



(c) Brenda Paola González Posadas, 2019.

Conductas alimentarias de riesgo en la población estudiantil universitaria

Brenda Paola González Posadas², - Teresa de Jesús Rosas Sastre¹ - Yeny Paola Carmona Figueroa² - Eduardo Solís Castellanos^{2,3} - Antonia Barranca Enríquez³ - Carolina Palmeros Exsome²

RESUMEN: Las conductas alimentarias de riesgo (CAR) son conductas compensatorias inapropiadas, características de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA). A pesar de que los adolescentes son el grupo más vulnerable, en la etapa estudiantil universitaria las CAR son problemas de salud mental cada vez más frecuentes. El objetivo del estudio fue identificar la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en la población estudiantil universitaria de nuevo ingreso a la universidad. Se utilizó el Cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR), basado en los criterios para el diagnóstico de TCA del *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM IV). Las CAR presentaron una prevalencia de 3.7% en mujeres y 2.4% en hombres. Se propuso integrar el CBCAR al examen de salud integral a los estudiantes de nuevo ingreso de las diferentes regiones de la Universidad Veracruzana para detectar oportunamente las CAR en los estudiantes.

¹ Facultad de Nutrición, Región Veracruz. Universidad Veracruzana.

² Centro de Estudios y Servicios en Salud. Universidad Veracruzana.

Palabras clave: Conductas alimentarias de riesgo; trastornos de la conducta alimentaria; estudiantes universitarios; detección oportuna; Veracruz

ABSTRACT: Eating behavior (CAR) are inappropriate compensatory behaviors, characteristic of Eating Disorders. Although adolescence is the most vulnerable group, in the university student phase, the CAR are a mental health problem that is becoming more frequent. The objective of the study was to identify the prevalence of eating behavior in the university student population of first admission to the University. The "Short questionnaire on risky eating behaviors" (CBCAR) was used, based on the criteria for the diagnosis of eating disorders in the "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders" (DSM IV). The CARs had a prevalence of 3.7% in women and 2.4% in men. It was proposed to integrate the CBCAR to the comprehensive health exam for new students from the different regions of the Universidad Veracruzana, in order to detect CAR opportunely in the students.

Keywords: Eating behavior, eating disorders, university students, timely detection, Veracruz

Introducción

Las conductas alimentarias de riesgo (CAR) son conductas compensatorias inapropiadas, características de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) (Unikel, Nuño y Saucedo, 2010), los cuales se definen como alteraciones específicas y severas en el consumo de alimentos, con patrones distorsionados caracterizados por la ingesta excesiva o restrictiva de alimentos (Méndez, 2008). Diversos estudios muestran la presencia de las CAR en la población del país, principalmente en adolescentes y adultos jóvenes (Saucedo, et al., 2010; Noriega, et al., 2016). A pesar de que la adolescencia es el grupo más vulnerable, en la etapa estudiantil universitaria las CAR son un problema de salud mental cada vez más frecuente (Unikel, Díaz de León y Rivera, 2016). Por lo cual, los TCA son considerados un problema de salud pública a nivel internacional (Gayou, 2014). Asimismo, se considera que, debido a lo complejo del tratamiento de los TCA, la prevención a partir de la identificación de las CAR es el reto más importante (Noriega, et al., 2016).

Objetivo

Identificar la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en la población estudiantil universitaria de nuevo ingreso a la Universidad Veracruzana, región Veracruz.

Material y métodos

Se realizó un estudio descriptivo con un diseño transversal en 4446 estudiantes de nuevo ingreso a la universidad en los años 2015-2017, con un rango de edad de 18 a 50 años, que aceptaron participar de manera voluntaria. El instrumento utilizado fue el Cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR) elaborado con base en los criterios diagnósticos de los TCA del *Manual Diagnóstico y Estadístico de las Enfermedades Mentales* (DSM IV, por sus siglas en inglés). El cuestionario está validado y ha sido utilizado en estudios previos (Saucedo, et al., 2010; Noriega, et al., 2016), el cual se compone por 10 preguntas sobre la preocupación de engordar, la práctica de atracones con sensación de falta de control, conductas de tipo restrictivo (por ejemplo, dietas, ayunos, ejercicio o pastillas para bajar de peso) así como de tipo purgativo (por ejemplo, el uso de laxantes y diuréticos y el vómito autoinducido) en los 3 meses previos a la aplicación del instrumento. Cuenta con cuatro opciones de respuesta: 0= nunca o casi nunca, 1= algunas veces, 2= frecuentemente (dos veces en una semana) o 3= muy frecuentemente (más de dos veces en una semana), el cuestionario indica: a mayor puntuación mayor número de anomalías en la conducta alimentaria. Se identificaron tres categorías: 1) sin riesgo (0 a 6 puntos), 2) riesgo moderado (7 a 10 puntos) y 3) riesgo alto (<10 puntos). Un punto de cohorte mayor de 10 identifica personas en riesgo o posibles casos de TCA.

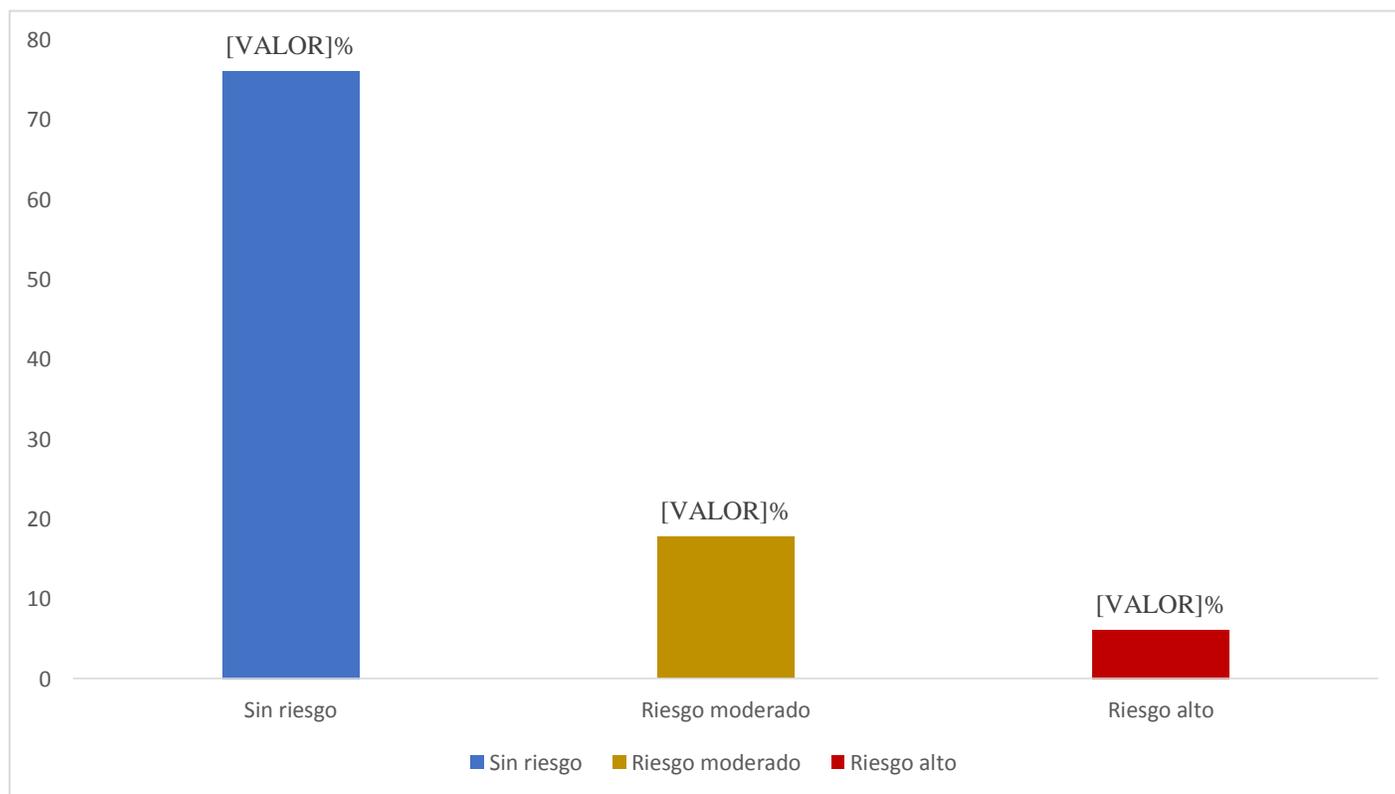
Se calcularon medidas de tendencia central y de dispersión, los resultados se presentan en tablas y figuras, los datos se analizaron mediante el software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) para Windows versión 21.0.

Resultados y Discusión

La muestra estuvo integrada por 4446 estudiantes de nuevo ingreso a la Universidad Veracruzana, de los cuales el 53.4% (n=2375) fueron mujeres y el 46.6% (n=2071) hombres. La edad media de la población fue de 19.1 ± 1.70 años. En la figura 1 se muestra la prevalencia de las CAR, se observó que el 76.1% no presentó riesgo, el 17.8% mostró riesgo moderado, mientras que el 6.1% presentó riesgo alto.

Al analizar la población por sexo se encontró una prevalencia de 3.7% en mujeres y de 2.4% en hombres (Figura 2). Al igual que en trabajos previos, (Saucedo, et al., 2010; Noriega, et al., 2016; Unikel et al., 2016), las CAR se presentaron principalmente en mujeres.

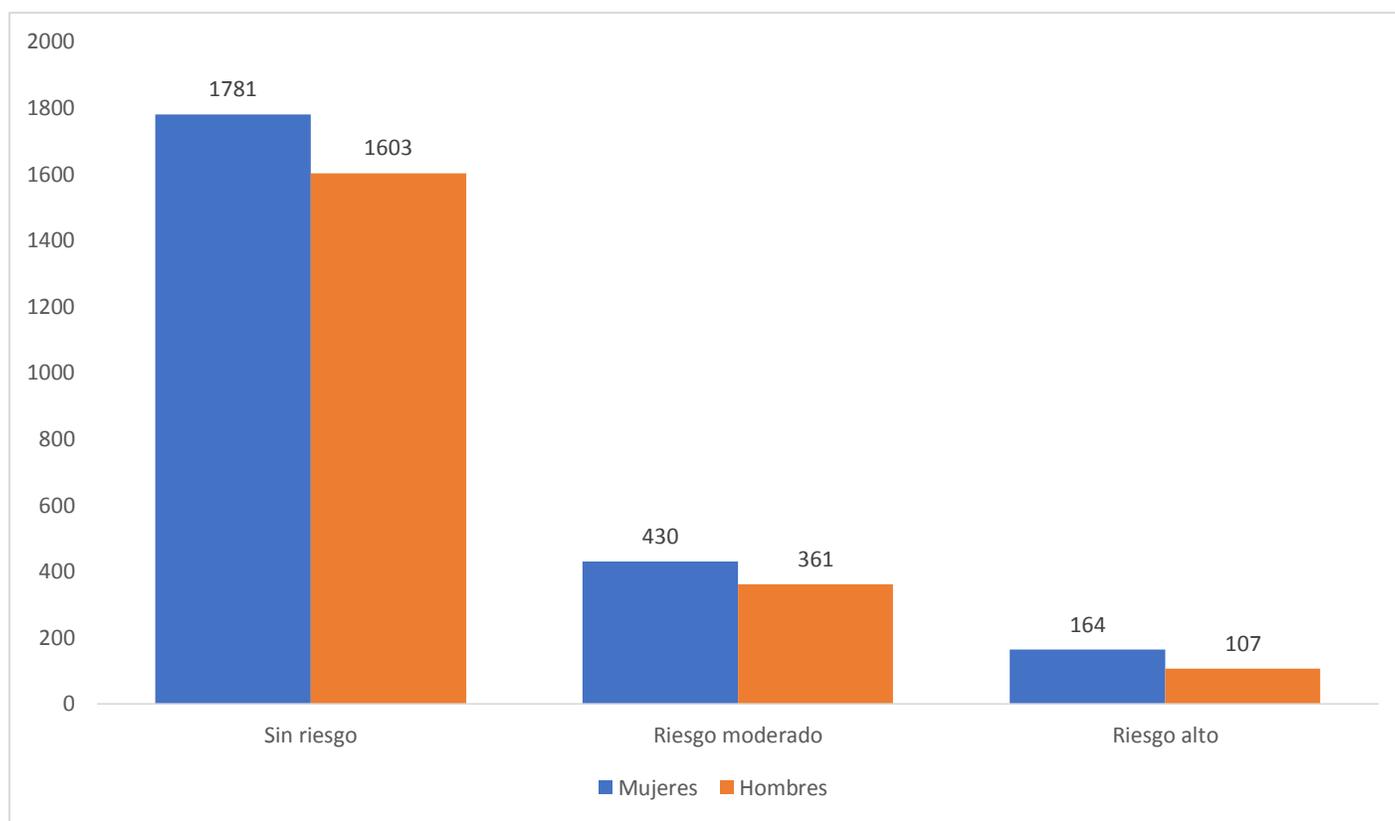
Figura 1. Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en la población estudiantil universitaria



Fuente: elaboración propia. Datos del Observatorio Universitario de Conductas Alimentarias de Riesgo. Universidad Veracruzana.

Los resultados del estudio se ubicaron por debajo de lo reportado anteriormente en estudiantes universitarios. En un estudio realizado en 845 estudiantes de licenciatura de la ciudad de Pachuca, Hidalgo, Saucedo y Unikel (2010) encontraron una prevalencia de CAR de 7.9% en mujeres y de 4.2% en hombres. De igual manera, Unikel et al. (2016), encontraron resultados similares en estudiantes universitarios de nuevo ingreso, reportando una prevalencia de 6.8% en mujeres y de 4.1% en hombres.

Figura 2. Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo por sexo.



Fuente: elaboración propia. Datos del Observatorio Universitario de Conductas Alimentarias de Riesgo. Universidad Veracruzana.

En cuanto al comportamiento de las CAR en los estudiantes universitarios se encontró en las mujeres que la preocupación por engordar (19%) es la conducta que presenta el porcentaje más importante. En cambio, en los hombres el ejercicio excesivo (13%) fue la conducta con mayor prevalencia. Asimismo, Unikel, Gómez y Bojórquez (2008), encontraron en estudiantes de licenciatura que la conducta más frecuente en mujeres fue la preocupación por engordar (17%), mientras que en los hombres fue el ejercicio excesivo (12%).

Conclusiones

Se concluye que las CAR están presentes en ambos sexos, con mayor prevalencia en el sexo femenino, la preocupación por engordar y practicar ejercicio excesivo son las conductas que se presentan con mayor frecuencia. Con base en los resultados obtenidos, se propone integrar el CBCAR al examen de salud integral realizado a los estudiantes de nuevo ingreso de las diferentes regiones de la Universidad Veracruzana con la finalidad de detectar oportunamente CAR en los

estudiantes. Asimismo, es urgente el diseño de estrategias para los estudiantes detectados en riesgo y evitar la presencia de TCA en el futuro.

Referencias

Gayou, U. y Ribeiro, R. (2014). “Identificación de casos de riesgo de trastornos alimentarios entre estudiantes de Querétaro”. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 5(2), 115-123.

Recuperado de: <http://journals.iztacala.unam.mx/index.php/amta/article/view/311/423>

Gutiérrez, J.P., Rivera, J., Shamah, T., Villalpando, S., Franco, A., Cuevas, L., Romero, M. y Hernández, M. (2012). “Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales”.

Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública (MX). Recuperado de:

<https://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>

Martínez, D., Veses, A.M., Gómez, S., Pérez, F., Castillo, R., Santalíestra, A.M. y Marcos, A. (2015).

“Television viewing time and risk of eating disorders in Spanish adolescents: AVENA and AFINOS studies”. *Pediatrics International*, 57(3), 455–460. <https://doi.org/10.1111/ped.12662>

Méndez, J.P., Vázquez, V. y García, E. (2008). “Los trastornos de la conducta alimentaria”. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 65(6), 579-592. Recuperado de:

<http://www.medigraphic.com/pdfs/bmhim/hi-2008/hi086n.pdf>

Noriega, G.L., Rosas, T.J., Barranca, A., Carmona, Y.P., Arjona, J.L y Palmeros, C. (2016). “Evaluación del riesgo para el desarrollo de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes”. *UVserva*, 1(2):17–21. Recuperado de: <http://uvserva.uv.mx/index.php/Uvserva/article/view/2370/4211>

Saucedo T. y Unikel, C. (2010). “Conductas alimentarias de riesgo, interiorización del ideal estético de delgadez e índice de masa corporal en estudiantes hidalguenses de preparatoria y licenciatura de una institución privada”. *Salud Mental*, 33(1), 11-19. Recuperado de:

http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/1332/1330

Unikel, C., Nuño, B., Celis, A., Saucedo, T.J., Trujillo, E.M., García, F. y Trejo, Juana. (2010)

“Conductas alimentarias de riesgo: prevalencia en estudiantes mexicanas de 15 a 19 años”. *Revista de Investigación Clínica*, 62(5):424-432. Recuperado de:

<http://www.medigraphic.com/pdfs/revinvcli/nn-2010/nn105g.pdf>