

Universidad Católica de Santa María
Facultad de Enfermería
Escuela Profesional de Enfermería



**Trastornos de la conducta alimentaria y estrés académico en estudiantes de
quinto de secundaria, I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024**

Tesis presentada por la Bachiller:

Urday Rodriguez, Nikhole Patricia

ORCID: 0009-0004-8867-580X

para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

Asesor (a):

Mg. Orihuela Gárate, Milká Rosario

ORCID: 0009-0007-2543-0823

Arequipa - Perú

2025

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

ENFERMERIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 05 de Febrero del 2025

Dictamen: 011789-C-FENFER-2025

Visto el borrador del expediente 011789, presentado por:

2019225422 - URDAY RODRIGUEZ NIKHOLE PATRICIA

Titulado:

**TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
QUINTO DE SECUNDARIA, I. E. SANTA ROSA DE VITERBO, AREQUIPA 2024**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

**29526835 - BORJA VIZCARRA MARIA DEL PILAR SOFIA
DICTAMINADOR**



**46706143 - PEÑA PINTO YANNINA MELISSA
DICTAMINADOR**



**46436599 - REYES NEYRA GIOVANNA ELIZABETH
DICTAMINADOR**



Trastornos de la conducta alimentaria y estrés académico en estudiantes de quinto de secundaria, I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

30%

INDICE DE SIMILITUD

28%

FUENTES DE INTERNET

11%

PUBLICACIONES

16%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Católica de Santa María	6%
	Trabajo del estudiante	
2	hdl.handle.net	4%
	Fuente de Internet	
3	repositorio.ucv.edu.pe	2%
	Fuente de Internet	
4	tesis.ucsm.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
5	Submitted to Universidad de San Martín de Porres	1%
	Trabajo del estudiante	
6	repositorio.utea.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo	1%
	Trabajo del estudiante	

DEDICATORIA

“Que el temor al fracaso no sea impedimento para lograr lo que te propones”

Esta frase expresa los momentos en que dudé de mi capacidad para alcanzar mis objetivos y estar segura de que me equivocaría. Sin embargo, logré avanzar, aprendiendo a confiar en mí misma, cometiendo errores y superando las dificultades del camino.

Por dicho motivo, este logro está dedicado a quienes son parte esencial en mi trayectoria profesional y personal:

A mi familia, mi principal motivación, por permanecer junto a mi ofreciéndome su respaldo, sus invaluable palabras, y por su infinita paciencia.

A ti, tu constante presencia ha sido un apoyo inquebrantable en los momentos decisivos, tienes la capacidad de iluminar mis días con alegría incluso en los momentos más oscuros.

Este logro no es solo mío, es el resultado del constante apoyo, confianza y cariño de aquellos que se encuentran a mi lado; sin su presencia habría sido aún más difícil el camino, estoy profundamente agradecida por ser fuente de mi inspiración y fortaleza.

AGRADECIMIENTOS

Para ser enfermera se debe tener vocación, además, es indispensable contar con ciertas cualidades como la fuerza, la sabiduría y un corazón lleno de compasión, es ejercer con pasión el cuidado de quienes se encuentran en un estado de vulnerabilidad, entregando lo mejor de uno para hacer el bien, incluso cuando el cansancio sea atroz.

Me siento bendecida por tener como misión servir al prójimo a través de la enfermería, una profesión que me permite practicar la compasión, dedicación y responsabilidad contribuyendo al cuidado y la salud de las personas.

A la Universidad Católica de Santa María y a la Facultad de Enfermería, su dedicación en cuanto al aprendizaje, la excelencia y su firme compromiso con el desarrollo educativo de los estudiantes, quienes se forman con dedicación para cuidar y proteger la salud de los demás, han sido elementos esenciales en mi crecimiento, tanto personal como profesional.

A la I. E. Santa Rosa de Viterbo por abrir las puertas de su comunidad educativa y permitir que sus estudiantes participen en esta investigación, lo que ha fortalecido el impacto y los resultados de la investigación.

A mi asesora, la Magister Milka Rosario Orihuela Gárate, por su guía constante y su compromiso incondicional a lo largo de este camino, su conocimiento, tiempo y templanza han sido pilares fundamentales para la evolución de esta investigación.

RESUMEN

Trastornos de la Conducta Alimentaria y Estrés Académico en Estudiantes de Quinto de Secundaria. I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.

El objetivo del estudio fue determinar la relación entre los trastornos de la conducta alimentaria y el nivel de estrés académico en estudiantes de quinto de secundaria.

Se realizó una investigación de campo, de nivel descriptivo relacional y de corte transversal, con una muestra de 113 estudiantes de quinto de secundaria. Se utilizó la técnica de la encuesta para recopilar información sobre ambas variables. Para evaluar los trastornos de la conducta alimentaria se aplicó el Eating Attitudes Test (EAT-26), y para medir el estrés académico se empleó el Inventario SISCO SV21.

Los resultados mostraron que el 53,1% de las estudiantes presentan riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria y, en cuanto al estrés académico, el 39,8% de las estudiantes experimentaron un nivel moderado de estrés y el 38,1% reportaron un nivel alto. Finalmente, luego del cálculo estadístico se obtuvo un coeficiente de correlación de Rho de Spearman ($r = 0,135$) y el valor de significancia bilateral ($p = 0.010 < 0.05$).

Este estudio concluye que existe una relación débil entre los trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico en las estudiantes de quinto de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo. Esto significa que, a mayor riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, se podría incrementar ligeramente el nivel de estrés académico.

Palabras clave: Trastorno de la Conducta Alimentaria, Estrés Académico, Adolescentes.

ABSTRACT

Eating Disorders and Academic Stress in Fifth-Year High School Students of the I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024

The objective of this study was to determine the relationship between eating disorders and academic stress levels in fifth-year high school students.

This study is a field research with a descriptive cross-sectional and correlational design, involving a sample of 113 fifth-year high school students. The survey technique was used to collect information on both variables. The Eating Attitudes Test (EAT-26) was applied to assess eating disorders, and the SISCO SV21 Inventory was used to measure academic stress.

The results showed that 53.1% of the students are at risk of developing eating disorders and, regarding academic stress, 39.8% of the students experienced a moderate level of stress and 38.1% reported a high level. Finally, after the statistical calculation, a Spearman Rho correlation coefficient ($r = 0.135$) and the bilateral significance value ($p = 0.010 < 0.05$) were obtained.

This study concludes that there is a weak relationship between eating disorders and academic stress in fifth-year high school students at the I.E. Santa Rosa de Viterbo. This means that the higher the risk of developing eating disorders, the higher the level of academic stress.

Key words: Eating Disorder, Academic Stress, Adolescents.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN-----	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO TEÓRICO-----	3
1. ENUNCIADO DEL PROBLEMA-----	4
1.1. Enunciado del Problema-----	4
1.2. Descripción del Problema-----	4
1.3. Justificación del Problema-----	6
2. MARCO TEÓRICO-----	7
2.1. Trastornos de la Conducta Alimentaria-----	7
2.2. Estrés Académico-----	11
2.3. Adolescencia-----	13
2.4. Modelo de Sistemas de Betty Neuman-----	14
2.5. Rol de Enfermería-----	15
3. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS-----	16
3.1. A Nivel Internacional-----	16
3.2. A Nivel Nacional-----	16
3.3. A Nivel Local-----	17
4. OBJETIVOS-----	18

5. HIPÓTESIS-----	18
CAPÍTULO II: PLANTEAMIENTO OPERACIONAL-----	19
1. TÉCNICA E INSTRUMENTO-----	20
1.1. Técnica-----	20
1.2. Instrumentos-----	20
2. CAMPO DE VERIFICACIÓN-----	22
2.1. Ubicación Espacial-----	22
2.2. Ubicación Temporal-----	22
2.3. Unidades de Estudio-----	23
3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS-----	23
3.1. Organización-----	23
3.2. Recursos-----	24
3.3. Manejo de Resultados-----	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS-----	25
DISCUSIÓN-----	46
CONCLUSIONES-----	49
RECOMENDACIONES-----	50
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS-----	51
ANEXOS-----	57

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 DISTRIBUCIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA SEGÚN EDAD Y SECCIÓN-----	26
TABLA 2 PREVALENCIA DE RIESGO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA-----	29
TABLA 3 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA DIMENSIÓN DE DIETA RELACIONADA CON TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA-----	31
TABLA 4 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA DIMENSIÓN DE BULIMIA Y PREOCUPACIÓN POR LA COMIDA-----	33
TABLA 5 EVALUACIÓN DEL RIESGO POR TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN FUNCIÓN DEL CONTROL ORAL EN LAS ESTUDIANTES-----	35
TABLA 6 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO-----	37
TABLA 7 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE ESTRESORES ACADÉMICOS IDENTIFICADOS-----	39
TABLA 8 DISTRIBUCIÓN DE ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DE LOS SÍNTOMAS ASOCIADOS AL ESTRÉS ACADÉMICO-----	41
TABLA 9 EVALUACIÓN DEL GRADO DE INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR LAS ESTUDIANTES-----	43

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 DISTRIBUCIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA POR EDAD-----	27
GRÁFICO 2 DISTRIBUCIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA POR SECCIÓN-----	28
GRÁFICO 3 PREVALENCIA DE RIESGO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA-----	30
GRÁFICO 4 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA DIMENSIÓN DE DIETA RELACIONADA CON TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA-----	32
GRÁFICO 5 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA DIMENSIÓN DE BULIMIA Y PREOCUPACIÓN POR LA COMIDA-----	34
GRÁFICO 6 EVALUACIÓN DEL RIESGO POR TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN FUNCIÓN DEL CONTROL ORAL EN LAS ESTUDIANTES-----	36
GRÁFICO 7 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO-----	38
GRÁFICO 8 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE ESTRESORES ACADÉMICOS IDENTIFICADOS-----	40
GRÁFICO 9 DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DE LOS SÍNTOMAS ASOCIADOS AL ESTRÉS ACADÉMICO-----	42
GRÁFICO 10 EVALUACIÓN DEL GRADO DE INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR LAS ESTUDIANTES-----	44

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) constituyen un problema de salud pública que impacta tanto el bienestar físico como emocional de los individuos, estos trastornos se caracterizan por conductas atípicas relacionadas con inquietudes sobre el peso y la forma corporal, siendo la anorexia nerviosa una de las principales causas de mortalidad por complicaciones médicas o suicidio (1). Por otro lado, el estrés académico es definido como un factor que incide en la aparición de TCA al generar reacciones físicas, emocionales y conductuales frente a las exigencias educativas (OMS, 4).

Estudios señalan que cerca del 40 % de las personas tienden a comer en exceso durante períodos de estrés seleccionando alimentos poco nutritivos o, por el contrario, restringen drásticamente su alimentación, lo que puede desencadenar condiciones como anorexia, bulimia o episodios de atracones (5). En el Perú, se estima que el 6 % de la población presenta algún tipo de trastorno, siendo las mujeres y las áreas urbanas las más afectadas (MINSA), además, el 20 % de los jóvenes experimentan problemas alimentarios, lo que afecta su salud física y mental (2,7).

La función de la enfermería en este contexto es fundamental ya que desempeñan un papel clave en la atención, prevención y rehabilitación de estos trastornos, identifican los síntomas y aseguran un tratamiento adecuado y oportuno, contribuyendo de manera significativa a la salud de las adolescentes. En cuanto a su labor educativa, capacitan a familias, docentes y comunidades en estrategias de prevención, interactuando con poblaciones en riesgo y favoreciendo el bienestar de los adolescentes (Ministerio de Salud), esta colaboración permite identificar los factores que influyen en estas conductas y fomentar un ambiente escolar más saludable, propiciando el bienestar integral de las estudiantes (3,6).

En un contexto escolar con demandas académicas significativas, es importante cuestionarse: ¿cómo se relaciona el estrés académico con los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes? Este estudio se centra en las estudiantes de quinto de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo en Arequipa, abordando una problemática que combina factores emocionales, culturales y educativos propios de este grupo cuyos resultados contribuirán a desarrollar recomendaciones para mejorar el bienestar de las estudiantes, mediante la promoción de hábitos saludables y estrategias educativas efectivas.

El estudio se realizó en la I.E. Santa Rosa de Viterbo, tras coordinar y lograr el permiso, se ejecutaron los instrumentos validados a las estudiantes de quinto de secundaria, respetando el horario escolar y teniendo en cuenta el consentimiento y asentimiento informado. Para la evaluación de los datos, se recurrió a cuestionarios, técnicas estadísticas y recursos propios. El trabajo sigue el esquema oficial de tesis de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María, cuyo contenido está organizado en tres capítulos: Capítulo I: planteamiento teórico, capítulo II: planteamiento operacional, y capítulo III: resultados, conclusiones y recomendaciones, adjuntando referencias bibliográficas y anexos.



A large, faint watermark of the Universidad Católica de Santa María logo is centered on the page. It features a shield with a cross, a book, and a lamp, surrounded by a banner with the text 'UNIVERSIDAD CATOLICA SANTA MARIA' and the year '1961' at the bottom.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. ENUNCIADO DEL PROBLEMA

1.1. Enunciado del Problema

Trastornos de la conducta alimentaria y estrés académico en estudiantes de quinto de secundaria, I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.

1.2. Descripción del Problema

1.2.1. Ubicación del Problema

- a. **Campo:** Ciencias de la Salud
- b. **Área:** Enfermería
- c. **Línea de Investigación:** Salud Mental

1.2.2. Análisis y Operacionalización de Variables

VARIABLES	INDICADORES	SUBINDICADORES
Datos Sociodemográficos	Edad	15 a 16 años 16 a 17 años
	Sección	A, B, C
Trastornos de la Conducta Alimentaria (Variable Independiente)	Dieta	- Preocupación por peso y composición corporal - Comportamientos psicológicos - Restricción alimentaria - Actividad física
	Bulimia y preocupación por la comida	- Conducta alimentaria - Comportamientos psicológicos
	Control Oral	- Restricción y control alimentario - Percepción y presión social - Conductas alimentarias

Estrés Académico (Variable Dependiente)	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Sobrecarga académica - Metodología - Exigencias y participación - Aspectos de enseñanza - Desafíos de aprendizaje
	Síntomas (Reacciones)	<ul style="list-style-type: none"> - Síntomas físicos - Síntomas psicológicos - Reacciones y relaciones sociales
	Estrategias de Afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Manejo emocional y psicológico - Desarrollo personal y social - Actividades de bienestar - Uso responsable y concentración

1.2.3. Interrogantes Básicas

- a. ¿Existe riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024?
- b. ¿Cómo es el estrés académico en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024?
- c. ¿Cuál es la relación entre la presencia de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y el nivel de estrés académico en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024?

1.2.4. Tipo y Nivel de Investigación

- a. **Tipo de Investigación:** De campo y transversal
- b. **Nivel de Investigación:** Descriptivo y correlacional

1.3. Justificación del Problema

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y el estrés académico son problemas de creciente preocupación a nivel global debido a su impacto significativo en la salud física, emocional y social de los adolescentes, en el caso de las adolescentes, estas problemáticas pueden influir de manera particular, debido a la interacción de factores sociales, culturales y educativos que incrementan su vulnerabilidad; este estudio busca analizar cómo estos factores se interrelacionan y afectan el bienestar integral de las estudiantes, con el objetivo de identificar estrategias preventivas y correctivas que puedan implementarse en el ámbito escolar (8).

Desde un enfoque científico, el análisis de los TCA y el estrés académico permitirá generar conocimiento que contribuya al desarrollo de investigaciones futuras en este campo, los hallazgos podrían servir como base para diseñar programas educativos y sanitarios que promuevan hábitos saludables y mejoren la calidad de vida de las estudiantes. A nivel social, los TCA representan un desafío importante, pues no solo afectan el estado nutricional de las adolescentes, sino que también tienen consecuencias en su desempeño académico, sus relaciones interpersonales y su salud emocional, este estudio busca, además, aportar herramientas que permitan a las estudiantes enfrentar de manera reflexiva las demandas sociales y académicas, mitigando los efectos del estrés y promoviendo su bienestar integral (8).

En cuanto a la metodología, el estudio emplea herramientas validadas y técnicas estadísticas que permiten analizar la relación entre los trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico en un contexto educativo femenino, la elección de la I.E. Santa Rosa de Viterbo responde a su relevancia como institución exclusivamente para mujeres, lo que permite explorar factores socioculturales específicos, como la presión social hacia estándares de belleza y la exigencia académica; trabajar con adolescentes de esta institución resulta fundamental, ya que las particularidades de esta etapa del desarrollo las hacen especialmente susceptibles a estas problemáticas; además, los resultados podrían utilizarse para

diseñar e implementar intervenciones dirigidas a mejorar el entorno educativo y fomentar hábitos saludables en esta población (9).

Desde el punto de vista de enfermería, este trabajo busca fortalecer el rol preventivo de los profesionales de la salud en el ámbito escolar, puesto que la detección temprana y las intervenciones educativas son esenciales para minimizar el impacto de los TCA y el estrés académico, promoviendo un enfoque integral que involucre a las familias, docentes y comunidades educativas; al colaborar con el personal educativo, los profesionales de enfermería pueden contribuir a la creación de entornos más saludables y al desarrollo de estrategias que reduzcan el impacto de estos problemas en la vida de las estudiantes (6).

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Trastornos de la Conducta Alimentaria

De acuerdo con la OMS, son considerados enfermedades mentales caracterizados por perder peso intencionadamente utilizando métodos poco saludables, pueden desarrollarse en cualquier edad, género, etnia y peso, además, son difíciles de identificar ya que las personas que lo padecen aparentan normalidad; pese a que se desconoce la causa específica hay diversas investigaciones que mencionan que los factores genéticos, biológicos, conductuales, psicológicos y sociales acrecientan la posibilidad de su aparición (9).

2.1.1. Factores de Riesgo

- a. **Predisponentes:** Con respecto a los factores individuales, la persona presenta una baja autoestima, ciertos rasgos psicológicos como el perfeccionismo, la inflexibilidad y la vulnerabilidad, en el caso de las mujeres; en el aspecto familiar, los integrantes de la familia conviven en un ambiente inestable, carente de comunicación, con una dinámica inflexible o exigente; y en relación al aspecto sociocultural, se encuentran los estereotipos de belleza y la presión social por alcanzar esos estereotipos (11).

- b. Precipitantes:** Se encuentran factores como la práctica de dietas restrictivas y los entornos que critican la apariencia física de otras personas, esto genera situaciones estresantes que pueden influir en la aparición de TCA (10).
- c. De Mantenimiento:** Son factores que favorecen la persistencia de los trastornos como la desnutrición, la presión familiar, el aislamiento social, la obsesión con la apariencia física y el ejercicio excesivo (10).

2.1.2. Tipos de Trastornos

- a. Anorexia Nerviosa:** Es un trastorno mental caracterizado por un intenso deseo de perder peso alcanzando niveles extremos de reducción, está relacionado con el miedo a aumentar de peso, la práctica de dietas estrictas y un régimen de ejercicio riguroso. Existen tres tipos de manifestaciones (físicas, emocionales y conductuales): Las manifestaciones físicas, se caracterizan por la presencia de fatiga extrema, dificultad para conciliar el sueño, pérdida de peso significativa, cabello quebradizo y seco, piel pálida, sensibilidad al frío, amenorrea (falta de menstruación), mareos, estreñimiento y la cianosis (coloración azulada en los dedos) (12).

Con respecto a las manifestaciones emocionales y conductuales, las personas afectadas se inducen el vómito, usan laxantes, enemas o diuréticos, presentan episodios de atracones, se niegan a comer en espacios públicos, tienen pensamientos suicidas, trastornos depresivos o apatía social (12).

- b. Bulimia:** Trastorno mental caracterizado por el consumo descontrolado de grandes cantidades de comida seguido de intentos de purga (inducción del vómito o el uso de laxantes); generalmente, estas acciones se realizan a escondidas afectando la salud física y el bienestar emocional poniendo en riesgo la vida del individuo, los síntomas más característicos son (13):

- Miedo a aumentar de peso y usar métodos poco saludables para adelgazar.

- Hiperfagia
- Inducción del vómito tras episodios de atracones o ejercicio excesivo
- Uso inapropiado de laxantes y diuréticos.
- Prácticas de ayuno, restricción calórica o evitación de alimentos.
- Consumo de suplementos o fitoterapia de riesgo para la reducción de peso.
- Disconformidad corporal y descontento con el peso.
- La apariencia física afecta en el estado emocional y la autoestima.
- Cambios de humor

c. Trastorno del Apetito Desenfrenado: Se define por el consumo de grandes cantidades de alimentos de manera descontrolada, sintiéndose abrumada por su incapacidad para detenerse y se compromete a no repetir ese comportamiento, sin embargo su urgencia es mayor y continúa consumiendo esas grandes cantidades de comida, sus principales características son (14):

- Ingerir grandes cantidades de comida en un período breve de tiempo
- Experimentar una sensación de falta de control durante el episodio de ingesta
- Comer sin tener hambre real o sin estar satisfecho
- Consumir la comida de manera rápida en los episodios de atracón
- Comer en soledad o de manera oculta
- Experimentar emociones negativas como depresión, irritabilidad, vergüenza o culpa debido al comportamiento alimentario
- Intentar frecuentemente hacer dieta sin lograr resultados significativos

d. Vigorexia: Se describe como una obsesión por aumentar la masa muscular, en el ámbito psiquiátrico se denomina “dismorfia muscular” o “trastorno obsesivo-compulsivo”, también es conocido como “complejo de adonis” ya que la persona está preocupada por los defectos percibidos en su apariencia física, aunque estos puedan pasar desapercibidos para los demás, sus síntomas son (15):

- Preocupación por mostrar falta de fuerza o masa muscular
- Incapacidad para ser objetivo sobre la apariencia corporal
- Pensamientos obsesivos y persistentes
- Evitación de situaciones que puedan poner en evidencia la percepción de falta de musculatura
- Participación en actividad física excesiva
- Uso indebido de sustancias con el fin de aumentar la masa muscular

e. Potomanía: Se clasifica como trastorno alimentario no especificado (TANE) y se caracteriza por el deseo compulsivo de beber grandes cantidades de agua sin tener la sensación de sed, también incluye la polidipsia (aumento anormal de la sed) y la dipsomanía (consumo excesivo de alcohol) (16), su sintomatología incluye calambres musculares, fatiga, cansancio, náuseas, cefalea (dolores de cabeza), hiponatremia (niveles bajos de sodio en sangre), dificultad para concentrarse y la pérdida de agilidad mental, y en casos más graves, se puede presentar insuficiencia cardíaca y crisis convulsivas (17).

2.1.3. Dimensiones

- a. Dieta:** Según la OMS, es el patrón general de alimentación de una persona o un grupo, que comprende los alimentos y bebidas consumidos habitualmente, teniendo en cuenta la pérdida o ganancia de peso, así como también aspectos relacionados con lo que se come y la forma en que se consume (18).
- b. Bulimia y preocupación por la comida:** Se caracteriza por el consumo excesivo de comida, conductas de purga, privación de

alimentos o actividad física excesiva, en casos de los episodios de atracones, las personas se inducen el vómito, utilizan laxantes o diuréticos para llevar a cabo dietas estrictas, realizar ejercicio de manera intensa o combinar estas estrategias (19).

- c. **Control Oral:** Implica la autorregulación del consumo de comida además de la influencia social para aumentar de peso, manifestándose con restricción de alimentos y la preocupación por las calorías consumidas (20).

2.1.4. **Complicaciones**

Entre ellas se encuentran la depresión y ansiedad, pensamientos o conductas suicidas, también pueden afectar el crecimiento y desarrollo, genera dificultades en la interacción social y las relaciones personales; quienes padecen estos trastornos pueden experimentar afecciones por consumo excesivo de sustancias, enfrentar dificultades en el ámbito laboral y en el rendimiento académico y, en los casos más graves, los TCA representan un riesgo de muerte (21).

2.2. **Estrés Académico**

Según la OMS, se caracteriza como una respuesta que implica las reacciones fisiológicas, emocionales, conductuales y cognitivas frente al entorno escolar en el que los estudiantes pueden presentar ansiedad, frustración, enojo, apatía, aislamiento, pensamientos de incompetencia, dificultades para resolver problemas, sentimientos de insuficiencia, entre otros (22).

2.2.1. **Tipos de Estrés**

- a. **Agudo:** Este tipo de estrés ocurre a corto plazo en respuesta a situaciones peligrosas, desafiantes o emocionantes, es una reacción natural del organismo que prepara al individuo para enfrentar una amenaza o adaptarse a una nueva experiencia donde se potencia la concentración y la capacidad de respuesta facilitando el manejo efectivo de la situación (23).

b. Crónico: En contraste, el estrés crónico se prolonga durante semanas, meses o incluso años, este tipo de estrés puede surgir de situaciones persistentes, como problemas en el trabajo, dificultades financieras, conflictos familiares o preocupaciones de salud crónicas; a diferencia del estrés agudo, el estrés crónico puede tener efectos negativos graves en la salud física y mental a largo plazo (23).

2.2.2. Dimensiones

a. Estresores: Implica factores significativos que ponen en riesgo el bienestar del sujeto y son externos a la evaluación y factores, dependiendo de la percepción individual, en conclusión, se define como una situación de emergencia que puede provocar una respuesta generalizada e indeterminada en un individuo (24).

b. Síntomas y signos: Son indicadores que producen reacciones físicas, cambios conductuales y afectan aspectos emocionales; rara vez es evidente en las personas que lo experimentan y cómo reaccionan a una condición, por lo que el grado de efecto experimentado puede diferir en tipo y severidad (24).

c. Estrategias de afrontamiento: Las diferentes técnicas ayudan a la persona a sobrellevar la presión del sistema, algunas de las estrategias recomendadas son habilidades asertivas, autoafirmaciones, métodos de distracción, expresión emocional, religión, asistencia profesional, humor y formulación y ejecución de un plan de acción (24).

2.2.3. Causas

El estrés académico puede ser provocado por factores internos como el pesimismo, el perfeccionismo o las expectativas desajustadas, también por factores externos como sobrecarga laboral o escolar, problemas en relaciones interpersonales, problemas económicos o exceso de carga familiar o social que intensifican las emociones y el estrés en los estudiantes (25).

2.2.4. Repercusiones

El estrés puede ocasionar alteraciones en el plano físico (fatiga, cefaleas, alteraciones gastrointestinales, cambios en los hábitos alimenticios, dolores musculares y somnolencia extrema); en el plano conductual (problemas de atención, problemas de sociabilidad, tendencia a procrastinar, automedicación, entre otros trastornos); y en el plano psicológico y emocional de la persona (ansiedad, irritabilidad, tristeza y problemas de atención o de memoria) (26).

2.3. Adolescencia

De acuerdo con la OMS, la adolescencia se define como el periodo que se da entre los 10 a los 19 años, y que representa el proceso de transición desde la niñez hasta la adultez en una persona; si bien establecer limitantes dentro de este rango puede ser algo complicado, resulta importante comprender la relevancia que tiene esta fase en el desarrollo humano (27).

2.3.1. Etapas del Desarrollo Adolescente

- a. **Adolescencia Temprana (10 - 13 años):** Se dan algunos cambios hormonales que inician la pubertad, esto resulta en ciertos cambios físicos como el crecimiento acelerado, cambios en la voz y el comienzo del crecimiento del vello corporal; los niños comienzan a socializar y hacer amistades fuera de la familia (27).
- b. **Adolescencia Media (14 - 16 años):** Los cambios son más de carácter psicológico y están dirigidos a la búsqueda del sentido de identidad, o sea, los adolescentes comienzan a cuestionar su percepción sobre sí mismos y de las personas a su alrededor, esto les lleva a una mayor búsqueda de libertad hacia sus padres, lo que puede derivar en comportamientos de alto riesgo (27).
- c. **Adolescencia Tardía (17 - 21 años):** Las sensaciones físicas se vuelven relevantes y la autoestima relacionada con el desarrollo de la figura hace que los jóvenes se enfoquen en las decisiones y objetivos personales, así como en las relaciones más íntimas (27).

2.4. Modelo de Sistemas de Betty Neuman

La base de esta teoría es la interacción entre la persona y el estrés, la forma en que reacciona la persona y los factores que promueven su recuperación; además resalta como la enfermería aborda a las personas saludables y enfermas como sistemas integrales. Se enfatiza la manera en que los enfermeros y los pacientes perciben los factores estresantes y trabajan juntos para establecer objetivos claros y definir intervenciones preventivas adecuadas. Este modelo presenta cuatro metaparadigmas; tales como (28):

- **Persona:** Es un sistema que emerge de la interacción entre las variables físicas, psicológicas, sociales, de desarrollo y espirituales con el entorno. En este caso, las estudiantes sufren varios problemas típicos de esta etapa, incluidas demandas académicas y presión para estar en forma, que influyen significativamente en su bienestar, generando estrés y conductas alimentarias no saludables.
- **Enfermería:** La relación entre el cuidador y la persona se basa en la percepción mutua, permitiendo al cuidador reconocer el estrés del paciente y elegir las intervenciones adecuadas; en esta situación, las enfermeras contribuyen identificando el estrés y los TCA en las adolescentes, colaborando con los docentes y las familias para establecer un entorno propicio que las ayude a manejar la presión y mejorar su bienestar.
- **Salud:** Es una dinámica entre bienestar y enfermedad; el bienestar se alcanza cuando las necesidades están satisfechas, mientras que la enfermedad surge cuando hay inestabilidad. En los estudiantes, no manejar bien la presión escolar puede ocasionar que afecten su alimentación y bienestar emocional.
- **Entorno:** Este modelo menciona tres tipos de entornos que en el caso de las estudiantes, sus pensamientos y emociones viene a ser el entorno interno, las expectativas académicas y sociales es el entorno externo, y sus mecanismos de protección frente al estrés es el entorno creado. Si estos factores no se gestionan adecuadamente, pueden contribuir al desarrollo de estrés académico y trastornos de la conducta alimentaria.

2.5. Rol de Enfermería

2.5.1. Trastornos de la Conducta Alimentaria

Los trastornos prevalentes dentro de la población adolescente presentan complicaciones en términos físicos, psicológicos y sociales, uno de los factores más importantes que contribuyen al desarrollo de estos trastornos es la presión social que puede alterar el IMC normal de los adolescentes y ocasionar que presenten síntomas de TCA, el personal de enfermería desempeña un papel primordial al trabajar en estrecha colaboración con los docentes para abordar estos trastornos en los adolescentes; su trabajo es asegurarse de que se identifique correctamente lo siguiente (29):

- Las características de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y las consecuencias graves asociadas.
- Factores que provocan y desencadenan los trastornos de la conducta alimentaria (TCA).
- Señales de alerta que pueden indicar tempranamente la presencia de un trastorno de la conducta alimentaria, facilitando así la detección y la evaluación médica.

2.5.2. Estrés Académico

El artículo elaborado por Atkins J. menciona un programa en el que proporciona a las enfermeras que trabajan en un entorno escolar, utilizar el acrónimo ALGEE para orientar las acciones (30):

- **Approach:** Acercarse, evaluar y ayudar
- **Listen:** Escuchar sin criticar
- **Give:** Brindar información y apoyo emocional
- **Encourage:** Animar al individuo a buscar ayuda con especialistas
- **Encourage:** Promover otros tipos de apoyo como el de la familia o amigos

3. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

3.1. A Nivel Internacional

- a. Fernández D, Barrios L, Viveros G, Espinola R, González G, Martínez G (2021). En su estudio **Hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia del COVID-19**. Paraguay 2021, realizaron una investigación descriptiva, de diseño observacional y de corte transversal, con una muestra de 353 estudiantes universitarios. Concluyeron que el 64,9% de los participantes eran mujeres y que el 64,8% presentaban un nivel alto de estrés, el cual estaba estrechamente relacionado con hábitos alimentarios poco saludables (31).
- b. González Castro M, Mendoza Martínez D, Barrio-Echavarría G, Rivas García F (2024). En su estudio **Relación entre ingesta alimenticia y estrés académico, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en estudiantes de la Universidad Autónoma de Chihuahua**. México 2024, realizaron una investigación descriptiva, correlacional y transversal con una muestra de 117 estudiantes universitarios. Concluyeron que el 92,2% de los estudiantes manifestaron preocupación y nerviosismo, y el 38,5% de las mujeres tienden a modificar sus hábitos alimenticios en respuesta a emociones como la depresión y la tristeza, mostrando una mayor tendencia a aumentar o reducir su ingesta de alimentos (32).

3.2. A Nivel Nacional

- a. Aguilar-Ydiáquez C, Campos-Flores L, Huamán-Saavedra JJ (2022). En su estudio **Índice de masa corporal en estudiantes de medicina: relación con estrés, hábitos alimenticios y actividad física**. Trujillo – 2022, realizaron una investigación de diseño observacional descriptivo transversal, con una muestra de 306 estudiantes de medicina. Concluyeron que el 50% de los estudiantes tenía normopeso, el 39,5% sobrepeso y el 10,5% obesidad, relacionando el IMC elevado con malos hábitos alimenticios y variaciones en los niveles de estrés según el peso (33).

- b. Tutaya L, Fiama O (2020). En su estudio **Hábitos alimenticios y estrés académico en estudiantes universitarios de Lima**. Lima – 2020, realizaron una investigación cuantitativa, de diseño observacional, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 174 estudiantes universitarios. Concluyeron que las mujeres mostraron mayor estrés académico por demandas académicas (25,22%) en comparación con los hombres (23,33%), y también mayor sintomatología psicológica (16,63% frente a 14,83%) (34).

3.3. A Nivel Local

- a. Chuquimia P, Malena S (2020). En su estudio **Hábitos alimentarios, actividad física y nivel de estrés académico en situación de emergencia sanitaria de los estudiantes de la Escuela Profesional de Ciencias de la Nutrición de la Universidad Nacional de San Agustín**. Arequipa – 2020, realizaron una investigación de enfoque cuantitativo, diseño observacional, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 165 estudiantes de nutrición. Concluyeron que no se encontró relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estrés académico, con un valor de $p = 0,398$ ($P < 0,05$) (35).
- b. Chávez Talavera C (2020). En su estudio **Relación del estrés y calidad de la dieta con el cambio en la percepción de la imagen corporal durante la cuarentena por COVID-19**. Arequipa 2020, realizó una investigación descriptiva, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 471 adolescentes y adultos jóvenes entre 18 y 29 años. Concluyó que los adolescentes de este grupo etario presentan altos niveles de estrés global, y un 84,9% manifestó la necesidad de mejorar su alimentación, mientras que sólo el 0,5% sigue una dieta saludable (36).

4. OBJETIVOS

- a. Identificar el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.
- b. Precisar el nivel de estrés académico en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.
- c. Determinar la relación entre el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y el nivel de estrés académico en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.

5. HIPÓTESIS

Dado que los trastornos de la conducta alimentaria se definen por conductas atípicas relacionadas con inquietudes sobre el peso y la forma corporal, influenciadas por factores emocionales, sociales y biológicos; y teniendo en cuenta que el estrés académico es un estado de preocupación o tensión mental generada por las exigencias educativas.

Es probable que exista relación entre el riesgo de desarrollar trastorno de la conducta alimentaria y el estrés académico en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.



CAPÍTULO II

PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

1. TÉCNICA E INSTRUMENTO

1.1. Técnica

- La técnica utilizada para la variable independiente “Trastornos de la Conducta Alimentaria” fue la encuesta y como instrumento se utilizó: Eating Attitudes Test (EAT-26).
- La técnica utilizada para la variable dependiente “Nivel de Estrés Académico” fue la encuesta y como instrumento se utilizó: Inventario SISCO SV21.

1.2. Instrumentos

Variable Independiente – Eating Attitudes Test (EAT – 26): Fue desarrollado por Garner y Garfinkel en 1979, que inicialmente tenía 40 ítems. En el 2003 fue adaptado al español por Gandarillas, Zorrilla y Sepúlveda con 26 ítems, el cual demostró una alta confiabilidad ($\alpha=0.83$) (39, 41). Este instrumento ayuda a evaluar actitudes alimentarias poco comunes, especialmente las vinculadas al temor de aumentar de peso, el anhelo de reducir peso y las conductas alimentarias restrictivas. Su finalidad es identificar síntomas y preocupaciones vinculadas a TCA en poblaciones no clínicas (38).

Descripción: Se utiliza una escala Likert con seis niveles de frecuencia (40):

De 1 a 24 y la 26 (orientación positiva hacia la variable) se puntúan de la siguiente manera:

- 0 puntos: Nunca, Rara vez y A veces
- 1 punto: Frecuentemente 1 punto
- 2 puntos: Casi siempre
- 3 puntos: Siempre.

Para el ítem 25 (en dirección desfavorable a la variable), la puntuación es la siguiente:

- 0 puntos: Siempre, Casi siempre y Frecuentemente
- 1 punto: A veces
- 2 puntos: Rara vez
- 3 puntos: Nunca

Calificación: Se obtiene sumando todos los ítems, con un rango de 0 a 78 puntos. Un puntaje de 20 o más señala actitudes y comportamientos alimentarios de riesgo. Para la interpretación se tomará en cuenta el baremo definido en la investigación (40):

Baremo de Puntuación	
Factores	Puntuación
Sin Riesgo	≤ 20 puntos
Con Riesgo	> 20 puntos

Variable Dependiente – Inventario SISCO SV21: Creado por Barraza en 2007, que inicialmente incluía 31 ítems. En 2018, se lanzó una versión revisada, SISCO SV-21, con 21 ítems el cual demostró una confiabilidad excepcional (rango de 0.85 a 1). Además, al eliminar cualquier ítem del instrumento, la confiabilidad se mantiene por encima de 0.9463. A través de un análisis factorial exploratorio, se identificaron tres factores clave que ilustran cómo los estresores, al ser evaluados por el estudiante, generan un desequilibrio en su sistema, lo que a su vez desencadena un proceso de afrontamiento y la implementación de acciones para reparar el equilibrio (36, 37).

Descripción: La evaluación es directa basándose en la dimensión de estresores, agregando los valores asignados a los resultados de los ítems. En esta escala, se asigna un valor de (37):

- 0 para "nunca"
- 1 para "casi nunca"
- 2 para "rara vez"
- 3 para "a veces"
- 4 para "casi siempre"
- 5 para "siempre".

Por otro lado, los valores correspondientes a los códigos se invierten en la dimensión de estrategias de afrontamiento.

Calificación: Se suman los puntajes de todos los ítems, obteniendo como resultado el parámetro total esperado de 0 a 235 y para la interpretación se tomará en cuenta el baremo definido en la investigación (37):

Baremo de Puntuación		
Dimensiones	Puntuación	Grado de Intensidad
Estresores	0 – 25	Leve
	26 – 50	Moderado
	51 – 75	Fuerte
Síntomas (Reacciones)	0 – 25	Leve
	26 – 50	Moderado
	51 – 75	Fuerte
Estrategias de Afrontamiento	0 – 28	Leve
	29 – 57	Moderado
	58 – 85	Fuerte

2. CAMPO DE VERIFICACIÓN

2.1. Ubicación Espacial

La investigación fue ejecutada en la I. E. Santa Rosa de Viterbo, situada en el distrito de Yanahuara, específicamente en la Calle Zamacola N°106. La institución educativa está dirigida por las Hermanas Franciscanas y se distingue por ser eminentemente femenina en cuanto a su población estudiantil, además de pertenecer al consorcio de Colegios Católicos del departamento de Arequipa.

2.2. Ubicación Temporal

Esta investigación fue circunstancial, ya que la recopilación de datos y la evolución del proceso de investigación se llevaron a cabo desde abril hasta noviembre del 2024.

2.3. Unidades de Estudio

2.3.1. Universo

Estuvo integrado por 113 estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo y fueron seleccionadas mediante la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión.

2.3.2. Criterios de Inclusión

- Estudiantes que deseen participar en el estudio, con el consentimiento previo y la autorización firmada de sus padres o tutores.
- Estudiantes que asistieron durante la ejecución del instrumento.
- Estudiantes matriculados en quinto grado de secundaria entre las secciones A, B y C.

2.3.3. Criterios de Exclusión

- Estudiantes que acepten participar en el estudio, pero cuyos padres o tutores no otorguen el consentimiento para su inclusión.
- Estudiantes que padezcan condiciones de salud que dificulten o impidan su participación.
- Estudiantes cuyos padres o tutores den su permiso para que participen en la investigación, aunque el estudiante decida no ser evaluado.

3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.1. Organización

- Se presentó el proyecto de investigación a la Facultad de Enfermería para su evaluación y aprobación del Jurado Dictaminador asignado por el Decanato.
- Se obtuvo la aprobación del Comité de Ética
- Se solicitó a la Decana de la Facultad de Enfermería la carta de presentación para el desarrollo del proyecto.
- Se coordinó con la Dirección de la I.E. Santa Rosa de Viterbo para la realización de la investigación.

- Se solicitó la asignación de la Asesora a la Decana de la Facultad de Enfermería para continuar con el desarrollo del estudio.
- Se identificó la población en estudio: 113 estudiantes
- Se evaluó la muestra y firma del consentimiento y asentimiento informado.
- Se ejecutaron los instrumentos.
- Se organizaron los datos y el análisis estadístico.
- Se presentaron los resultados.
- Se elaboró el informe final.

3.2. Recursos

a. Humanos

- La investigadora

b. Materiales

- Papel bond
- Lapiceros
- Engrapadora

c. Servicios

- Movilidad
- Típeo o impresión
- Internet

3.3. Manejo de Resultados

- Se utilizó el software SPSS versión 25 para organizar, procesar y presentar los datos en tablas y gráficos, facilitando su interpretación.
- Se aplicaron estadísticas descriptivas (frecuencias y porcentajes) para caracterizar las variables y detectar patrones relevantes en los datos.
- Para evaluar la relación entre el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico, se empleó el coeficiente de Spearman, una técnica no paramétrica adecuada para variables ordinales, que permitió determinar la intensidad y dirección de la relación tras verificar la normalidad de los datos.



CAPÍTULO III

RESULTADOS

TABLA 1
DISTRIBUCIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA SEGÚN EDAD Y SECCIÓN

Características Sociodemográficas	N°	%
Edad		
15 a 16 años	28	24,8
16 a 17 años	85	75,2
Sección		
A	38	33,6
B	37	32,7
C	38	33,6

Según los resultados, el 75,2% de las estudiantes, es decir, más de las tres cuartas partes, se encuentran entre los 16 y 17 años, esto indica que la mayoría de las estudiantes están en una etapa crucial de su vida, en la que deben tomar decisiones importantes sobre su futuro profesional; por otro lado, el 24,8% de las estudiantes, aproximadamente una cuarta parte, tiene entre 15 y 16 años, lo que también las coloca en una etapa de transición con retos propios.

En cuanto a las secciones, se observa que la distribución de las estudiantes es bastante equilibrada y que todas han colaborado con la investigación: la sección A representa el 33,6% de las participantes, la sección B el 32,7%, y la sección C el 33,6%.

GRÁFICO 1
DISTRIBUCIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA POR EDAD

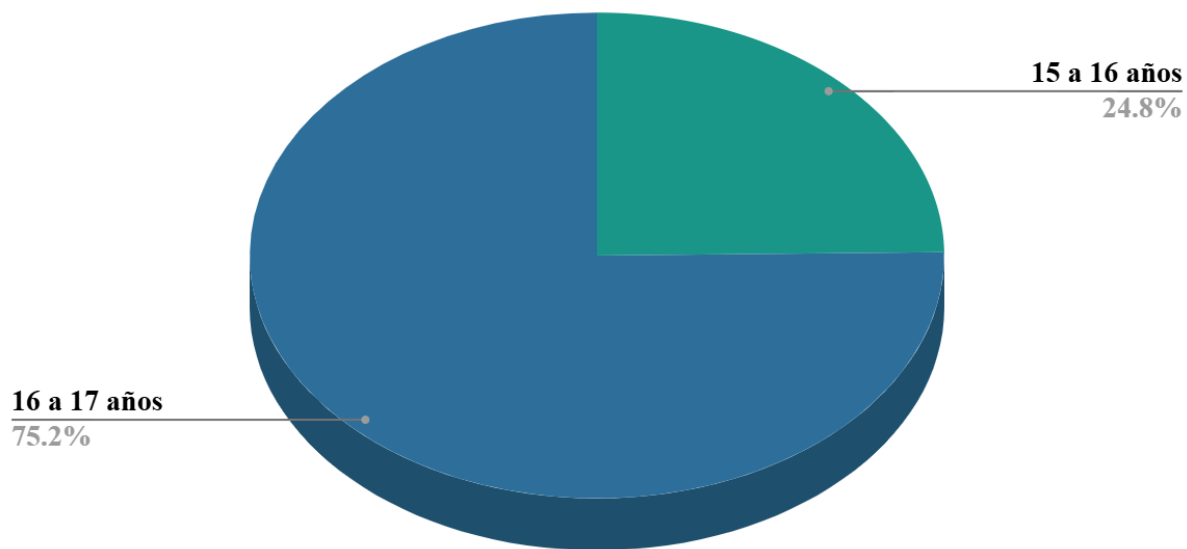


GRÁFICO 2
DISTRIBUCIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE
SECUNDARIA POR SECCIÓN

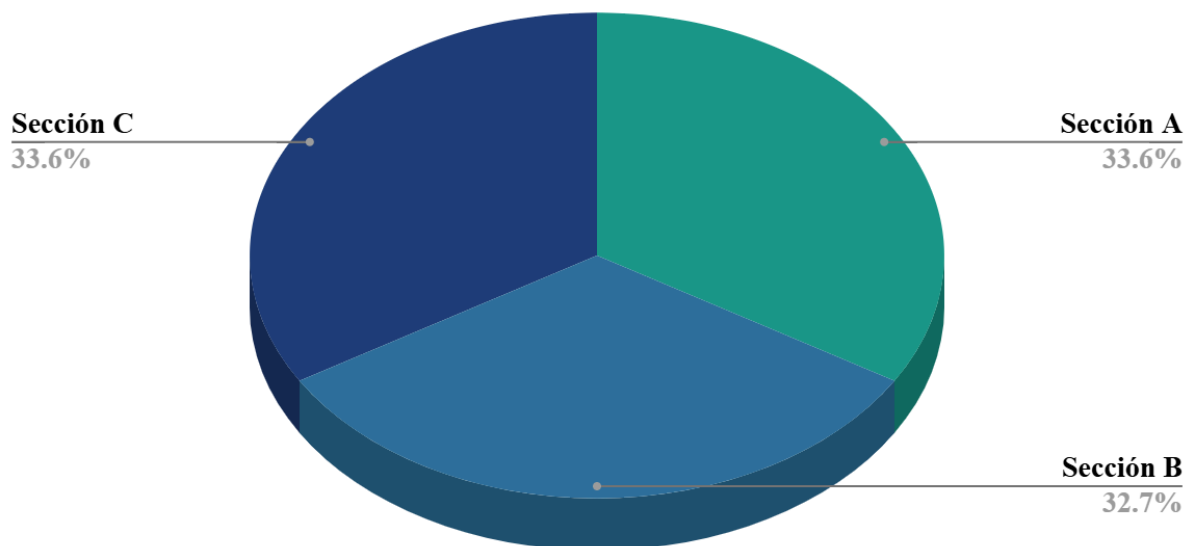


TABLA 2
PREVALENCIA DE RIESGO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA
EN LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA

Factor Evaluado	N°	%
Sin riesgo	53	46,9
Con riesgo	60	53,1
Total	113	100

De las estudiantes evaluadas, el 53,1%, es decir, más de la mitad, se encuentran en riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, lo que es una señal preocupante, este grupo de 60 estudiantes presenta comportamientos o actitudes que podrían estar vinculados con trastornos de la conducta alimentaria; por otro lado, el 46,9%, lo que representa casi la mitad, no muestra signos de riesgo, lo que indica que estas estudiantes no exhiben conductas que sugieren la presencia de trastornos alimentarios.

GRÁFICO 3
PREVALENCIA DE RIESGO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA
EN LAS ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA

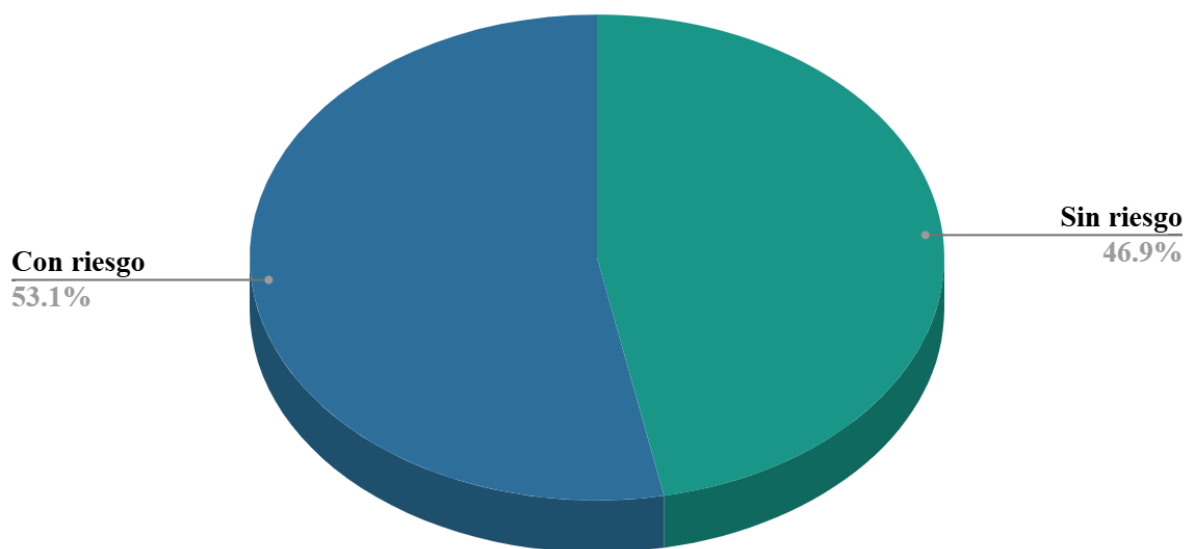


TABLA 3
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA
DIMENSIÓN DE DIETA RELACIONADA CON TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA

Factor Evaluado	N°	%
Sin riesgo	77	68,1
Con riesgo	36	31,9
Total	113	100

Los resultados muestran que más de la mitad de las estudiantes (68,1%) tienen una dieta sin riesgo, lo que indica que la mayoría mantiene hábitos alimenticios adecuados o no presenta señales de conductas que podrían derivar en trastornos de la conducta alimentaria; sin embargo, alrededor de una tercera parte (31,9%) de las estudiantes se encuentra en la categoría de riesgo, lo que refleja una situación preocupante, ya que un porcentaje considerable podría estar expuesto.

GRÁFICO 4
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA
DIMENSIÓN DE DIETA RELACIONADA CON TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA

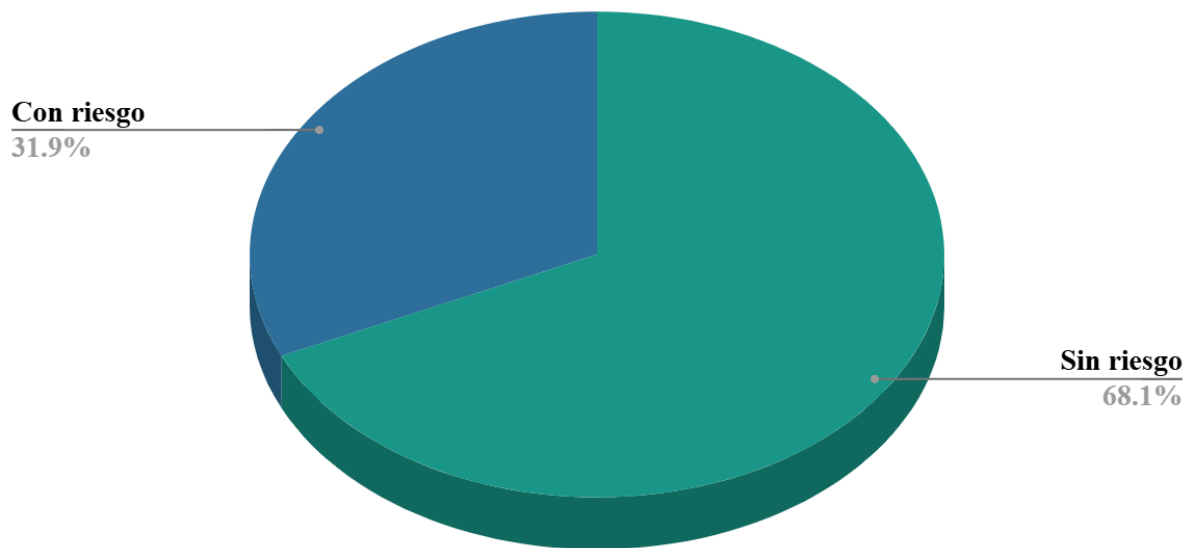


TABLA 4
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA
DIMENSIÓN DE BULIMIA Y PREOCUPACIÓN POR LA COMIDA

Factor Evaluado	Nº	%
Sin riesgo	63	55,8
Con riesgo	50	44,2
TOTAL	113	100

Según los resultados, más de la mitad de las estudiantes (55,8%) no muestran riesgo relacionado con la bulimia ni preocupación excesiva por la comida, lo que indica que la mayoría mantiene un vínculo positivo y equilibrado con la comida; sin embargo, un porcentaje considerable, el 44,2%, se encuentra en riesgo, lo que refleja una tendencia alarmante.

GRÁFICO 5
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE RIESGO EN LA
DIMENSIÓN DE BULIMIA Y PREOCUPACIÓN POR LA COMIDA

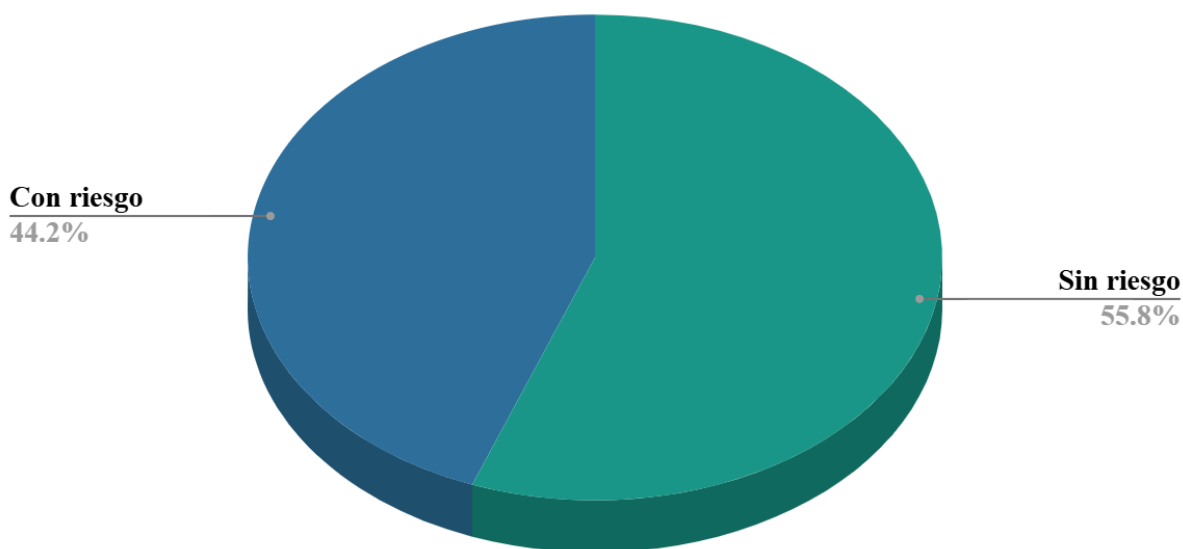


TABLA 5
EVALUACIÓN DEL RIESGO POR TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA EN FUNCIÓN DEL CONTROL ORAL EN LAS ESTUDIANTES

Factor Evaluado	N°	%
Sin riesgo	28	24,8
Con riesgo	85	75,2
Total	113	100

De acuerdo con los datos obtenidos, casi tres cuartas partes de las estudiantes (75,2%) muestran comportamientos relacionados con el control oral, como restringir excesivamente los alimentos, temor a ganar peso o recurrir a conductas de purga; estos comportamientos podrían estar asociados con riesgos para su salud, ya que reflejan inquietud desmedida por su apariencia física y una forma de manejar la alimentación que puede no ser la más adecuada; por otro lado, el 24,8% de las estudiantes no presenta indicios de riesgo, lo cual es positivo. En consecuencia, la mayoría de las estudiantes enfrenta dificultades significativas en su capacidad para controlar los impulsos relacionados con la alimentación.

GRÁFICO 6
EVALUACIÓN DEL RIESGO POR TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA EN FUNCIÓN DEL CONTROL ORAL EN LAS ESTUDIANTES

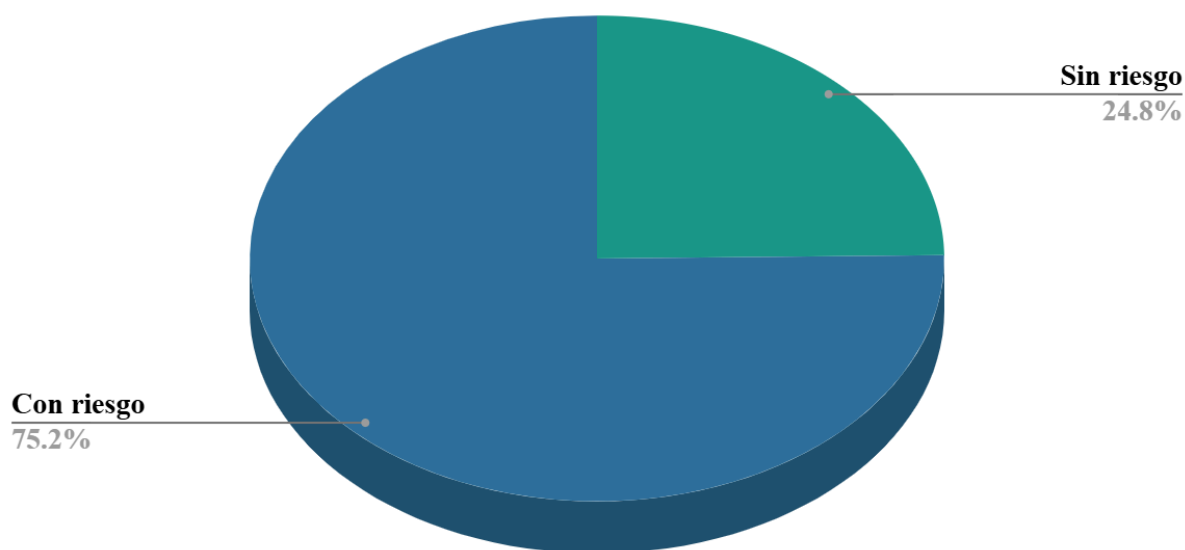


TABLA 6
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DEL
ESTRÉS ACADÉMICO

Grado de Intensidad Evaluado	Nº	%
Leve	25	22,1
Moderado	45	39,8
Fuerte	43	38,1
Total	113	100

Según lo analizado, más de la mitad de las estudiantes (77,9%) experimentan niveles de estrés académico moderado o fuerte, lo que representa una preocupación significativa y, el 22,1% restante presenta un nivel leve de estrés, pero sigue estando expuesto a las presiones académicas. En consecuencia, podemos afirmar que un gran porcentaje de las estudiantes enfrenta estrés académico fuerte o moderado.

GRÁFICO 7
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DEL
ESTRÉS ACADÉMICO

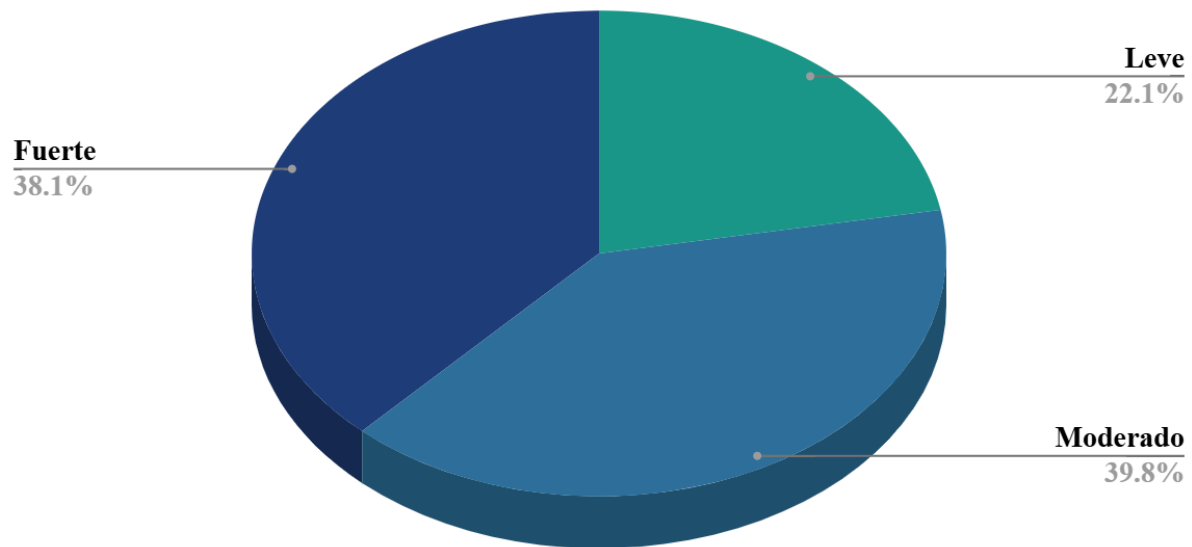


TABLA 7
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE ESTRESORES
ACADÉMICOS IDENTIFICADOS

Grado de Intensidad Evaluado	Nº	%
Leve	41	36,3
Moderado	63	55,8
Fuerte	9	8,0
Total	113	100

Según los datos obtenidos, más de la mitad de la población (55,8%) presenta un nivel moderado, lo que indica que esta es la categoría más predominante, cerca de una cuarta parte (36,3%) experimentó niveles leves, mientras que menos de la décima parte (8,0%) reporta niveles fuertes. En general, los resultados muestran que más de la mitad de las estudiantes enfrentan niveles moderados de estresores.

GRÁFICO 8
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL NIVEL DE ESTRESORES
ACADÉMICOS IDENTIFICADOS

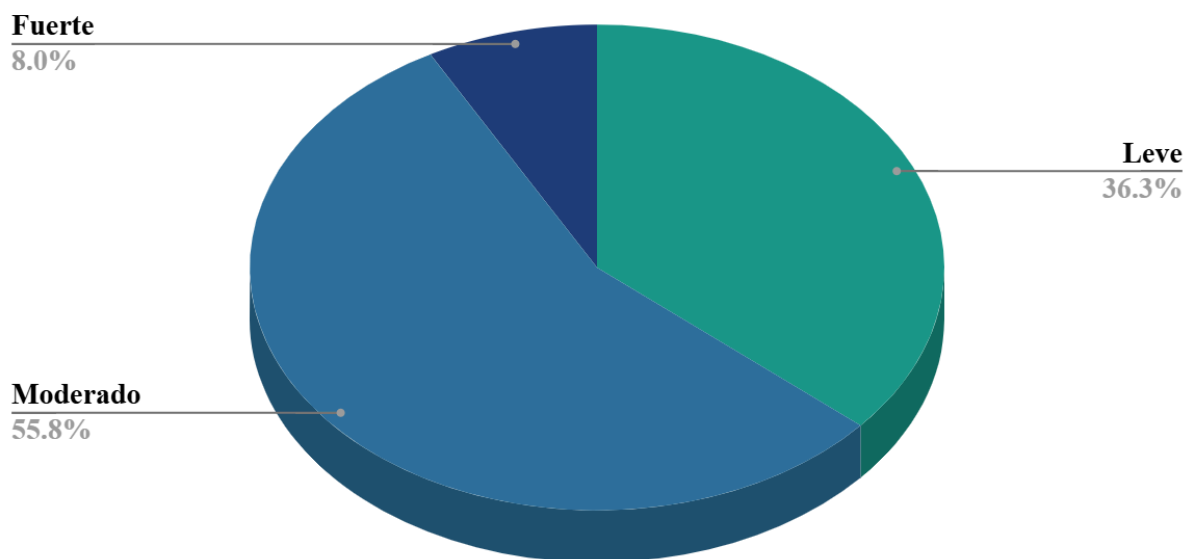


TABLA 8
DISTRIBUCIÓN DE ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DE LOS
SÍNTOMAS ASOCIADOS AL ESTRÉS ACADÉMICO

Grado de Intensidad Evaluado	N°	%
Leve	8	7,1
Moderado	14	12,4
Fuerte	91	80,5
Total	113	100

Con respecto a los resultados, el 7,1% de las estudiantes experimentan síntomas leves, lo que representa aproximadamente una décima parte de la totalidad de la muestra, un 12,4% presenta síntomas moderados, lo que equivale a una octava parte de las estudiantes; sin embargo, la mayor parte de la muestra, un 80,5%, reporta síntomas fuertes, lo que representa cuatro quintas partes de las estudiantes. En conclusión, la gran mayoría de las estudiantes enfrenta síntomas fuertes relacionados con el estrés académico, lo que evidencia una alta afectación en esta dimensión.

GRÁFICO 9
DISTRIBUCIÓN DE LAS ESTUDIANTES SEGÚN EL GRADO DE INTENSIDAD DE
LOS SÍNTOMAS ASOCIADOS AL ESTRÉS ACADÉMICO

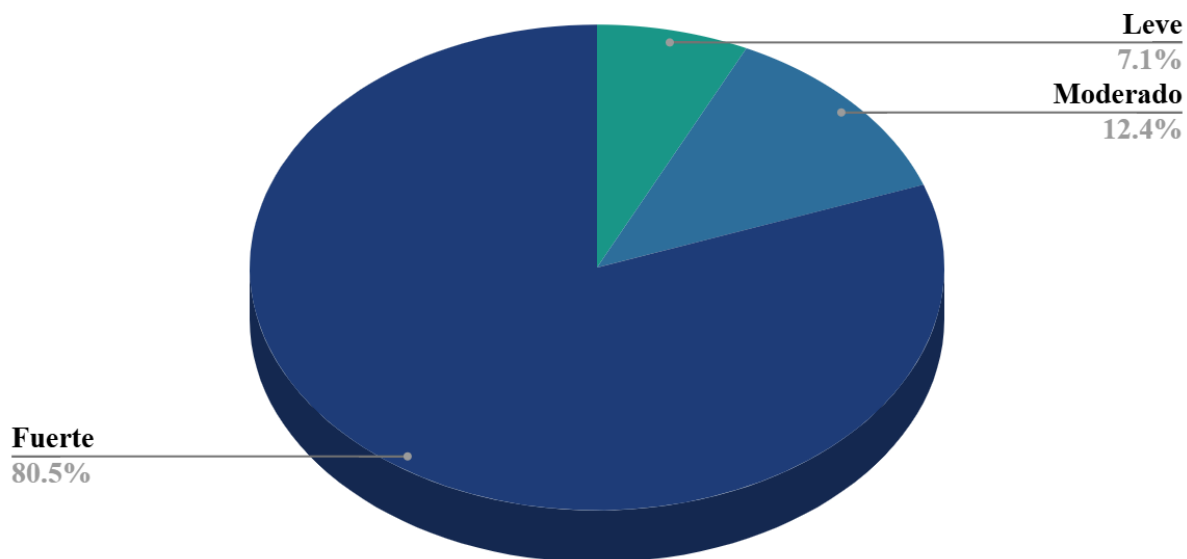


TABLA 9

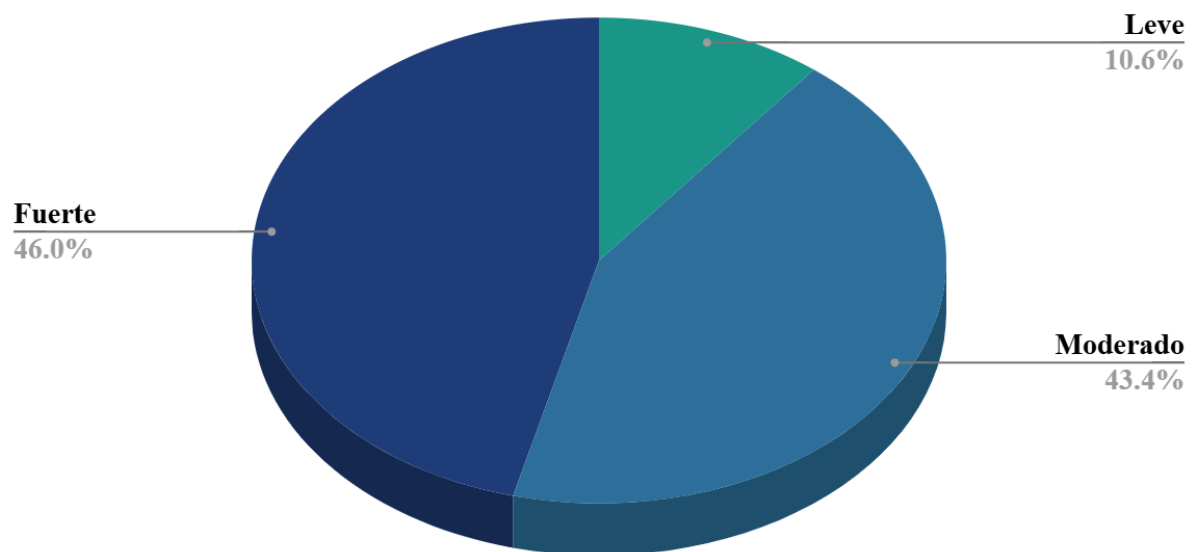
**EVALUACIÓN DEL GRADO DE INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN
LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR LAS ESTUDIANTES**

Grado de Intensidad Evaluado	N°	%
Leve	12	10,6
Moderado	49	43,4
Fuerte	52	46,0
Total	113	100

Según las estrategias de afrontamiento utilizadas por las estudiantes, se observa que el 10,6% se encuentra en la categoría de "leve", representando una décima parte de la muestra, un 43,4% se encuentra en el nivel "moderado" que corresponde aproximadamente a la mitad de la muestra, mientras que el 46,0% restante muestra un nivel "fuerte" en sus habilidades de afrontamiento, lo que constituye más de la mitad de las estudiantes. En consecuencia, la totalidad de las estudiantes aplica estrategias de afrontamiento, aunque con distintos niveles de habilidad.

GRÁFICO 10

EVALUACIÓN DEL GRADO DE INTENSIDAD DEL ESTRÉS ACADÉMICO SEGÚN LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR LAS ESTUDIANTES



ANÁLISIS DE LA CORRELACIÓN ENTRE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA Y EL ESTRÉS ACADÉMICO

Según los resultados de la correlación de Spearman, se obtuvo un coeficiente de 0,135, lo que indica una relación débil entre los trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico; pese a que existe una ligera tendencia a que el aumento del estrés académico se asocie con un mayor riesgo de trastornos de la conducta alimentaria, esta relación es tan débil que no permite hacer conclusiones definitivas sobre su influencia mutua.

Antes de realizar este análisis, se llevaron a cabo pruebas de normalidad para corroborar que los datos siguen una distribución simétrica, requisito necesario para aplicar la prueba de Pearson, los resultados mostraron que los datos no cumplieron con esta condición, ya que la prueba de Pearson requiere una distribución normal; por lo tanto, se optó por la prueba de Spearman, que es adecuada para datos no paramétricos y permite analizar relaciones entre variables sin necesidad de que los datos sigan una distribución específica.

La significancia bilateral es 0.010, lo que indica que, aunque la correlación es débil, es estadísticamente significativa al nivel de 0.01 (1%), esto indica que es poco probable que el resultado haya ocurrido por azar y podría reflejar una relación real entre el estrés académico y los trastornos de la conducta alimentaria, aunque se necesita más investigación para entender mejor este vínculo.

El valor $N = 113$ indica que se basó en una muestra de 113 estudiantes para calcular la correlación, lo que proporciona un tamaño de muestra adecuado para obtener resultados fiables.

DISCUSIÓN

La investigación titulada "Trastornos de la conducta alimentaria y estrés académico en estudiantes de quinto de secundaria, I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024" tiene como población a estudiantes del sexo femenino de 15 a 17 años. El 75,2% de la población tenía entre 16 y 17 años, y el 24,8% se encontraba entre los 15 y 16 años. En cuanto a la distribución por secciones, el 33,6% pertenecía a la sección A, el 32,7% a la sección B y el 33,6% restante a la sección C; por otro lado, se identificó el riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en las estudiantes, así como el nivel de estrés académico que experimentan, hallando finalmente la relación entre ambas variables. En consecuencia, en este capítulo se profundiza y se argumenta sobre los resultados del estudio, contrastándolos con los encontrados por otros investigadores que han identificado problemas similares.

Respecto al primer objetivo, se identificó que más de la mitad de las estudiantes (53,1%) están en riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Estos resultados coinciden con estudios como el de González Castro M, Mendoza Martínez D, Barrio-Echavarría G, Rivas García F. (32) en México, donde el 38,5% de las mujeres modifican sus hábitos alimenticios en respuesta a sus emociones, y con Chávez Talavera (36) en Arequipa, quien reportó que el 84,9% expresó preocupación por mejorar su alimentación; es decir, los hallazgos no solo reflejan una alta prevalencia de riesgo, sino también un gran impacto de los factores sociales, emocionales y culturales que podrían estar influyendo en la percepción y los hábitos alimenticios de las estudiantes. La presión ejercida por los ideales de belleza, que en el contexto de Arequipa podría estar más acentuada por influencias de los medios y las culturas, fomenta la internalización de estándares poco realistas, además, este contexto parece exponer a los adolescentes a un gran desagrado que resalta la necesidad de cumplir con ciertas expectativas, lo que aumenta su temor por la alimentación y la imagen.

En cuanto al segundo objetivo, se precisó el nivel de estrés académico en las estudiantes, encontrando que el 77,9% experimentan niveles moderados o altos y el 22,1% restante presenta niveles leves, este dato es relevante, ya que refleja una alta prevalencia de estrés académico entre las estudiantes y pone de manifiesto una preocupación por su bienestar emocional y psicológico, el cual parece estar directamente vinculado a las exigencias y presiones propias del entorno

académico. Los resultados contrastan con el estudio de Fernández D, Barrios L, Viveros G, Espinola R, Gonzalez G, y Martínez G (31) en Paraguay, donde el 64,8% de la población femenina presentó un nivel alto de estrés, y el estudio de Tutaya L. y Fiana O. (34) en Lima, cuya población mostró que las mujeres presentan un nivel mayor de estrés (25,22%) en comparación con los hombres (23,33%) debido a las demandas académicas y su sintomatología psicológica; este contraste refuerza la idea de que, independientemente del contexto geográfico, los estudiantes enfrentan niveles de estrés considerablemente altos, lo que refleja una preocupación constante por su salud mental. Así, el estrés académico no es un fenómeno aislado, sino una problemática generalizada que afecta a los jóvenes en diferentes contextos culturales y sociales.

En el caso específico de las estudiantes de la I.E. Santa Rosa de Viterbo, una posible explicación podría estar relacionada con el sistema educativo local, que podría priorizar el rendimiento académico sobre el bienestar emocional, esto, sumado a expectativas familiares de éxito, podría generar una percepción constante de insuficiencia o miedo al fracaso, además, es relevante considerar cómo las estrategias de enseñanza y evaluación podrían influir en estos resultados. El uso de métodos tradicionales, como la memorización o exámenes acumulativos, tiende a generar mayores niveles de estrés en comparación con enfoques que promueven el aprendizaje significativo y el trabajo colaborativo.

Con relación al tercer objetivo, se identificó la relación entre el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y el nivel de estrés académico, más de la mitad de las estudiantes (53,1%) están en riesgo de desarrollar TCA, un porcentaje considerablemente alto en comparación con estudios previos, como el de Chávez Talavera (36), que también revela altos riesgos alimentarios en adolescentes, una posible explicación es que las presiones sociales y familiares, como las expectativas sobre la apariencia física o el desempeño académico, podrían actuar como mediadores entre ambas variables, además, el desarrollo de TCA podría estar más relacionado con la forma en que los estudiantes manejan las emociones asociadas al estrés que con el estrés en sí mismo, aquellos con habilidades emocionales limitadas, como la incapacidad para expresar o regular emociones, podrían recurrir a la comida como un mecanismo de afrontamiento, lo que incrementa el riesgo de desarrollar TCA.

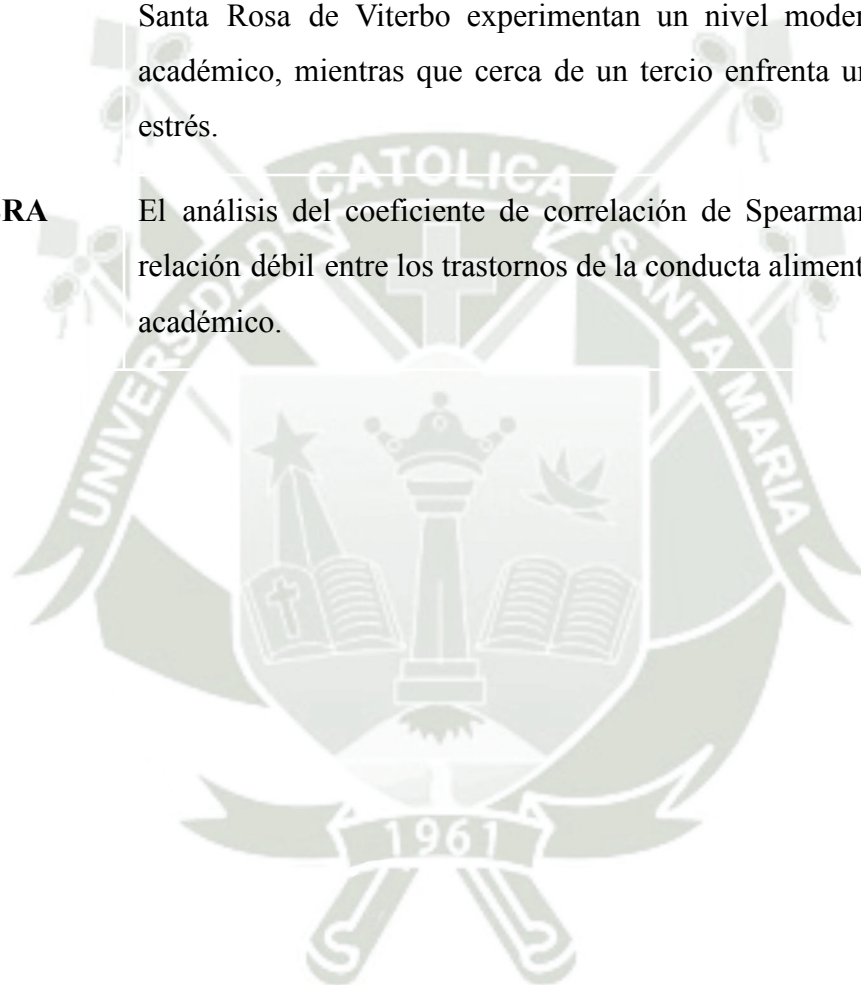
Por otro lado, las redes sociales, como una influencia moderna, podrían estar exacerbando estas problemáticas al promover estándares de belleza poco realistas y comparar constantemente los logros académicos, esto podría generar una percepción de insuficiencia entre los estudiantes, aumentando tanto su estrés como el riesgo de desarrollar TCA. Investigaciones como la de Tutaya L. y Fiana O. (34) respaldan esta perspectiva, enfatizando que tanto los factores académicos como las influencias de las redes sociales impactan en la incidencia de estos trastornos.

Finalmente, es importante tener en cuenta que, aunque la relación entre las variables es débil, esto no resta importancia a la influencia de ambos fenómenos en el bienestar de los adolescentes. Este hallazgo indica que otros factores, como la carencia de habilidades emocionales, el aislamiento social y las presiones familiares, podrían desempeñar un papel relevante en el desarrollo de los TCA, esto coincide con los hallazgos de Chuquimia P, Malena S. (35), quienes hacen hincapié en cómo la presión social y familiar afecta la manera en que los jóvenes manejan el estrés y sus hábitos alimenticios. Así, es fundamental que el personal educativo, en coordinación con el personal de enfermería, implemente estrategias que promuevan el bienestar emocional y físico de las estudiantes, previniendo tanto los trastornos de la conducta alimentaria como los efectos negativos del estrés académico; asimismo, la implementación de programas que también consideren los aspectos familiares y sociales.

Al realizar el análisis inferencial con la prueba de correlación de Spearman, se encontró una relación débil entre el riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria y el nivel de estrés académico, este hallazgo nos invita a reflexionar sobre cómo otros factores, como las presiones sociales y familiares, podrían tener un impacto más profundo en el bienestar emocional y alimentario de los estudiantes, destacando la complejidad de las experiencias que enfrentan en su entorno cotidiano.

CONCLUSIONES

- PRIMERA** Más de la mitad de las estudiantes de quinto de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo presentan signos de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria.
- SEGUNDA** Más de un tercio de las estudiantes de quinto de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo experimentan un nivel moderado de estrés académico, mientras que cerca de un tercio enfrenta un nivel alto de estrés.
- TERCERA** El análisis del coeficiente de correlación de Spearman muestra una relación débil entre los trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico.



RECOMENDACIONES

PRIMERA

Se recomienda a la Directora de la I.E. Santa Rosa de Viterbo coordinar con el personal de enfermería la planificación e implementación de un programa integral de bienestar estudiantil como el programa “Bienestar en la Comunidad Educativa”, que aborde tanto los trastornos de la conducta alimentaria como la salud mental de las estudiantes. Este programa podría incluir talleres prácticos e interactivos sobre hábitos de alimentación saludable, manejo del estrés y desarrollo de habilidades socioemocionales, con el fin de mejorar el bienestar general de las estudiantes.

SEGUNDA

Se recomienda a la Directora de la I.E. Santa Rosa de Viterbo organizar sesiones de orientación dirigidas a los padres y tutores para tratar temas relacionados con los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y el estrés académico. Estas sesiones podrían incluir charlas informativas sobre la identificación y prevención de los TCA, así como talleres prácticos sobre cómo manejar el estrés académico dentro del hogar. Además, se podrían ofrecer programas psicoeducativos como el programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, para fortalecer la comunicación entre padres e hijas y, a su vez, proporcionar herramientas para fomentar hábitos saludables en el hogar.

TERCERA

A los futuros investigadores se les sugiere desarrollar estudios centrados en los trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico en la I.E. Santa Rosa de Viterbo. Estos estudios podrían contribuir a mejorar las intervenciones existentes y proporcionar información relevante para elaborar nuevas estrategias y programas educativos que respondan mejor a las necesidades de las estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Salud mental del adolescente [Internet]. 2021 [citado el 4 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
2. Ministerio de Salud. Orientaciones técnicas para el cuidado integral de la población de salud mental del adolescente. 1ª ed. ilustrada. Lima: Ministerio de Salud; 2021 [citado el 4 de mayo de 2024]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5472.pdf>
3. Benítez Florido A. Abordaje enfermero en los trastornos de la conducta alimentaria. Nurs Approaches Eat Disord. 2023;6(59):68-94. [citado 2024 Sep 05] Disponible en: <https://www.npunto.es/content/src/pdf-articulo/63fda95c87923art3.pdf>
4. Valadés B. Consejos para manejar el estrés académico [Internet]. Universidad del Norte; 2024 [citado el 4 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.un.edu.mx/consejos-para-manejar-estres-academico/>
5. Trastorno de la conducta alimentaria y estrés [Internet]. Clínica Las Condes; 2021 [citado el 4 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.clinicalascondes.cl/CENTROS-Y-ESPECIALIDADES/Centros/Centro-de-Nutricion/Noticias/Te-puede-interesar/Trastorno-de-la-conducta-alimentaria-y-estres>
6. Barba Cabañas F-S. Importancia del papel del enfermero en la salud escolar. Punto. 2020; 3(26):1-8. [citado 2024 Sep 05] Disponible en: <https://www.npunto.es/revista/26/importancia-del-papel-del-enfermero-en-la-salud-escolar>
7. Zila-Velasque JP, Grados-Espinoza P, Regalado-Rodríguez KM, Luna-Córdova CJ, Sierra Calderón GS, Díaz-Vargas M, Sifuentes-Rosales J, Díaz-Vélez C. Prevalencia y factores del trastorno de conducta alimentaria en estudiantes de medicina humana del Perú en el contexto de la pandemia de COVID-19: estudio multicéntrico [Internet]. Rev Colomb Psiquiatr. 2022 [citado el 5 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9359929/>
8. Trastornos Alimentarios en Adolescentes Perú [Internet]. Cognitiva Psicología Integral; 2024 [citado el 5 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.cognittiva.com/trastornos-alimentarios-en-adolescentes-peru/>

9. Los trastornos de la alimentación: un problema que va más allá de la comida [Internet]. Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Institutos Nacionales de la Salud; Publicación de NIH Núm. 21-MH-4901S. 2021 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.nlm.nih.gov/sites/default/files/health/publications/espanol/los-trastornos-de-la-alimentacion/los-trastornos-de-la-alimentacion-un-problema-que-va-mas-alla-de-la-comida.pdf>
10. Por qué se desencadena un TCA y cuáles son los trastornos más comunes [Internet]. Lopez Ibor. 2021 [citado el 13 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.lopezibor.com/por-que-se-desencadena-un-tca-y-cuales-son-los-trastornos-mas-comunes/>
11. Hilker Salinas I, Flamarique Valencia I, Caballero M. Trastornos de la Conducta Alimentaria. Factores de riesgo para desarrollar un TCA [Internet]. Clínica Barcelona; 2019. [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/trastornos-de-la-conducta-alimentaria/factores-de-riesgo>
12. Síntomas y tratamiento de la anorexia [Internet]. Top Doctors. 2023 [citado el 13 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/anorexia>
13. Bulimia nerviosa [Internet]. Mayo Clinic; 2024 [citado el 09 de septiembre de 2024]; Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/bulimia/symptoms-causes/syc-20353615#:~:text=La%20bulimia%20nerviosa%2C%20com%3BANmente%20denominada,de%20comida%20a%20la%20vez.>
14. Trastorno por atracón [Internet]. Mayo Clinic; 2024 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/binge-eating-disorder/symptoms-causes/syc-20353627>
15. Ruano Bodemer B. ¿Qué es la vigorexia? 7 síntomas que te ayudarán a reconocerla [Internet]. Avance Psicólogos; 2022 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.avancepsicologos.com/vigorexia/>

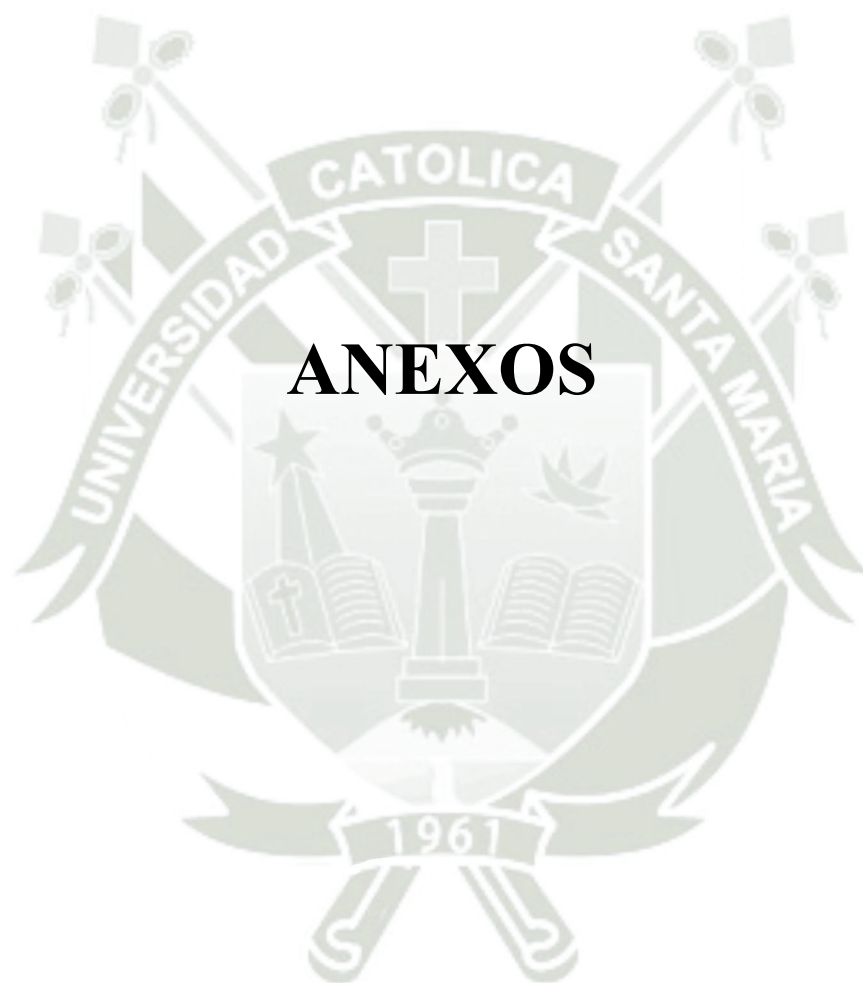
16. ¿Qué es la potomanía? Causas de la adicción al agua [Internet]. Fundación Aquae; 2021 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.fundacionaquae.org/wiki/potomania/>
17. Qué es la potomanía [Internet]. Canal Salud IMQ; 2021 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://canalsalud.imq.es/blog/que-es-potomania>
18. Claro N. ¿Qué son las dietas según la OMS?; conoce más sobre su enfoque saludable [Internet]. Noticias Claro. 2023 [citado el 22 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://noticiasclaro.com/que-son-las-dietas-segun-la-oms-conoce-mas-sobre-su-enfoque-saludable/>
19. Attia E, Walsh B. Bulimia nerviosa [Internet]. Manual MSD versión para público general. 2022 [citado el 22 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.msmanuals.com/es-pe/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/trastornos-de-la-conducta-alimentaria/bulimia-nerviosa>
20. Instituto de Salud Pública. Documentos Técnicos de Salud Pública. Trastornos del comportamiento alimentario. [Internet]. Comunidad.madrid. [citado el 22 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/sanidad/epid/prevalencia_tca_en_mujeres_adolescentes.pdf
21. Trastornos de la alimentación [Internet]. Mayo Clinic; 2023 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/eating-disorders/symptoms-causes/syc-20353603>
22. Osa MJC. EL ESTRÉS ACADÉMICO: QUÉ ES [Internet]. Maria Jesús Campos. 2021 [citado el 13 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/>
23. El estrés y su salud [Internet]. MedlinePlus; Última revisión 2022 [citado 2024 Sep 9]. Versión en inglés revisada por: Berger FK, Dugdale DC, Conaway B, A.D.A.M. Editorial team. Traducción y localización realizada por: DrTango, Inc. [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm>
24. Zea y. RM. Estrés Académico 1 [Internet]. Unirioja.es. [citado el 22 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4865240.pdf>

25. Robinson L, Melinda Smith MA, Segal J, Segal J, Melinda Smith MA, Robinson L. Síntomas, signos y causas del estrés [Internet]. Helpguide.org. Lawrence Robinson; 2024 [citado el 13 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.helpguide.org/es/estres/sintomas-signos-y-causas-del-estres>
26. Estrés Académico [Internet]. Universidad Nacional de Córdoba. 2022 [citado el 7 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.unc.edu.ar/vida-estudiantil/estr%C3%A9s-acad%C3%A9mico>
27. UNICEF. ¿Qué es la adolescencia? [Internet]. UNICEF Uruguay; 2020 [citado el 29 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>
28. Alligood MR, Tomey AM. Modelos y teorías en enfermería. 7ª ed. Madrid: Elsevier; 2011. p. 306.
29. Lara García A. Rol de Enfermería en los trastornos de la conducta alimentaria. *Ocronos*. 2021;4(5):159. [citado el 28 de junio de 2024]. Disponible en: <https://revistamedica.com/enfermeria-trastornos-conducta-alimentaria/>
30. Moreno Román A. Atención de la enfermera escolar al alumnado con problemas de salud mental y de conducta. *Npunto* [Internet]. 2022 [citado el 13 de diciembre de 2024]; V(46). Disponible en: <https://www.npunto.es/revista/46/atencion-de-la-enfermera-escolar-al-alumnado-con-problemas-de-salud-mental-y-de-conducta>
31. Fernandez Daisy, Barrios Lisandro, Viveros Guiomar, Espinola Rosa, Gonzalez Gloria, Martínez Giselle et al. Hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia del COVID-19, Paraguay 2021. *Rev. chil. nutr.* [Internet]. 2022 Oct [citado 10 de septiembre de 2024] ; 49(5) : 616-624. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182022000600616&lng=es.
32. González Castro M, Mendoza Martínez D, Barrio-Echavarría G, Rivas García F. Relación entre ingesta alimenticia y estrés académico, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales en estudiantes de la Universidad Autónoma de Chihuahua, México. *Rev Sanid Aliment* [Internet]. 2024 [citado 3 de febrero de 2025]; 25(2): 89. Disponible en: <https://doi.org/10.48061/SAN.2024.25.2.89>

33. Claudia Aguilar-Ydiáquez, Leily Campos-Flores, Jorge Huamán-Saavedra Juan. Índice de masa corporal en estudiantes de medicina: Relación con estrés, hábitos alimenticios y actividad física. *Rev. Fac. Med. Hum.* [Tesis]. 2022 [citado 2024 Sep. 09] ; 22(2): -366. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312022000200359&lng=es.
34. Tutaya Legua FO. Hábitos alimenticios y estrés académico en estudiantes universitarios de Lima [Tesis]. 2020 [citado 09 de septiembre de 2024]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12404/18600>
35. Chuquimia, M., Hábitos alimentarios, actividad física y nivel de estrés académico en situación de emergencia sanitaria de los estudiantes de la Escuela Profesional de Ciencias de la Nutrición de la Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa - 2020 [Tesis]. PE: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2020. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/11921>
36. Chavez Talavera CDC. Relación del estrés y calidad de la dieta con el cambio en la percepción de la imagen corporal durante la cuarentena por Covid-19 en Arequipa, 2020 [tesis]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2020 [citado 09 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/bitstreams/28523fcf-1d3b-4ff8-a2a9-74e04c3937e4/download>
37. Alania Contreras, R. D., Chanca Flores, A., Condori Apaza, M., Fabián Árias, E., Raffaele de la Cruz, M., Ortega Révolo, D. I. D., Roque Pucuhuayla, D.E., Villavicencio Condori, A. C. y Zorrilla Zárate, A. J. (2021). Baremación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de COVID-19 en una población universitaria peruana. *Socialium*, 5(1), 242-260. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.1.814>
38. Campos del Portillo R, Gómez Candela C, Calvo Bruzos SC. Tratamiento nutricional de los trastornos de la conducta alimentaria. UNED; 2024.
39. Martos Martínez Á, Molero Jurado MDM, Simón Márquez MDM. Perspectivas y análisis de la salud para la mejora del bienestar. España: Editorial Dykinson, S.L.; 2021.
40. Jacho V. Test de Actitudes Alimentarias EAT [Internet]. Universidad Central del Ecuador; 2021. [citado 16 de mayo de 2024]. Disponible en:

<https://www.studocu.com/ec/document/universidad-central-del-ecuador/psicologia/test-de-actitudes-alimentarias-eat/26205768>

41. Lugo-Salazar KJ, Pineda-García G. Propiedades psicométricas del Test de Actitudes Alimentarias (EAT- 26) en una muestra no clínica de adolescentes. Cuad Hispanoam Psicol [Internet]. 2020;19(2):1–16. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18270/chps..v19i2.3141>
42. R. J. De niños obesos a adultos enfermos. Claves para revertir una evidencia médica [Internet]. Ediciones EL PAÍS S.L. 2024 [citado el 26 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://elpais.com/salud-y-bienestar/el-medico-de-cerca/2024-12-23/de-ninos-obesos-a-a-dultos-enfermos-claves-para-revertir-una-evidencia-medica.html>
43. Belmonte-Cortés Susana, Díaz-Plaza Marta de Diego, Ruiz-Lázaro Pedro Manuel. Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria en centros de educación secundaria. Nutr. Hosp. [Internet]. 2022 [citado 2024 Dic 26] ; 39(spe2): 86-92. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112022000500013&lng=es. Epub 31-Oct-2022. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04183>.



ANEXOS

ANEXO 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,....., en calidad de tutor de la menor, estudiante del quinto grado de secundaria, sección, de la I.E. Santa Rosa de Viterbo, y habiendo recibido una explicación clara y comprensible de la señorita Nikhole Urday Rodríguez sobre el proyecto de tesis titulado **“Trastornos de la Conducta Alimentaria y Estrés Académico en Estudiantes de Quinto de Secundaria. I.E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024”**, mediante el presente documento doy mi consentimiento para que mi hija participe en las encuestas correspondientes, con la certeza de que se garantizará la total confidencialidad de los resultados.

Asimismo, reconozco que la información proporcionada será tratada con estricta confidencialidad y no será utilizada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi autorización.

Firma: _____

Arequipa, ____ **de** _____ **del 2024**

ANEXO 2

ASENTIMIENTO INFORMADO

Te invito a participar en mi investigación, que es fundamental para obtener mi título profesional. Actualmente, estoy llevando a cabo un estudio para evaluar **“TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA. I.E. SANTA ROSA DE VITERBO, AREQUIPA 2024”**, y para ello necesito tu colaboración. Este estudio está dirigido por la señorita Nikhole Patricia Urday Rodríguez, soy bachiller en Enfermería de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María.

Tu participación en el estudio implica completar los cuestionarios proporcionados de manera honesta y clara, así como proporcionar los datos necesarios. Es relevante que sepas que tu participación es completamente voluntaria. A pesar de que tus padres hayan dado su consentimiento, la decisión final recae en ti. Si en algún momento decides no continuar con el estudio o prefieres no responder a alguna pregunta específica, no habrá ningún inconveniente.

Toda la información y los datos que proporciones, junto con las mediciones realizadas, se utilizarán para analizar la relación entre los trastornos de la conducta alimentaria y el estrés académico de estudiantes de quinto de secundaria. Te garantizo que toda la información será tratada con estricta confidencialidad.

Marca con una (X) el recuadro que consideres:

- SI quiero participar
- NO quiero participar

En caso de que SI desees participar, escribe tu nombre completo.

Nombres y Apellidos: _____

Firma: _____

Fecha: Arequipa, _____ de _____ del 2024.

ANEXO 3

ESCALA EAT - 26 PARA EVALUAR EL RIESGO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

INSTRUCCIONES: Marca la respuesta que consideres correcta; NO hay respuestas correcta o incorrecta. Si en alguna pregunta no encuentras la respuesta que coincida con tu forma de pensar o de realizar, marca con una X la respuesta que más se aproxime.

En cada oración se proponen cinco alternativas de respuestas, debes elegir una, con la que mejor te identifiques. Las opciones de respuesta para cada afirmación son:

NUNCA 0

CASI NUNCA 0

A VECES 1

CASI SIEMPRE 2

SIEMPRE 3

Responde en cada oración y evita dejar en blanco las preguntas; recuerda que este cuestionario es anónimo:

Ítems	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1. Me aterra estar con sobrepeso					
2. Evito comer cuando tengo hambre					
3. Me encuentro preocupada por la comida					
4. Sigo abusando de la comida aun sabiendo que no puedo parar de comer					
5. Corto la comida en pedazos pequeños					
6. Soy consciente del volumen de calorías que ingiero					
7. Particularmente evitar comidas ricas en carbohidratos (ej. Pan, arroz, papa, etc.)					
8. Siento que los demás preferirían que comiera más					
9. Vómito después de haber comido					
10. Me siento muy culpable después de comer					
11. Estoy preocupada por el deseo de estar más delgada					

12. Mi objetivo es quemar calorías al hacer ejercicios					
13. Otras personas piensan que estoy demasiado delgada					
14. Estoy preocupada con el pensamiento de tener grasa en el cuerpo					
15. Tardó más tiempo que los otros comiendo					
16. Evito las comidas con azúcar					
17. Como comidas o productos dietéticos					
18. Siento que la comida controla mi vida					
19. Tengo autodominio al comer					
20. Siento que otros me presionan al comer					
21. Pienso mucho en la comida					
22. Me siento culpable después de comer dulces					
23. Me ajusto a comportamientos dietéticos					
24. Siento que mi estómago está vacío					
25. Tengo el impulso de vomitar después de las comidas					
26. Disfruto probando nuevas comidas ricas					

ANEXO 4

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV21

1. Durante el transcurso del semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa “NO”, el cuestionario se da por concluido.

En caso de seleccionar la alternativa “SI”, pasa a la pregunta número dos y continuar con el resto de preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) es mucho.

1	2	3	4	5

3. **Dimensión Estresores**

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde con un “X”, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa?

Tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresas?

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La competitividad con o entre mis compañeras de clases						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores(as) que me imparten clases						

4. La forma de evaluación de los profesores(as) de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores(as)						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores(as) (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en internet, etc.)						
7. Que me enseñen profesores(as) muy teóricos(as)						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.)						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores(as)						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación						
11. Exposición de un tema ante la clase						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores(as)						
13. Que mis profesores(as) están mal preparados(as) (contenido de la asignación de la asignatura y/o manejo de tecnología)						
14. Asistir o conectarse a clases aburridas o monótonas						
15. No entender los temas que se abordan en la clase						

4. Dimensión Síntomas (Reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados.

Responde señalando con una “X”, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

Reacciones	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla)						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)						
3. Dolores de cabeza o migrañas						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación						
10. Dificultades para concentrarse						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir discutir o pelear						
13. Aislamiento de los demás						
14. Desgano para realizar las labores académicas						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos						

5. Dimensión Estrategias de Afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés.

Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la misma escala de valores en el apartado anterior.

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión adecuadamente						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa)						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos						
8. Contar lo que me pasa a otros (verbalización de la situación que preocupa)						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné						
13. Hacer ejercicio físico						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						
16. Navegar en internet adecuadamente						
17. Jugar videojuegos con responsabilidad						

ANEXO 5

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS



Colegio "Santa Rosa de Viterbo"

INSTITUTO DE LAS FRANCISCANAS MISIONERAS DE MARIA

RM 1684 - 1938 RUC 20170517254

CONSTANCIA

LA HERMANA DIRECTORA DEL COLEGIO
"SANTA ROSA DE VITERBO" DE AREQUIPA

HACE CONSTAR:

Que la Srta. **Nikhole Patricia URDAY RODRIGUEZ**, egresada de la Escuela de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa, aplicó los instrumentos de estudio sobre el Proyecto de Tesis titulado: **"Trastornos de la Conducta Alimentaria y Estrés Académico"** a las estudiantes de Quinto de Secundaria.

Se expide la presente, a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Dada en Arequipa, a los 08 días del mes de noviembre del dos mil veinticuatro.



HRM. CARMEN FELICITA MELÉNDEZ LÓPEZ, F.M.
DIRECTORA

CM Inicial 1238609 CM Primaria 0307637 CM Secundaria 0310136

Av. Zambócola N° 106 Teléfono 250421 - Arequipa Plataforma https://www.noderbook.com/santa_rosa_viterbo - www.viterbinasfrem.edu.pe

ANEXO 6
DICTAMEN APROBATORIO DEL COMITÉ DE ÉTICA

COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



**DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION
UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA**

Arequipa, 1 de octubre de 2024

Investigadora **NIKHOLE PATRICIA URDAY RODRIGUEZ**

Presente. –

De mi especial consideración.

Me dirijo a usted para hacerles llegar el resultado de la evaluación de su proyecto de investigación y dictamen del Comité Institucional de Ética de Investigación.

TÍTULO: "TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE QUINTO DE SECUNDARIA. I.E. SANTA ROSA DE VITERBO, AREQUIPA 2024".

Investigadora: NIKHOLE PATRICIA URDAY RODRIGUEZ.

TIPO Y DISEÑO: De campo, correlacional simple.

OBJETIVO: La investigación tiene como objetivo: Identificar los trastornos de la conducta alimentaria en las estudiantes de quinto grado de secundaria de la I. E. Santa Rosa de Viterbo, Arequipa 2024.



PROCEDIMIENTOS: Encuesta

COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA

SUJETOS DE ESTUDIO:

Estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Rosa de Viterbo.

RIESGO DEL ESTUDIO:

Mínimo.

OBSERVACIONES, SUGERENCIAS:

Debe proteger confidencialidad de la data sensible.

DICTAMEN:

DICTAMEN FAVORABLE
224 - 2024



Agueda Muñoz Del Carpio Toia
Comité Institucional de Ética de la Investigación UCSM

Cualquier duda comunicarse a: comiteeticainvestigacionucsm@gmail.com