU) realizada a niños y adolescentes de 10 a 19 años, para explorar acerca de la autopercepción y existencia de conductas alimentarias de riesgo, obtiene como resultado que un 29,1 % de los participantes se percibe como una persona gorda, por lo que evita subir de peso. El 68,1 % indica que evitan el consumo de harinas o grasas para bajar de peso y el 49,7 % realiza ejercicio con el mismo fin. Además, se encontró que el 10,2 % de los participantes ha dejado de comer por 24 horas o más, el 3,1 % ha consumido medicamentos y el 2,4 % ha recurrido a métodos como la inducción del vómito o el uso de laxantes, todas estas conductas con el fin de evitar el aumento de peso.

El estudio de las conductas alimentarias de riesgo es relevante debido a que estas se presentan como manifestaciones similares a los TCA, con menor intensidad, pero cuya prevalencia es más elevada que la de los mismos. De igual manera, en la actualidad existen prácticas como la restricción alimentaria o el ejercicio en exceso que se han llegado a considerar normativas en la población y difícilmente se cuestiona hasta qué punto son o no saludables (Unikel, Díaz de León y Rivera, 2017).

No existen modelos teóricos que expliquen la presencia específica de conductas alimentarias de riesgo, ya que no se consideran un diagnóstico como tal, sin embargo, entre los modelos que explican la presencia de TCA, se encuentra el modelo cognitivo-conductual, el cual indica que las conductas alimentarias de riesgo pueden originarse debido a las ideas y sentimientos sobrevalorados acerca del peso y la figura, así como la percepción de su talla y una preocupación excesiva por estar delgado, que a su vez se mantienen por los refuerzos positivos o negativos que reciba la persona (Serrano, 2016).



Según Williamson (citados por Serrano, 2016), al revisar el modelo cognitivo-conductual, se enfocan varios aspectos como la imagen corporal, sesgos cognitivos, atracones, conductas compensatorias, reforzamiento negativo de las conductas compensatorias por la reducción de la emoción negativa y factores de riesgo psicológicos que podrían hacer más vulnerables a unas personas que a otras para desarrollar TCA. Según Serrano (2016), la pieza central de este modelo es la imagen corporal, las teorías cognitivas postulan que una preocupación excesiva por la figura podría desembocar en una percepción sesgada del propio cuerpo que es activado por señales internas o externas.

Por otro lado, Garfinkel y Garner (1982), proponen un modelo multifactorial compuesto por: factores predisponentes, precipitantes y perpetuantes o mantenedores. Dentro de los factores predisponentes se encuentran los aspectos individuales: preocupaciones por la autonomía y la identidad, trastornos de la percepción o del peso, desarrollo de la personalidad, procesos cognitivos, trauma perinatal; familiares: características demográficas, como edad de los padres y clase social, la alimentación y la delgadez, grandes expectativas de desempeño, antecedentes familiares de trastorno afectivo, trastornos de alimentación y, posiblemente, alcoholismo, relación padres-hijos que dificulta la autonomía y la separación; valores estéticos dominantes; culturales: presión para alcanzar la delgadez y grandes expectativas de rendimiento, por ejemplo, en el ámbito escolar y profesional (Unikel, Díaz de León y Rivera, 2017).

Así mismo los factores precipitantes como dietas restrictivas, exigencias del ambiente, ruptura del equilibrio familiar, disminución de la autoestima, experiencias traumáticas, cambios corporales en adolescentes, incremento rápido de peso, críticas respecto al cuerpo, enfermedad adelgazante, incremento actividad física. Y por último, factores perpetuantes/mantenedores como la inanición y sus consecuencias, el vómito, la percepción sobre el cuerpo, la personalidad, el énfasis en la cultura de la delgadez, interacción familiar negativa, aislamiento social y actividad física excesiva (Unikel, Díaz de León y Rivera, 2017).

De los aspectos teóricos mencionados, los aportes de Garner y Garfinkel sobre la imagen corporal resultan relevantes en esta investigación, pues a más de proponer que las alteraciones en la misma y su percepción inciden en algunas conductas y comportamientos



relacionados a la alimentación, estudiaron a profundidad la Anorexia Nerviosa, lo que condujo a identificar las limitaciones existentes en diversas escalas psicológicas de la época diseñadas para evidenciar estos trastornos (Garner y Garfinkel, 1979).

Con base en estos estudios Garner y Garfinkel (1979) crearon una herramienta, Test de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-40) que mide el riesgo de presentar un trastorno de la conducta alimentaria, para lo cual se abarcó un amplio rango de comportamientos y actitudes relacionadas a la alimentación, se estableció un punto de corte en los puntajes, de modo que los valores superiores al mismo señalan conductas alimentarias de riesgo referentes al peso, hábitos alimentarios y realización de ejercicio físico. Esta herramienta será presentada a los participantes de esta investigación para la recolección de datos, de modo que los resultados encontrados serán descritos cuantitativamente.

Los datos o estadísticas sobre la prevalencia de TCA en Ecuador son deficientes, sin embargo, una investigación llamada “Frecuencia de Trastornos Alimentarios en Adultos Jóvenes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador”, realizada en Quito determina el riesgo de padecer anorexia y bulimia en estudiantes de la misma universidad, donde se obtuvo como resultado que un 8.80 % de la población, presenta conductas alimentarias de riesgo (Brito, 2015).

Es necesario resaltar que en Ecuador se cuentan con muy pocos centros especializados en el tratamiento de trastornos de la conducta alimentaria, además de ser privados y encontrarse ubicados únicamente en la ciudad de Quito; uno de ellos, llamado de “The Center”, afirmó haber tratado aproximadamente 120 casos de anorexia y bulimia nerviosa en el año 2011; a pesar de que este centro ya no funciona en la actualidad, existen investigaciones que señalan incremento de casos con el pasar del tiempo (Román, 2012).

Algunas de estas investigaciones realizadas en distintas ciudades del país muestran en los resultados obtenidos, la existencia de conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios; lo que destaca la importancia y la necesidad de centros especializados en el tratamiento de los TCA (Román, 2012).



Existen varias investigaciones referentes al tema, como un problema al que se enfrentan todas las sociedades, a continuación, se presentan algunos de los estudios realizados, tanto a nivel internacional como nacional y local.

En España, Madrid, un estudio realizado por Sangüesa (2016), determinó la tendencia a los TCA en bailarines de ballet entre 12 y 22 años de diferentes escuelas nacionales y se relacionó parámetros como el sexo, horas de entrenamiento, años practicados, edad, Índice de Masa Corporal (I.M.C.), a través del instrumento Test de Actitudes hacia la Alimentación (EAT – 26), como resultado se obtuvo que un 19,1 % de los participantes presentan conductas alimentarias de riesgo y por lo tanto podrían desencadenar en un TCA.

En México, Franco, Martínez, Reséndiz, Diaz, López, Aguilera y Valdés (2010) llevaron a cabo un estudio para conocer acerca de la existencia de conductas alimentarias de riesgo y sintomatología de los TCA, en 252 estudiantes universitarios, se les aplicó el Test de Actitudes ante la Alimentación (EAT-40), el Cuestionario de Bulimia de Edimburgo (BITE) y el Cuestionario de Imagen Corporal, se obtuvo como resultado, que el 14 % de mujeres que presentaba insatisfacción corporal y 11,9 % presentaba sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario, el caso de los hombres, el 10 % presenta insatisfacción corporal y el 4 % presenta sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario.

En México, Ciudad de México, Chávez-Rosales, Camacho, Maya y Márquez (2012) realizaron un estudio con el objetivo de analizar las conductas alimentarias y la presencia de sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario en los estudiantes de nutrición de una universidad pública del oriente del Estado de México, como instrumentos se usaron el EAT 40 y Eating Disorder Inventory (EDI-II). Como resultado se obtuvo que, del total de la muestra, un 8.8% de participantes presentan conductas de riesgo, se encontró además que existe mayor cantidad de casos en primeros y últimos ciclos (25% primero, 43,8% tercero y 25% octavo), en el género femenino (93,8%).

En Perú, Lima, Ponce, Turpo, Salazar, Viteri, Caguancho y Taype (2017), realizaron una investigación en estudiantes de la Universidad de San Martín de Porres (USMP), para determinar la prevalencia de diagnóstico de trastornos de la conducta alimentaria; se obtuvo una muestra de 375 estudiantes, tanto hombres como mujeres a quienes fue aplicado el test



EAT-26, con base a este, se obtuvo que la prevalencia probable de un diagnóstico entre los estudiantes es del 10,1 %.

En Ecuador, Quito, Loza (2014), realizó un estudio para identificar los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la carrera de Nutrición Humana de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, obteniendo como resultado que en efecto diferentes elementos y factores pueden influenciar en los hábitos alimenticios de los estudiantes de Nutrición de la PUCE, se mencionó que la carga horaria de las actividades académicas es un factor determinante en el cambio de dichos hábitos, pues los estudiantes manifestaron que debido a esta, comen a deshoras, se saltan comidas y no llevan una dieta nutritiva.

De igual manera en Ecuador, Quito, según Vivero (2014), en su estudio realizado con el objetivo de determinar la prevalencia de riesgo de desarrollar un TCA en los estudiantes de la Universidad Internacional del Ecuador y la asociación con ciertas variables, se descubrió que el 18,65 % de estudiantes cumplieron con el criterio para determinar riesgo con la prueba EAT 26.

En Ecuador, Quito, Brito (2015), realizó un estudio para determinar el riesgo de padecer anorexia y bulimia nerviosa en estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, para la recolección de datos se usaron los cuestionarios: EAT-26 y SCOFF con el fin de determinar el porcentaje de estudiantes con el riesgo de padecer un trastorno de conducta alimentaria. La muestra constó de 193 estudiantes tanto hombres como mujeres de 20 a 24 años de edad. Como resultado del test EAT-26, se obtuvo que 8,80 % de la población presentó riesgo de padecer un trastorno alimentario, mientras que con el test de SCOFF el 29,10 % de la población presentó el mismo riesgo.

En Ecuador, Cuenca, Bueno y Quizhpi (2017), realizaron un estudio para identificar la prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de la Universidad de Cuenca; para la recolección de datos se utilizaron los cuestionarios: EAT-26 y el BITE, la muestra estuvo constituida por 782 estudiantes tanto hombres como mujeres entre los 18 y 24 años de edad en las facultades de Artes, Ciencias de la Hospitalidad y Ciencias Agropecuarias. Como resultado se obtuvo que la prevalencia de síntomas de anorexia nerviosa es de 25.6 % en la Facultad de Artes, 17,9 % en Ciencias de la Hospitalidad y 14.6 % en Ciencias



Agropecuarias y la prevalencia de síntomas de bulimia nerviosa fue de 6,9 % en artes, 5,3 % en Ciencias Agropecuarias y 3,6 % en Ciencias de la Hospitalidad.

En Ecuador, Cuenca, Chimbo (2017), realizó un estudio sobre las conductas alimentarias más frecuentes en mujeres artistas de escenario entre 15 y 25 años de la ciudad de Cuenca, el mismo fue evaluado con el test EDI-II, que mediante la calificación de 11 dimensiones relacionadas con la alimentación, autoestima, percepciones corporales, comodidad en su entorno y en trabajos con grupos, dieron como resultado conductas alimentarias más frecuentes como el perfeccionismo que está presente en un 40 % de la población, impulsividad con un 45 % y miedo a la madurez con un 65 % de la población, así mismo, las conductas que son muy frecuentes en la población son obsesión por la delgadez e insatisfacción corporal. Los resultados manifiestan una excesiva preocupación por el peso que no puede calificarse como un diagnóstico de trastornos de conducta alimentaria..

En Cuenca, Ecuador, Loja y Sarmiento (2020) realizaron una investigación en un colegio particular mixto y un colegio fiscal mixto de la ciudad de Cuenca, con el objetivo de conocer la prevalencia de Trastornos de la Conducta Alimentaria en adolescentes de 15 a 18 años y relacionar las conductas alimentarias con los datos sociodemográficos. Para la recolección de datos, se aplicaron los cuestionarios EAT-40 y EDI-II. Se evidenció que el 16,7% del total de la población presenta estos desórdenes, además, que las mujeres tienen una incidencia de 2,2 veces mayor que los hombres. Además, se encontró que existen más conductas patológicas en mujeres.

Como se ha revisado anteriormente, el medio artístico al que pertenece la carrera de danza y teatro señala una exigencia en el cumplimiento de la estética corporal y los cánones actuales de belleza, en relación con esto, algunos estudios evidencian la existencia de conductas alimentarias de riesgo o trastornos de la conducta alimentaria en poblaciones similares.

Por otro lado, la carrera de nutrición y dietética se encuentra en el ámbito de la salud, lo que conduce a pensar que existe diferencia con las conductas alimentarias presentadas por sus estudiantes y los estudiantes de la carrera de Danza y Teatro, así también señalar que no existen, mayores datos con respecto a investigaciones realizadas en esta población específica. Es por ello que vemos la importancia de llevar a cabo esta investigación, con el fin de aportar



datos que sean de interés; para ello se han planteado las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son las conductas alimentarias que predominan en los estudiantes de las carreras de Danza y Teatro y de Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, en el período 2020-2021 según las variables sociodemográficas?, ¿Qué conductas alimentarias predominan en los estudiantes de las carrera de Danza y Teatro y de Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, en el período 2020-2021?.

De las cuales se derivan los siguientes objetivos, siendo el objetivo general describir las conductas alimentarias de los estudiantes de Danza y Teatro y Nutrición y Dietética según variables sociodemográficas en el periodo lectivo 2020-2021, el primer objetivo específico, determinar las conductas alimentarias predominantes en la carrera de Danza y Teatro de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021, y el segundo objetivo específico, determinar las conductas alimentarias predominantes en la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021.



## METODOLOGÍA

Esta investigación cuenta con un enfoque cuantitativo, ya que para la recolección de los datos se utilizó un instrumento previamente validado y estandarizado; para el procesamiento de los datos se emplearon medidas y técnicas de la estadística descriptiva e inferencial, además de una ficha sociodemográfica que aportó datos como sexo, edad y ciclo académico. Siguiendo los postulados de Hernández, Fernández y Baptista (2014), la investigación cuantitativa se caracteriza, entre otros aspectos, por reflejar la necesidad de medir y estimar magnitudes de los fenómenos o problemas de investigación, la recolección de los datos se fundamenta en la medición. Esta recolección se lleva a cabo al utilizar procedimientos estandarizados y aceptados por una comunidad científica.

El trabajo presentó un alcance descriptivo, puesto que se buscó describir las conductas alimentarias de riesgo o no, de un determinado grupo de estudiantes de la Universidad de Cuenca. Hernández et al. (2014), afirman que el alcance descriptivo “busca especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice” (p.92). Se trató de un estudio transversal, ya que los datos se recolectaron en un único tiempo determinado. El tipo de diseño fue no experimental ya que no se manipuló ninguna variable. Según Hernández et al. (2014), los estudios no experimentales son “Estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” (p. 152).

### Participantes

El estudio se realizó en el periodo 2020-2021, en dos carreras; por un lado Nutrición y Dietética y por otro Danza y Teatro de la Universidad de Cuenca, de los cuales 100 matriculados pertenecen a la carrera de Danza y Teatro y 147 estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética. La población inicial era de 247 estudiantes de todos los ciclos de las dos carreras señaladas anteriormente, sin embargo, los participantes finales que conformaron el estudio fueron 185, correspondientes a las dos carreras, puesto que existieron estudiantes que no desearon participar de forma voluntaria en el mismo.

Para esta investigación se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión, los cuales se presentan a continuación: estudiantes matriculados en las carreras de Danza y



Teatro o Nutrición y Dietética, en el periodo 2020-2021 y que se encuentren cursando cualquier ciclo de estas carreras. Por otro lado, se exhiben los siguientes criterios de exclusión: no haber firmado el consentimiento informado y presentar cualquier necesidad educativa especial o discapacidad que impida completar el cuestionario.

### **Recolección de datos**

Para la recolección de datos inicialmente se aplicó la ficha sociodemográfica, donde se recolectaron datos como sexo, edad, carrera que se encuentra cursando y ciclo (Anexo 2). Posteriormente se utilizó el instrumento Test de Actitudes ante la Alimentación (EAT-40) de Garner y Garfinkel (1979), en su adaptación española por Castro, Toro, Salamero y Guimera (1991), el cual evalúa conductas y actitudes hacia el peso, realización de ejercicio físico y hábitos alimentarios, es una herramienta de detección temprana en población no clínica. Consta de 40 ítems con escala likert donde se tiene seis opciones de respuesta: siempre, casi siempre, algunas veces, bastantes veces, casi nunca y nunca. Se puntúa de 0 a 3, por lo tanto, la puntuación final puede ser máximo de 120, mientras mayor sea la puntuación obtenida, mayor será el riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria. En los ítems 1, 18, 19, 23, 27 y 39, la opción nunca tendrá un valor de 3 puntos; casi nunca será de dos puntos, algunas veces será de un punto, bastantes veces, casi siempre y siempre tendrán una puntuación de 0. En los demás ítems del test, se calificará de forma opuesta, el valor del alfa de Cronbach es de 0,93, y el alfa de Cronbach obtenido en esta investigación es de 0,87 el cual muestra una fiabilidad adecuada del mismo (Anexo 3).

### **Procedimiento del estudio**

Inicialmente se solicitó la autorización respectiva a las autoridades de cada facultad, se les informó brevemente en qué consiste el proyecto de investigación, para proceder con la aplicación de los instrumentos, esta se realizó de manera digital por la situación de la emergencia sanitaria por Covid, se hizo uso de la herramienta de Google Forms. Se contactó con los estudiantes a través de sus correos institucionales, a más del número móvil, donde se les informó acerca del estudio y posteriormente se compartió el link del instrumento, una vez que los estudiantes habían leído el consentimiento informado y aceptado participar de forma voluntaria; se procedió a contestar las preguntas propias del instrumento. El tiempo de



aplicación aproximado fue de 10 a 15 minutos. El proceso de recolección de la información duró un aproximado de dos meses. Por último, los datos recolectados fueron introducidos en el programa estadístico (SPSS versión 22) para su posterior procesamiento estadístico.

### **Procesamiento de los datos**

Para el análisis de los datos trasladados al programa estadístico (SPSS versión 22) se empleó la estadística descriptiva, en la cual se encuentran las medidas de tendencia central y las medidas de dispersión, entre ellas la media aritmética y porcentajes. Se calculó el Alpha de Cronbach al instrumento que se aplicó a los participantes del estudio. Finalmente, los resultados obtenidos se presentan en tablas de frecuencia.

En esta investigación se consideró principios ligados a la ética profesional, así como también se cumplió los lineamientos de las normas APA (6° Edición), con respecto al anonimato y la confidencialidad de sus participantes. Por lo tanto, antes de la aplicación del instrumento se procedió a solicitar la colaboración de los sujetos mediante el consentimiento informado, el cual está ligado a la colaboración voluntaria y anónima; también se insistió que los datos entregados se utilizarán única y estrictamente con fines académicos sin la manipulación de resultados por parte de las investigadoras.



## **PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS**

A continuación, se presentan los resultados del presente estudio con base en los objetivos planteados, el objetivo general que consiste en describir las conductas alimentarias de los estudiantes según variables sociodemográficas en las dos carreras, y como objetivos específicos: determinar las conductas alimentarias predominantes en la carrera de Danza y Teatro de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021 y determinar las conductas alimentarias predominantes en la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021.

Para ello inicialmente se da a conocer las características propias de los participantes de acuerdo con las variables sociodemográficas establecidas para este estudio, cuyos detalles se observan en la tabla 1. La presente investigación estuvo conformada por 185 estudiantes pertenecientes a las carreras de Danza y Teatro; y Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, la edad comprendida de los participantes fue entre los 17 y 29 años, obteniendo como media 23 años ( $M=23$ ), la mayoría se encuentra entre los 20 y 22 años, correspondiendo al 38,3 % de la población.

**Tabla 1.***Caracterización de los participantes*

Carrera	Ciclo	Sexo		Total general
		Hombre	Mujer	
<b>Danza y Teatro</b>	Primero	4	8	<b>12</b>
	Tercero	10	9	<b>19</b>
	Quinto	4	7	<b>11</b>
	Sexto		1	<b>1</b>
	Séptimo	3	9	<b>12</b>
	Noveno	7	7	<b>14</b>
<b>Total, Danza y Teatro</b>		<b>28</b>	<b>41</b>	<b>69</b>
<b>Nutrición y Dietética</b>	Primero	4	25	<b>29</b>
	Tercero	5	21	<b>26</b>
	Quinto	9	22	<b>31</b>
	Séptimo	3	27	<b>30</b>
<b>Total, Nutrición y Dietética</b>		<b>21</b>	<b>95</b>	<b>116</b>
<b>Total, general</b>		<b>49</b>	<b>136</b>	<b>185</b>

*Nota:* Datos obtenidos a través de la ficha sociodemográfica.



## Conductas alimentarias según variables sociodemográficas

Las conductas de riesgo que se evidencian con puntajes mayores a 20 establecen que, a partir de este valor, mientras más alto es el puntaje, mayor es la probabilidad de presentar conductas alimentarias de riesgo. Es así, que en la tabla 2 se evidencian las conductas de riesgo, la mayoría de las participantes, es decir el 74,1 % no presentan conductas de riesgo frente al 25,9 % que si las presentan tanto en la carrera de Danza y Teatro como en la de Nutrición y Dietética (Tabla 2).

**Tabla 2.**

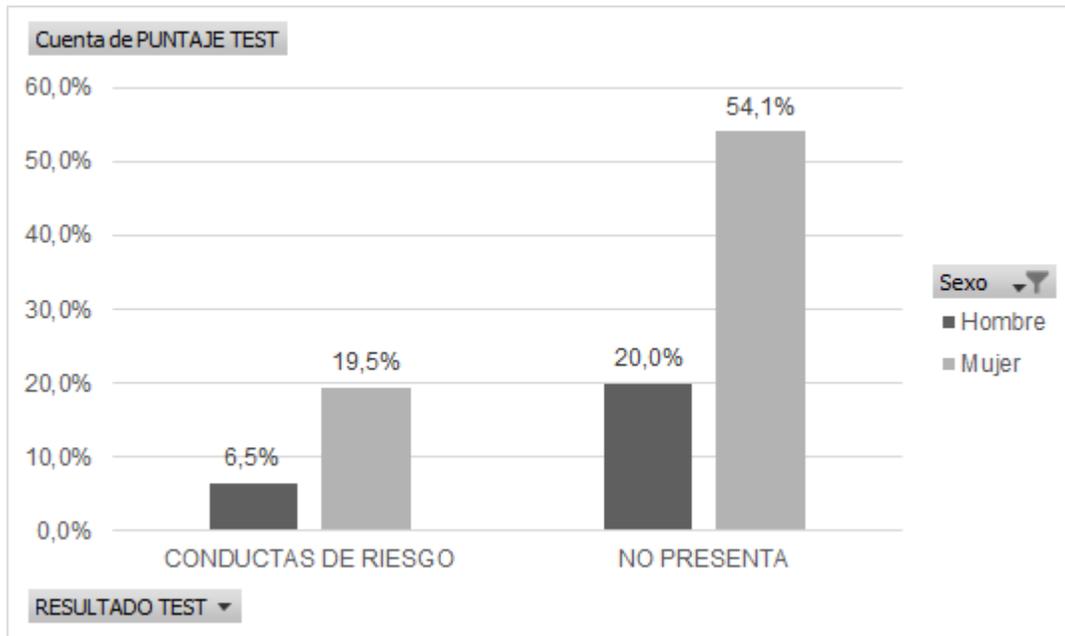
*Prevalencia de conductas de riesgo*

Valores	Frecuencia absoluta	Porcentaje
< 20 Ausencia de comportamientos compulsivos hacia la comida.	137	74,1 %
> 20 Presencia de conductas alimentarias de riesgo	48	25,9 %

*Nota:* Elaboración propia

De acuerdo con Ponce, Turpo, Salazar, Viteri, Caguancho y Taype (2017), quienes realizaron una investigación en universitarios mediante el instrumento EAT-26, se obtuvo que la presencia de conductas alimentarias de riesgo entre los estudiantes es del 10,1 %. Por otro lado, Sangüesa (2016), menciona que el 19,1 % de los participantes presenta conductas alimentarias de riesgo o riesgo por padecer un TCA.

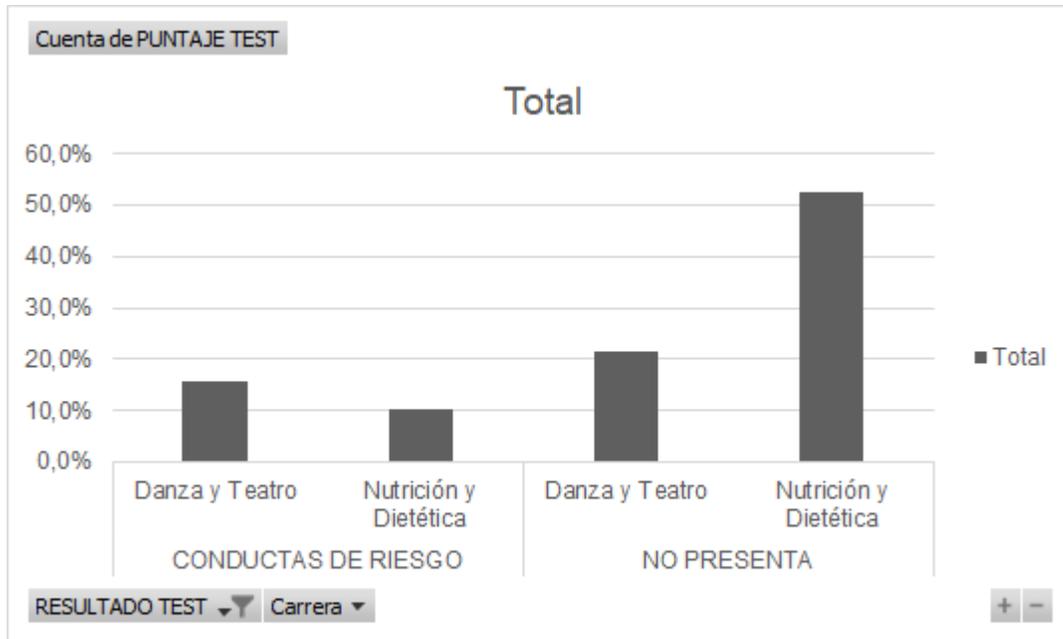
Con respecto a los resultados obtenidos de acuerdo con el sexo, si bien podemos observar que la mayoría de hombres y mujeres no presentan conductas de riesgo, es importante señalar que existe, un 19,46 % de mujeres y un 6,49 % de hombres que presentan conducta de riesgo, siendo las mujeres con mayor presencia de conductas alimentarias de riesgo (Figura 1).



**Figura 1.** Resultados según sexo

En relación con esto, Ponce, Turpo, Salazar, Viteri, Caguancho y Taype (2017) encontraron que del total de mujeres un 11,3 % y del total de varones un 8,6 % presentan conductas alimentarias de riesgo. De igual manera en el estudio realizado por Chávez-Rosales, Camacho, Maya y Márquez (2012) mencionan que de su población que presenta conductas de riesgo, el 93,8 % son mujeres.

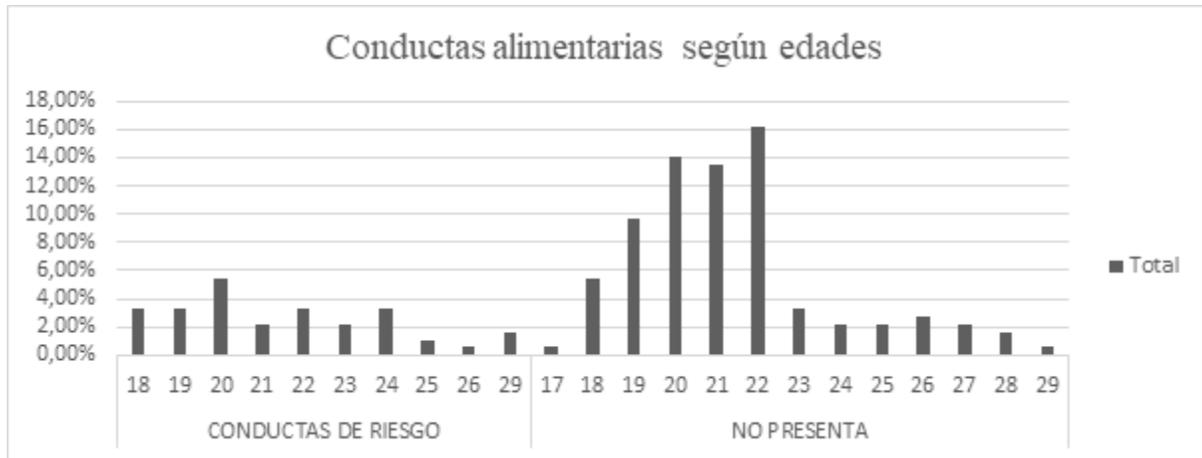
De acuerdo con los resultados obtenidos según las carreras se observa que existe un mayor porcentaje de estudiantes que presentan conductas de riesgo en la carrera de Danza y Teatro, mientras que los que no presentan se encuentran mayormente en la carrera de Nutrición y Dietética (Figura 2).



**Figura 2.** Resultados según carrera

De acuerdo con el artículo publicado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004) existe mayor prevalencia en atletas, estudiantes de modelaje y ballet. De igual manera, Chimbo (2017) menciona que, en el caso de la danza, las bailarinas se someten a un exigente y creciente entrenamiento para proyectar una figura que capte la atención del público, por lo que se evidencia un alto interés por mantener la delgadez y la presencia de conductas alimentarias de riesgo. Por otro lado, Chávez-Rosales, Camacho, Maya y Márquez (2012) mencionan que, del total de la muestra, un 8,8 % de estudiantes de nutrición presentan conductas de riesgo

En cuanto a las edades, la mayoría de las estudiantes que presentan conductas alimentarias de riesgo se encuentra entre los 18 y 24 años, con mayor concentración en los 20 años. Mientras que la mayoría de estudiantes que no presentan conductas alimentarias de riesgo se encuentra entre los 19 y 22 años (Figura 3).



**Figura 3.** Resultados según edades

En relación con esto, Peña (2014) menciona que cambios asociados a las conductas alimentarias de riesgo se dan con mayor frecuencia en la población adolescente y jóvenes adultos. De igual manera, en la Figura 1 se puede observar que las conductas de riesgo se concentran en edades menores.

De acuerdo a los datos obtenidos con el ciclo de estudio, los estudiantes que presentan conductas alimentarias de riesgo se encuentran mayormente en los primeros ciclos de ambas carreras, sin embargo, en Danza y Teatro también se evidencia un número elevado en el séptimo ciclo (Tabla 3).

**Tabla 3.***Resultados según el ciclo*

<b>RESULTADO TEST</b>	<b>Ciclo</b>	<b>Fa</b>	<b>Total %</b>
<b>CONDUCTAS DE RIESGO</b>	Primero	<b>12</b>	<b>6,49 %</b>
	Tercero	<b>13</b>	<b>7,03 %</b>
	Quinto	<b>8</b>	<b>4,32 %</b>
	Séptimo	<b>11</b>	<b>5,95 %</b>
	Noveno	<b>13</b>	<b>2,16 %</b>
<b>Total CONDUCTAS DE RIESGO</b>		<b>48</b>	<b>25,95%</b>
<b>NO PRESENTA CONDUCTAS DE RIESGO</b>	Primero	<b>29</b>	<b>15,68 %</b>
	Tercero	<b>32</b>	<b>17,30 %</b>
	Quinto	<b>34</b>	<b>18,38 %</b>
	Sexto	<b>1</b>	<b>0,54 %</b>
	Séptimo	<b>31</b>	<b>16,76 %</b>
	Noveno	<b>10</b>	<b>5,41 %</b>
<b>Total NO PRESENTA</b>		<b>137</b>	<b>74,05%</b>
<b>Total general</b>		<b>185</b>	<b>100,00%</b>

*Nota:* Elaboración propia.



En cuanto a la investigación realizada por Chávez-Rosales, Camacho, Maya y Márquez (2012) evidencian una mayor cantidad de estudiantes que presentan conductas alimentarias de riesgo en primeros y últimos ciclos (25 % primero, 43,8 % tercero y 25 % octavo). No existen más estudios que demuestran una relación entre el nivel académico y la presencia de conductas alimentarias que nos permitan discutir con los resultados encontrados en la presente investigación.

### **Conductas alimentarias predominantes en ambas carreras**

Las conductas y actitudes alimentarias predominantes presentes según el cuestionario aplicado son las siguientes: “Me da mucho miedo a pesar demasiado”, “Me preocupo mucho por la comida”, “Me siento lleno después de las comidas”, “Me preocupa el deseo de estar más delgado”, “Me gusta que la ropa me quede ajustada”, “Me levanto pronto por las mañanas”, “Cada día como los mismos alimentos”, “Pienso en quemar calorías cuando hago ejercicio”, “Me preocupa la idea de tener grasa en el cuerpo”, “Procuro no comer alimentos con azúcar” y “Me controlo en las comidas” (Tabla 4). Según Peña (2014), el interés por las dietas, ejercicio excesivo e insatisfacción corporal, son las conductas y actitudes de riesgo más frecuentes en la aparición de los TCA (Tabla 4).

#### **Tabla 4.**

##### *Puntaje por ítem*

<b>Preguntas</b>	<b>Puntaje</b>
1. Me gusta comer con otras personas.	71
2. Preparo comidas para otros, pero yo no me las como.	26
3. Me pongo nervioso/a cuando se acerca la hora de las comidas.	11
4. Me da mucho miedo pesar demasiado.	119
5. Procuró no comer aunque tenga hambre.	32



6. Me preocupo mucho por la comida.	121
7. 0 me he "atrancado" de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer.	29
8. Corto mis alimentos en trozos pequeños.	60
9. Tengo en cuenta las calorías que tienen los alimentos que como.	76
10. Evito, especialmente, comer alimentos con muchos hidratos de carbono (por ejemplo: pan, arroz, patatas, etc.).	60
11. Me siento lleno/a después de las comidas.	345
12. Noto que los demás preferirían que yo comiese más.	57
13. Vomito después de haber comido.	0
14. Me siento muy culpable después de comer.	29
15. Me preocupa el deseo de estar más delgado/a.	92
16. Hago mucho ejercicio para quemar calorías.	70
17. Me peso varias veces al día.	4
18. Me gusta que la ropa me quede ajustada.	266
19. Disfruto comiendo carne.	78
20. Me levanto pronto por las mañanas.	285
21. Cada día como los mismos alimentos.	95
22. Pienso en quemar calorías cuando hago ejercicio.	130
23. Tengo la menstruación regular.	75
24. Los demás piensan que estoy demasiado delgado/a.	72



25. Me preocupa la idea de tener grasa en el cuerpo.	92
26. Tardo en comer más que las otras personas.	86
27. Disfruto comiendo en restaurantes.	82
28. Tomo laxantes (purgantes).	4
29. Procuero no comer alimentos con azúcar.	100
30. Como alimentos de régimen.	56
31. Siento que los alimentos controlan mi vida.	35
32. Me controlo en las comidas.	116
33. Noto que los demás me presionan para que coma.	34
34. Paso demasiado tiempo pensando y ocupándome de la comida.	28
35. Tengo estreñimiento.	33
36. Me siento incómodo/a después de comer dulces.	70
37. Me comprometo a hacer régimen.	62
38. Me gusta sentir el estómago vacío.	30
39. Disfruto probando comidas nuevas y sabrosas.	33
40. Tengo ganas de vomitar después de la comida.	12

---

**Nota:** Elaboración propia.

### **Conductas alimentarias predominantes en la carrera de Danza y Teatro**

De acuerdo con las conductas o actitudes alimentarias predominantes en la carrera de Danza y Teatro se presentan las siguientes: temor a pesar demasiado, preocupación por la



comida, sentirse lleno después de las comidas, agrado por usar ropa ajustada, levantarse pronto por las mañanas y preocupación por quemar calorías al hacer ejercicio (Tabla 5).

**Tabla 5.**

*Puntaje por ítem en la carrera de Danza y Teatro*

<b>Conductas más frecuentes</b>	
<b>Preguntas</b>	<b>Puntaje</b>
11. Me siento lleno/a después de las comidas.	116
18. Me gusta que la ropa me quede ajustada.	101
20. Me levanto pronto por las mañanas.	91
4. Me da mucho miedo pesar demasiado.	68
22. Pienso en quemar calorías cuando hago ejercicio	67
6. Me preocupo mucho por la comida.	61
<b>Conductas menos frecuentes</b>	
13. Vomito después de haber comido.	0
17. Me peso varias veces al día.	4
28. Tomo laxantes (purgantes).	4
40. Tengo ganas de vomitar después de la comida.	7
3. Me pongo nervioso/a cuando se acerca la hora de las comidas.	8
2. Preparo comidas para otros, pero yo no me las como.	9

**Nota:** Elaboración propia



De alguna manera puede pensarse en una relación con lo que señala Chimbo (2017) en su estudio en mujeres artistas donde las conductas más frecuentes son obsesión por la delgadez, insatisfacción corporal y excesiva preocupación por el peso. Así mismo Sangüesa (2016) menciona que de la población de bailarines de ballet, a un 57,50 % le daba miedo pesar demasiado y un 51,10 % se controlaba en las comidas.

### **Conductas alimentarias predominantes en la carrera de Nutrición y Dietética**

En la carrera de Nutrición y Dietética, predominan las siguientes conductas o actitudes: sentirse lleno después de las comidas, agrado por usar ropa ajustada y levantarse pronto por las mañanas (Tabla 6).

**Tabla 6.**

*Puntaje por ítem en la carrera de Nutrición y Dietética*

<b>Preguntas</b>	<b>Puntaje</b>
11. Me siento lleno/a después de las comidas.	229
20. Me levanto pronto por las mañanas.	194
18. Me gusta que la ropa me quede ajustada.	165
<b>Conductas menos frecuentes</b>	
13. Vomito después de haber comido.	0
17. Me peso varias veces al día.	0
28. Tomo laxantes (purgantes).	0

**Nota:** Elaboración propia.

En contraste, en un estudio realizado en una población similar por Loza (2014), se encontró que las conductas predominantes son: comer a deshoras, saltarse comidas y no llevar una dieta nutritiva. En ambos casos se puede observar que las conductas más frecuentes



no se relacionan a los indicadores de la presencia de conductas alimentarias de riesgo. En contraste, Chávez-Rosales, Camacho, Maya y Márquez (2012) mencionan que el 14,28 % de los estudiantes de nutrición muestran preocupación por tener grasa en el cuerpo.

Es importante señalar que no existen mayormente estudios que permitan contrarrestar los objetivos planteados en esta investigación, es decir que evidencian la prevalencia de las conductas alimentarias en poblaciones similares a los estudiantes de Danza y Teatro; y Nutrición y Dietética como poblaciones específicas.



## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Con base en el análisis de los resultados obtenidos, se puede indicar que estos son poco concluyentes en este estudio puesto que la población no es tan extensa y por otro lado se tratan de poblaciones específicas, es por ello que los resultados no pueden ser generalizados. Para ello es importante recalcar que según Chimbo (2017) existen varios grupos con mayor exigencia de una estética corporal, como es el caso de modelos, actrices, presentadores, bailarinas entre otros grupos que tienden a convertirse en un referente social y, por ende, forman su propio esquema que indica que tan ajustados se encuentran a los estándares de belleza.

Con ello podemos concluir en el presente estudio que la mayoría de la población no presenta conductas alimentarias de riesgo, sin embargo, son los estudiantes de la carrera de Danza y Teatro quienes presentan ciertas conductas alimentarias de riesgo (25,9 %). Por otro lado, las mujeres son el grupo más propenso a presentar estas conductas. De igual manera, mientras menor es la edad de los participantes y el ciclo académico mayor es la posibilidad de presentar conductas alimentarias de riesgo. En cuanto a las conductas alimentarias de riesgo que más se destacan en ambas carreras son: “evito especialmente comer alimentos con muchos hidratos de carbono”, “disfruto comiendo carne” y “me peso varias veces al día”.

Cabe recalcar que los resultados evidenciados con el cuestionario aplicado señalan la presencia de conductas alimentarias de riesgo, más no la existencia de un trastorno de la conducta alimentaria, pues para establecer este diagnóstico se requiere una evaluación con enfoque multidisciplinario. Sin embargo, la presencia de conductas de riesgo, podría ser un indicador del desarrollo de un TCA en el futuro.

Como limitantes dentro del estudio se encontró la poca tasa de respuesta de los participantes puesto que por las condiciones de la pandemia sanitaria COVID 19 la aplicación fue de manera virtual con lo cual fue difícil llegar a toda la población. Igualmente, es importante señalar que al no existir mayores estudios que aborden esta temática, se sugiere entonces que se puedan realizar investigaciones con otras poblaciones, de alcance correlacional e incluso con un enfoque cualitativo. Finalmente, se recomienda la implementación de un plan de prevención de las conductas alimentarias de riesgo, especialmente en la carrera de Danza y Teatro, puesto que presenta mayor cantidad de



participantes que emplean este tipo de conductas. Así mismo, se recomienda una evaluación individual a los estudiantes con mayor puntaje para detectar o descartar la presencia de un trastorno de la conducta alimentaria.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- American Psychiatric Association (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5).
- American Psychological Association. (2020, February 25). *Eating disorders*. <http://www.apa.org/topics/eatingdisorders>.
- Asociación Nacional de Trastornos de Alimentación. (2012). Consecuencias de salud de los trastornos alimenticios. NEDA. Recuperado de: <https://www.nationaleatingdisorders.org/consecuencias-de-salud-de-los-trastornos-alimenticios>
- Baldares, V. (2013). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 70(607), 475-482.
- Brito, P. (2015). Frecuencia de trastornos alimentarios en adultos jóvenes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito noviembre-diciembre, 2014 (Tesis de grado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Quito, Ecuador.
- Bueno, F y Quizhpi, D. (2017). Prevalencia de trastornos de conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosa en estudiantes universitarios (Tesis de grado).. Universidad de Cuenca. Cuenca, Ecuador.
- Castro, J., Toro, J., Salamero, M. & Guimerá, E. (1991). The Eating Attitudes Test: Validation of the Spanish version. *Psychological Assessment*, 7(2), 175-190.
- Chávez-Rosales, E., Camacho Ruíz, E. J., Maya Martínez, M. D. L. Á., & Márquez Molina, O. (2012). Conductas alimentarias y sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes de nutrición. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 3(1), 29-37.
- Chimbo, J. (2017). Imagen corporal y trastornos alimenticios en mujeres artistas de escenario de la ciudad de Cuenca (Tesis de grado). Universidad de Cuenca. Cuenca, Ecuador.



- De los Santos, J., Ghioldi, M., Obeid, M. y Schattner, C. (2016). Características antropométricas y hábitos alimentarios de estudiantes de danza clásica, Instituto Superior de Arte del Teatro Colón. *Apunts. Medicina de l'Esport*, 51(191), 85-92. <https://doi.org/10.1016/j.apunts.2016.02.001>
- Franco, K., Martínez, A., Reséndiz, D., Diaz, F., López, A., Aguilera, V., y Valdés, E. (2010). Conductas de riesgo y sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes universitarios del Sur de Jalisco, México. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 1(2), 90-101.
- Freire, W., Ramírez, M., Belmont, P., Mendieta, M., Silva, K., Romero, N., Sáenz, K., Piñeiros, P., Gómez, L. y Monge, R. (2013). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del Ecuador. ENSANUT-ECU 2011-2013 Ministerio de Salud Pública/Instituto Nacional de Estadística y Censos. Ecuador, Quito.
- Garner, D. & Garfinkel, P. (1979). The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological medicine*, 9(2), 273-279.
- Garner, D., & Garfinkel, P. (1982). Body image in anorexia nervosa: Measurement, theory and clinical implications. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 11(3), 263-284.
- Loja, J., y Sarmiento, B. (2020). Prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de 15 a 18 años de un colegio particular mixto y un colegio fiscal mixto (Tesis de grado). Universidad del Azuay. Cuenca, Ecuador.
- Loza, R. C. (2014). Estudio de hábitos alimenticios y factores que los influyen en estudiantes que se encuentran cursando, 2do. a 8vo. Nivel de la carrera de Nutrición Humana de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador (Tesis de grado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Quito, Ecuador.
- Muñoz, A. (2014). La imagen corporal en la sociedad (Tesis de grado). Universidad Internacional de Catalunya. Barcelona, España.
- Organización Mundial de la Salud. (2004). Prevención de los trastornos mentales: intervenciones efectivas y opciones de políticas, informe compendiado. OMS.



- Osorio, E., Weisstaub, N. y Castillo. (2002). Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Revista chilena de nutrición*, 29(3), 280-285.
- Peña, N., López, S. y Liévano, M. (2014). Conductas alimentarias asociadas a TCA en estudiantes universitarios que asisten a un centro de formación deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 7(2), 29-38. 12 tomado de <http://www.salud.gob.ec/autorizacion-de-investigaciones-en-salud/>
- Ponce, C., Turpo, K., Salazar, C., Viteri- L., Carhuacho, J., y Taype, Á. (2017). Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de medicina de una universidad de Perú. *Revista Cubana de Salud Pública*, 43, 551-561.
- Román, A. (2012). Campañas de mercadeo social: Juntos contra la Anorexia y la Bulimia, sonríe Eres Única. Universidad San Francisco de Quito. Quito, Ecuador.
- Sangüesa, A. M. (2016). Detección precoz de los trastornos de la conducta alimentaria en bailarines de ballet. *Atalaya Médica Turolese*, (10), 41-49.
- Serra, M. (2015). Los trastornos de la conducta alimentaria. Barcelona, España: Editorial UOC.
- Serrano, A. (2016). Programa educativo en la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria: valoración de la eficacia de un programa de intervención frente a un grupo de control (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España.
- Unikel, C., Díaz de León, C. y Rivera, J. (2017). Conductas alimentarias de riesgo y factores de riesgo asociados: Desarrollo y validación de instrumentos de medición. México: Universidad Autónoma Metropolitana.
- Vivero, L. (2014). Evaluación de prácticas no saludables para el control de peso y el riesgo de desarrollar un Trastorno de la Conducta Alimentaria en los estudiantes de pregrado de la Universidad Internacional del Ecuador en el período académico marzo-Julio 2013 (Tesis de grado). Facultad de Ciencias Médicas de la Salud y de la Vida. Universidad Internacional del Ecuador. Quito, Ecuador.

## ANEXOS

**Anexo 1. Consentimiento informado****FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Título de la investigación: Conductas alimentarias en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro de la Facultad de Artes y, de Nutrición y Dietética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cuenca, periodo 2020-2021

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	María José Brito Solano	104863733	Universidad de Cuenca

**¿De qué se trata este documento?**

Usted está invitado a participar en este estudio realizado por estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación, los posibles riesgos y beneficios, además de sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio.

**Introducción**

Es importante conocer acerca de las conductas alimentarias en estudiantes de dos carreras de la universidad, para poder identificar si existen conductas de riesgo, que a su vez pueden llegar a desencadenar en un trastorno de la conducta alimentaria, lo que puede impedir a los estudiantes, terminar con éxito su carrera y realizar su posterior desempeño con la calidad requerida. Además, se intenta identificar si la carrera cursada podría llegar a ejercer una influencia en el tipo de conductas alimentarias que adquieren los estudiantes.

**Objetivo del estudio**



Describir las conductas alimentarias según las variables sociodemográficas edad, sexo y ciclo académico, en estudiantes de las carreras de Danza y Teatro y, Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca, en el período 2020-2021.

### **Descripción de los procedimientos**

Inicialmente se deberá solicitar la autorización a las respectivas autoridades de cada facultad, se les informará brevemente en qué consiste el proyecto de investigación, para proceder con la aplicación de los instrumentos, que será realizada de manera digital. Se contactará con los docentes para que nos brinden un espacio de su hora de clase, para compartir el enlace de los instrumentos a aplicar, una vez que los estudiantes hayan aceptado participar, después de leer el consentimiento informado. El tiempo de aplicación será de 10 a 15 minutos aproximadamente. El proceso de recolección de la información durará un aproximado de dos meses. Por último, los datos recolectados serán introducidos en el programa estadístico SPSS para su posterior procesamiento estadístico.

### **Riesgos y beneficios**

La participación en este estudio podría llegar a herir susceptibilidades, por lo que la participación será voluntaria y anónima. El equipo de investigadores estará atento, en caso de alguna duda, durante o después de la aplicación de los instrumentos.

La investigación aportará datos acerca de la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo, además de contribuir con datos interesantes respecto a la relación entre las conductas alimentarias y las variables sociodemográficas. Por lo que la investigación resulta beneficiosa para estudiantes de las carreras de Danza y Teatro y, Nutrición y Dietética de la Universidad de Cuenca.

### **Otras opciones si no participa en el estudio**

Se agradece el tiempo invertido en la participación de esta investigación, sin embargo, si no desea participar, no está en la obligación de llenar el siguiente cuestionario.

### **Derechos de los participantes** *(debe leerse todos los derechos a los participantes)*



Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- 6) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede;
- 7) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 8) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 9) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- 10) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

### Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 099 968 3468, que pertenece a María José Brito Solano o envíe un correo electrónico a [mjose.britos@ucuenca.edu.ec](mailto:mjose.britos@ucuenca.edu.ec)

**Consentimiento informado** *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieran el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)*

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

\_\_\_\_\_  
Nombres completos del/a participante

\_\_\_\_\_  
Firma del/a participante

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Nombres completos del testigo *(si aplica)*

\_\_\_\_\_  
Firma del testigo

\_\_\_\_\_  
Fecha



---

Nombres completos del/a investigador/a

Firma del/a investigador/a

Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. José Ortiz Segarra, Presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico:  
[jose.ortiz@ucuenca.edu.ec](mailto:jose.ortiz@ucuenca.edu.ec)



**Anexo 2. Ficha sociodemográfica.**

DATOS GENERALES			
Edad: _____	Sexo: <ul style="list-style-type: none"><li>• Mujer</li><li>• Hombre</li></ul>	Carrera: <ul style="list-style-type: none"><li>• Danza y teatro</li><li>• Nutrición y dietética</li></ul>	Ciclo: <ul style="list-style-type: none"><li>• Primer</li><li>• Segundo</li><li>• Tercero</li><li>• Cuarto</li><li>• Quinto</li><li>• Sexto</li><li>• Séptimo</li><li>• Octavo</li><li>• Noveno</li></ul>

**Anexo 3. Test de Actitudes hacia la alimentación (EAT-40)****TAMIZAJE PARA LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA (TCA)****EAT 40** Eating Attitudes Test (EAT)

NOMBRE \_\_\_\_\_

EDAD \_\_\_\_\_

SEXO M / F \_\_\_\_\_

	SIE MP RE	CAS I SIE MP RE	A ME NU DO	A VEC ES	POCA S VECE S	NUN CA
1.- Me gusta comer con otras personas.						
2.- Preparo comidas para otros, pero yo no me las como.						
3.- Me pongo nervioso/a cuando se acerca la hora de las comidas.						
4.- Me da mucho miedo pesar demasiado.						
5.- Procuero no comer aunque tenga hambre.						
6.- Me preocupó mucho por la comida.						
7.- A veces me he "atrancado" de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer.						
8.- Corto mis alimentos en trozos pequeños.						
9.- Tengo en cuenta las calorías que tienen los alimentos que como.						
10.- Evito, especialmente, comer alimentos con muchos hidratos de carbono ( por ejemplo: pan, arroz, patatas, etc.)						
11.- Me siendo lleno/a después de las comidas.						
12.- Noto que los demás preferirían que yo comiese más.						
13.- Vomito después de haber comido.						
14.- Me siento muy culpable después de comer.						
15.- Me preocupa el deseo de estar más delgado/a.						
16.- Hago mucho ejercicio para quemar calorías.						
17.- Me peso varias veces al día.						
18.- Me gusta que la ropa me quede ajustada.						
19.- Disfruto comiendo carne.						
20.- Me levanto pronto por las mañanas.						
21.- Cada día como los mismos alimentos.						
22.- Pienso en quemar calorías cuando hago ejercicio.						
23.- Si soy mujer. ¿Tengo la menstruación regular?						
24.- Los demás piensan que estoy demasiado delgado/a.						
25.- Me preocupa la idea de tener grasa en el cuerpo.						
26.- Tardo en comer más que las otras personas.						
27.- Disfruto comiendo en restaurantes.						
28.- Tomo laxantes (purgantes).						
29.- Procuero no comer alimentos con azúcar.						
30.- Como alimentos de régimen.						
31.- Siento que los alimentos controlan mi vida.						
32.- Me controlo en las comidas.						
33.- Noto que los demás me presionan para que coma						
34.- Paso demasiado tiempo pensando y ocupándome de la comida						
35.- Tengo estreñimiento.						
36.- Me siendo incómodo/después de comer dulces.						
37.- Me comprometo a hacer régimen.						
38.- Me gusta sentir el estómago vacío.						
39.- Disfruto probando comidas nuevas y sabrosas.						
40.- Tengo ganas de vomitar después de las comidas.						