

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la
Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes,
2024

TESIS

para optar el título profesional de licenciada en Nutrición y Dietética

AUTORA:

Katherin Yanella, Monteza Flores

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la
Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes,
2024

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Mg. Silva Rodriguez Jose Miguel (Presidente)

Mg. García Cayao Jhony (Secretario)

Mg. Ramirez Neira Leydi Tatiana (Vocal)

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la
Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes,
2024

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y
forma:

Monteza Flores Katherin Yanella (Autora)

Mg. Ramirez Neira Leydi Tatiana (Asesora)

Mg. Sanchez Torres Tatiana Alexandra (Coasesora)

Tumbes, 2024



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
Licenciada
Resolución del Consejo Directivo N° 155-2019-SUNEDU/CD
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Tumbes – Perú

ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los 13 días del mes noviembre del dos mil veinticuatro, siendo las 13 horas 10 minutos, en la modalidad presencial: aula N°1 pabellón medicina, se reunieron el jurado calificador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, designado RESOLUCIÓN DECANAL N° 0133- 2024/ UNTUMBES – FCS, Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez (presidente), Mg. Jhony Garcia Cayao (secretario), Mg. Leydi Tatiana Ramirez Neira (Vocal). Reconociendo en la misma resolución, a la Mg. Leydi Tatiana Ramirez Neira como asesora, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada "Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, universidad nacional de tumbes, 2024", para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición y Dietética, presentada por la bachiller:

BR. MONTEZA FLORES KATHERIN YANELLA

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte del sustentante y después de la deliberación, el jurado según el artículo N° 65 del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la BR. MONTEZA FLORES KATHERIN YANELLA: **Aprobada**, con calificativo: **Bueno**

En consecuencia, queda **Apta** para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional de Licenciada en Nutrición y Dietética, de conformidad con lo estipulado en la ley universitaria N° 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 13 Horas 50 minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, en forma presencial, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 13 de noviembre del 2024.

Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez
DNI N° 42474683
ORCID N° 0000-0002-9829-0131
(Presidente)

Mg. Jhony Garcia Cayao
DNI N° 76370180
ORCID N° 0000-0002-2175-2135
(Secretario)

Mg. Leydi Tatiana Ramirez Neira
DNI N° 46532868
ORCID N° 0000-0002-7698-2931
(Asesor – Vocal)

cc.
Jurado (03)
Asesor
Interesado
Archivo (Decanato)
MPMO/Decano

KATHERIN YANELLA KATHERIN YANELLA

Katherin Yanella, Monteza Flores - TESIS.docx

Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024

MONTEZA FLORES KATHERINE

Universidad Nacional de Tumbes

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3000975094

Fecha de entrega

7 sep 2024, 4:55 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

7 sep 2024, 5:00 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

Katherin_Yanella_Monteza_Flores_-_TESIS.docx

Tamaño de archivo

1.4 MB

64 Páginas

10,905 Palabras

64,083 Caracteres

DNI N°46532868
COD ORCID N°0000-0002-7698-2931

28% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado

Fuentes principales

- 28%  Fuentes de Internet
- 9%  Publicaciones
- 13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



DNI N°46532868

COD ORCID N°0000-0002-7698-2931

Fuentes principales

- 28% Fuentes de Internet
- 9% Publicaciones
- 13% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.untumbes.edu.pe	13%
2	Internet	hdl.handle.net	3%
3	Trabajos del estudiante	CONACYT	1%
4	Internet	catarina.udlap.mx	1%
5	Trabajos del estudiante	Universidad Nacional de Tumbes	1%
6	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	1%
7	Internet	es.scribd.com	1%
8	Internet	repository.ucc.edu.co	1%
9	Internet	revista.nutricion.org	1%
10	Internet	cybertesis.unmsm.edu.pe	0%
11	Internet	repositorio.urp.edu.pe	0%

DNI N°46532868
COD ORCID N°0000-0002-7698-2931

12	Internet	repositorio.untumbes.edu.pe:8080	0%
13	Internet	carolina-82.blogspot.com	0%
14	Internet	repositorio.continental.edu.pe	0%
15	Trabajos del estudiante	Universidad Privada del Norte	0%
16	Trabajos del estudiante	Universidad Científica del Sur	0%
17	Internet	dgsa.uaeh.edu.mx:8080	0%
18	Trabajos del estudiante	UNIV DE LAS AMERICAS	0%
19	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	0%
20	Internet	www.researchgate.net	0%
21	Internet	repositorio.uss.edu.pe	0%
22	Internet	idoc.pub	0%
23	Internet	repositorio.upao.edu.pe	0%
24	Internet	repositorio.uladech.edu.pe	0%
25	Internet	repositorio.upt.edu.pe	0%



DNI N°46532868
 COD ORCID N°0000-0002-7698-2931

26	Trabajos del estudiante	ITESM: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey	0%
27	Internet	pirhua.udep.edu.pe	0%
28	Internet	repositorio.unjpsc.edu.pe	0%
29	Internet	docplayer.es	0%
30	Internet	repositorio.uandina.edu.pe	0%
31	Internet	repositorio.unac.edu.pe	0%
32	Internet	www.euroinnova.mx	0%
33	Trabajos del estudiante	Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez	0%
34	Trabajos del estudiante	Universidad Estatal de Milagro	0%
35	Internet	dokumen.pub	0%
36	Internet	renc.es	0%

DNI N°46532868
COD ORCID N°0000-0002-7698-2931

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

La suscrita, Monteza Flores Katherin Yanella, identificada con DNI N° 73129433, egresada de la Escuela Profesional Nutrición y Dietética, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, autora de la tesis titulada “Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024”. Me amparo a la Ley N°27444, Ley de procedimientos administrativos Generales. Declaramos bajo juramento lo siguiente:

1. El proyecto de investigación propuesto es creación propia de la autora.
2. Se utilizo la norma internacional de citado y referencias para la bibliografía respetado las fuentes consultadas con el propósito de ilustrar y comparar, y respeto de esta manera lo citado por los diversos autores.
3. El proyecto no ha sido plagiado, y es realizado totalmente por la autora con la conducción y asesoramiento docente.
4. El estudio propuesto no tiene es un auto plagio; es decir, no tiene publicaciones previas ni presentado para algún certamen académico.
5. Los datos que se expondrán en los resultados serán reales, sin ningún grado de falsedad, duplicado o copia, por lo tanto, las conclusiones que se arriben en el informe serán de gran aporte a la realidad actual.

Finalmente, de detectarse falsedad en la presente declaratoria se asumirán las derivaciones de estos actos, acatando cualquier sanción impuesta por las instancias competentes de la Universidad Nacional de Tumbes.

Tumbes, enero del 2024.



Monteza Flores Katherin Yanella

CERTIFICACIÓN DE ASESORÍA

Yo, Mg. Leydi Tatiana Ramirez Neira (Asesora), docente ordinario de la Universidad Nacional de Tumbes, adscrita a la Facultad de Ciencias de la Salud.

CERTIFICA:

Que el proyecto de tesis titulado: **Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024**; presentado por Katherin Yanella, Monteza Flores, bachiller en Nutrición y Dietética, está siendo asesorado y guiado por mi persona. Por tal motivo, autorizo su presentación al jurado evaluador para su revisión y aprobación correspondiente.

Tumbes, 22 de enero del 2024



Mg. Leydi Tatiana Ramirez Neira

Asesora de tesis

CERTIFICACIÓN DE CO-ASESORIA

MG. TATIANA ALEXANDRA SANCHEZ TORRES

Docente contratada de la Universidad Nacional de Tumbes, adscrita a la Escuela de Nutrición y Dietética de la Facultad de Ciencias de la Salud.

CERTIFICA:

El proyecto de tesis **Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024**, presentado por Katherin Yanella, Monteza Flores, bachiller en Nutrición y Dietética, fue orientado y co-asesorado por quien suscribe, de tal modo, brindo la autorización para su respectiva inscripción y presentación a la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes para su aprobación, conformidad y revisión oportuna.

Tumbes, 18 de enero 2024



MG. TATIANA ALEXANDRA SANCHEZ TORRES
CO-ASESORA DEL PROYECTO

DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada en primer lugar a DIOS padre y la virgen maría porque gracias a sus bendiciones que día a día me protegieron estoy en esta etapa de mi vida

A mi madre Amalia porque a través de su fuerza y consejos logra que en cada etapa de mi vida pueda continuar avanzando en mis metas trazadas.

A mi mami Gaby por su sabiduría e inteligencia me guía día a día, y gracias a ellos siempre lo tengo presente para levantarme de las caídas que pueda pasar en la vida.

A toda mi familia por el apoyo emocional e incondicional que me brindan.

A mi ángel protector mi papi Alfredo que me cuida y protege desde el cielo para que cada caída sea una virtud en la vida.

Monteza Flores Katherin Yanella

AGRADECIMIENTO

Agradecer primero a Dios y la virgen María por bendecirme todos los días.

A mi madre que me sigue cuidando.

A mi mami Gaby que siempre está a mi lado para brindarme protección.

Agradecer al personal administrativo de la escuela de nutrición, especialmente a la señora Paty Guevara por el apoyo incondicional y buenos consejos que me brindo desde el inicio de la carrera hasta el final.

A la plana docente por brindarme ese conocimiento en la carrera para ser una buena profesional y dejar bien en alto a mi alma mater.

A mis asesores por ayudarme a expresar y presentar este estudio para el beneficio de la comunidad científica.

Al jurado por seguir con sabiduría e inteligencia mis pasos en esta tesis.

Monteza Flores Katherin Yanella

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN	xviii
ABSTRACT.	xix
I. INTRODUCCIÓN	20
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	25
2.1. Estado del arte	25
2.2. Antecedentes	28
III. MATERIALES Y MÉTODOS	33
3.1. Tipo de investigación	33
3.2. Diseño de investigación	33
3.3. Población, muestra, muestreo	34
3.4. Criterios de selección	34
3.5. Técnicas e instrumentos	35
3.6. Validez y confiabilidad del instrumento	36
3.7. Procedimiento de recolección de datos	36
3.8. Método de análisis de datos	37
3.9. Aspectos éticos	37
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	38
4.1. Resultados	38
4.2. Discusión	42
V. CONCLUSIONES	46
VI. RECOMENDACIONES	47
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	48
ANEXOS.	55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Pruebas de correlación entre las variables en investigación	38
Tabla 2.	Niveles de ansiedad en los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética	39
Tabla 3.	Conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética	40
Tabla 4.	Prueba de correlación entre las variables y dimensiones de investigación	41

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.	Gráficos de dispersión	38
Figura 2.	Niveles de ansiedad en los estudiantes	39
Figura 3.	Conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes	40

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1.	Matriz de consistencia	55
Anexo 2.	Operalización de variables	57
Anexo 3.	Instrumentos para la recolección de datos en investigación	60
Anexo 4.	Baremos de puntuación de los cuestionarios	63
Anexo 5.	Confiabilidad del cuestionario de ansiedad de Beck (BAI)	64
Anexo 6.	Confiabilidad del cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR)	65
Anexo 7.	Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov	66
Anexo 8.	Solicitud para la aplicación del instrumento	67
Anexo 9.	Autorización de ejecución	68
Anexo 10.	Consentimiento informado	69
Anexo 11.	Evidencias fotográficas	70

RESUMEN

La investigación se planteó como objetivo general determinar la relación estadística entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024. Se consideró una metodología descriptiva, correlacional junto a un diseño no experimental de corte transversal. Durante la ejecución se trabajó con una muestra censal constituida por 112 estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética pertenecientes al I, III y IV ciclo, a quienes se les aplicó el cuestionario de ansiedad de Beck (BAI) y el cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR). Entre los resultados más impactantes se puede constatar que el 33,9% de universitarios presentaron un nivel de ansiedad moderado, mientras que cerca del 8,9% presentaron conductas alimentarias de riesgo en un nivel moderado; cabe precisar que se demostró que existe una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad y la dimensión atracón – purga ($p=0,000$), medidas compensatorias ($p=0,000$) y restricción ($p=0,005$). Los hallazgos encontrados permitieron que la autora aprobara la hipótesis en investigación concluyendo que existe una relación estadísticamente significativa y moderadamente positiva entre los niveles de ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes ($Rho=0,510$ y $p=0,000$).

PALABRAS CLAVES: Ansiedad, conductas alimentarias de riesgo, universitarios.

ABSTRACT

The general objective of the research was to determine the statistical relationship between anxiety and risky eating behaviors in students of the School of Nutrition and Dietetics, National University of Tumbes, 2024. A descriptive, correlational methodology was considered along with a non-specific design. experimental cross section. During the execution, we worked with a census sample consisting of 112 students from the School of Nutrition and Dietetics belonging to the I, III and IV cycle, to whom the Beck anxiety questionnaire (BAI) and the brief eating behavior questionnaire were applied. risk (CBCAR). Among the most striking results, it can be seen that 33.9% of university students presented a moderate level of anxiety, while about 8.9% presented risky eating behaviors at a moderate level; It should be noted that it was demonstrated that there is a statistically significant relationship between anxiety and the binge-purge dimension ($p=0.000$), compensatory measures ($p=0.000$) and restriction ($p=0.005$). The findings allowed the author to approve the hypothesis under investigation, concluding that there is a statistically significant and moderately positive relationship between anxiety levels and risky eating behaviors in students of the School of Nutrition and Dietetics of the National University of Tumbes ($Rho=0.510$ and $p=0.000$).

KEY WORDS: Anxiety, risky eating behaviors, university students

I. INTRODUCCIÓN

En el campo de la psicología, actualmente la ansiedad es considerada como uno de los trastornos más frecuentes presentes en la población mundial teniendo una mayor repercusión en los adolescentes y jóvenes. Se caracteriza por ser un estado emocional a través del cual el individuo experimenta sensaciones aprensivas, inquietantes o de miedo frente a acontecimientos impredecibles o que representen una amenaza¹. Así mismo, frente a estos sucesos la persona puede desencadenar reacciones de respuesta a nivel cognitivo, conductual o fisiológico (aumento de la presión arterial, respiración o frecuencia cardíaca). Diversas investigaciones dejan en evidencia que el trastorno de la ansiedad está relacionado de manera significativa con las conductas alimentarias de riesgo². Estas son definidas como una cadena de hábitos alimentarios anómalos que involucran actos como restricciones o excesos de la ingesta alimentaria, purgas, ejercicios excesivos, que ponen en riesgos la salud tanto física como mental del individuo³.

La Asociación Americana de Psiquiatría, enfatiza que las conductas alimentarias de riesgo si bien son manifestaciones similares a los trastornos de la conducta alimentaria, suelen presentarse en menor intensidad y frecuencia. Estas conductas anómalas en la alimentación pueden llegar a convertirse en un trastorno, manifestándose mediante la ingesta excesiva o deficiente de alimentos con la finalidad de poder controlar su peso corporal⁴. En el periodo 2021 Samatán y Ruiz⁵ exponen que factores como la ansiedad y el aislamiento pueden generar en aquellos pacientes que sufren un trastorno de la conducta alimentaria experiencias negativas, las cuales pueden desencadenar consecuencia que perduraran en el tiempo. Cabe destacar, que los autores demostraron que aquellos pacientes con trastornos alimenticios y que sufrían un cuadro de ansiedad eran más propensos a perder el control y recaer en prácticas alimentarias anómalas como las purgas o atracones.

En el mundo universitario, la ansiedad dentro de los niveles normales puede llegar a ser beneficiosa dado que le permite al universitario afrontar los retos acontecidos en su trayectoria estudiantil. Sin embargo, si estos niveles tienden a ser excesivos pueden desencadenar efectos insidiosos provocando un deterioro en su salud. Cabe señalar que, dependiendo de la duración y la intensidad del cuadro de ansiedad, las repercusiones negativas pueden llegar a ser significativas y duraderas⁶. Diversos estudios dejan en evidencia que la ansiedad es una característica común en los pacientes diagnosticados con un trastorno de la conducta alimentaria. Y es que, en estos pacientes se identificó que la ansiedad surge como un resultante de la preocupación exacerbada por poseer un cuerpo socialmente perfecto, provocando así un miedo constante a aumentar de peso, esta preocupación representa un factor de riesgo dado que aumenta las prácticas restrictivas alimentarias. Este acto pudo evidenciarse en aquellas mujeres con diagnóstico de anorexia, y es que las mismas, están constantemente ansiosas tanto por su figura, como por su peso y su alimentación⁷.

La vida universitaria representa una etapa llena de cambios, desafíos y oportunidades para los jóvenes. Sin embargo, también puede ser un período de gran vulnerabilidad para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y ansiedad. Frente a ello, durante el año 2022, Arija et al⁸ publicaron su artículo científico en donde dieron a conocer que los trastornos de la conducta alimentaria afectan a todo el mundo sin distinguir lugar, etnias, cultura o nivel socioeconómico. Los autores señalan que, en relación a los trastornos alimenticios, China posee una prevalencia del 3,58%, por otra parte, África presenta una prevalencia del 4,45% y Latinoamérica cuenta con una prevalencia del 3,53%. Es importante señalar que los datos registrados de estos lugares tienden a ser escasos debido a que solo se estudia la prevalencia en las poblaciones más vulnerables (mujeres jóvenes).

Para el año 2020 en Australia, Phillipou, et al⁹, realizaron una investigación en donde logrando demostrar que más del 50% de los individuos que sufrían un trastorno de la conducta alimentaria presentaban niveles alarmantes de ansiedad, depresión y estrés, así mismo, se identificó que el 64,5% realizaba restricciones alimentarias, el 35,5% sufría de trastornos por atracones, el 18,9% practicaba actos

purgativos y el 40,3% aumento el nivel de intensidad en su actividad física. De la misma manera durante el periodo 2020, Schlegl et al¹⁰ realizaron un estudio en Alemania donde al analizar a 55 pacientes ex hospitalizados por un diagnóstico de trastorno alimentario, evidenciaron que tanto la ansiedad como el miedo lograron desencadenar un empeoramiento de sus síntomas en el 49% de los casos, el cual se vio reflejado en el reciamiento del ciclo bulímico, mismo que conlleva a la persona a practicar restricciones alimentarias, para posteriormente sufrir de atracones y finalizar con las purgas.

A nivel nacional, el Perú enfrentar esta problemática en sus jóvenes universitarios, siendo así que durante el 2021 se evidenció un incremento de las atenciones en la consulta médica relacionada a los trastornos de la conducta alimentaria. El hospital Almenara dio a conocer que de cada 10 pacientes atendidos en el área de psiquiatría 5 eran diagnosticados con una alteración en su conducta alimentaria, destacando que las edades más afectadas eran entre los 15 y 16 años¹¹. En el año 2019, se publicó una investigación realizada por Jhrami¹², quien dio a conocer que 1 de cada 10 universitarios podría llegar a presentar conductas alimentarias de riesgo, esto a raíz de que la población universitaria se ve expuesta a un constante estrés académico, lo que conllevan a que este grupo poblacional se vea mucho más expuesto a sufrir de estos trastornos.

Dentro del contexto regional, en el año 2023, la autora Vega¹³ llevó a cabo una investigación con los estudiantes de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, en donde logro identificar que el riesgo de presentar un trastorno de la conducta alimentaria era bajo en un 46%, así mismo, el 40% de los estudiantes presentaban en riesgo bajo de sufrir atracones alimentarios, cabe señalar que el 32% sufre un riesgo de aceptar métodos para el control del peso. De la misma manera, Jiménez¹⁴ en el año 2022 evidenció que el 57,5% de los adolescentes tumbesinos presentaban conductas alimentarias de riesgo y alrededor del 42,9% sentían insatisfacción con su cuerpo. A través de la investigación también se logró identificar que el 36,1% de los adolescentes presentaban ambos problemas.

Esta problemática expone la vulnerabilidad de la población adolescente y adulta joven, siendo los universitarios los que representan un grupo de interés de investigación y es que los mismos, no se encuentran ajenos a desarrollar este tipo

de trastornos debido a la presión social y a la sobrecarga de actividades académicas que realizan día con día, volviéndolos propensos a presentar conductas alimentarias de riesgo y cuadros de ansiedad¹⁵. Ante esto se planteó como pregunta de investigación ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024?

La investigación desde el punto teórico fue relevante, dado que se pudo dar respuesta a la pregunta en investigación logrando probar que si existe una relación significativa entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgos en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. Estos resultados permitieron enriquecer las bases teóricas relacionadas a las variables en mención. Así mismo, se destacó su realce práctico ya que al ser una problemática muy presente en los jóvenes existe la necesidad de conocer la prevalencia de casos de ansiedad, así como detectar la presencia de conductas alimentarias de riesgo entre los universitarios. La importancia metodológica recayó en que los resultados obtenidos servirán como antecedentes para futuras investigaciones relacionadas con las variables en estudio. Socialmente el estudio fue pertinente debido a que la Universidad Nacional de Tumbes, a través de la Escuela de Nutrición y Dietética podrá elaborar y ejecutar campañas preventivas para la identificación temprana de casos de ansiedad y conductas alimentarias de riesgos en los jóvenes tumbesinos, logrando así una detección temprana de los casos y contribuyendo a la mejora en la calidad de vida de este grupo poblacional que tienden a ser uno de los más vulnerables.

Para dar respuesta a la interrogante en investigación, el estudio se planteó como objetivo general determinar la relación estadística entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024. En el mismo contexto, se señalaron como objetivos específicos i) Identificar el nivel de ansiedad en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes; ii) Identificar las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes; iii) Relacionar el nivel de ansiedad y las dimensiones de la conducta alimentaria de riesgo en los

estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Bases teóricas – científicas

Existe una creciente evidencia que sugiere una fuerte relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo. La ansiedad puede aumentar el riesgo de desarrollar conductas alimentarias de riesgo, y las conductas alimentarias de riesgo pueden empeorar los síntomas de ansiedad. En tal sentido, es fundamental abordar cada una de variables a fin de poder conocer a mayor profundidad la asociación que existe entre ambas.

El término ansiedad es definido como la respuesta adaptativa de emergencia que experimenta un ser humano ante situaciones que percibe como peligrosas. Frente a estos sucesos los mecanismos de defensa son activados a través del sistema nervioso central provocando la liberación de las catecolaminas¹⁶. Esta condición humana se caracteriza por ser una respuesta de carácter emocional que puede ser activada ante procesos cognitivos de evaluación y reevaluación, permitiendo al individuo analizar los datos más importantes sobre un determinado acontecimiento y los posibles resultados, este análisis le permitirá a la persona actuar de manera estratégica ante una cualquier situación. La ansiedad en niveles bajos permite al ser humano poder orientar su comportamiento a fin de lidiar con situaciones complejas o aversivas, así mismo, cuando se presenta de manera moderada puede llegar a mejorar el desempeño físico y cognitivo de la persona permitiéndole dar respuesta a los problemas y favorecer su adaptación ante situaciones impredecibles¹⁷. Esta condición puede ser categorizada de manera fisiológica o patológica, siendo la principal diferencia, que a nivel fisiológico la ansiedad posee una función netamente adaptativa la cual surge ante un estímulo externo provocando que el individuo tenga una respuesta somática, caso contrario, cuando la ansiedad se presenta de manera patológica se exterioriza una función desadaptativa junto a un posible bloqueo en los mecanismos de respuesta, generando que los mismos se desencadenen de manera desproporcionada¹⁸.

Entre las principales causas que pueden llegar a desarrollar un cuadro de ansiedad en el ser humano se encuentra: La vulnerabilidad biológica, este factor está relacionado a la hipersensibilidad neurobiológica frente al estrés e involucra aspectos temperamentales de la persona; la psicología generalizada, este elemento está vinculado a la percepción que tiene el individuo frente a momentos de estrés; y la psicología específica, la cual hace referencia a la ocurrencia de determinadas experiencias de aprendizaje que vive la persona²⁰.

Dentro de la ansiedad se puede distinguir tres tipos de niveles: La ansiedad leve; también conocida como ansiedad de magnitud ligera o benigna, en ella el individuo se mantiene alerta, observando y escuchando todo a su alrededor, esto le permite dominar la situación antes de que se suscite. La ansiedad moderada; entre las principales reacciones emocionales que se desencadenan se encuentra el aumento de la presión arterial, resequedad bucal, malestar estomacal, respiración entrecortada, así como expresiones gestuales de inquietud, miedo o sobresalto. La ansiedad grave; en ella la persona no es capaz de analizar lo que acontece a su alrededor dado que su percepción se ha reducido, llevando su atención a diversos detalles provocando que se distorsione lo que observa, e impidiendo que establezca una secuencia lógica, en este nivel de ansiedad se presentan sensaciones de ahogo, sofocación, temblores corporales, así como expresiones de terror²⁰.

La sintomatología característica de los trastornos de ansiedad, son distintos a cuando se experimenta sentimientos de inquietud o nerviosismo, estos síntomas pueden ser clasificados de acuerdo a factores subjetivos, neurofisiológicos, autonómicos, o síntomas vasomotores, los cuales son descritos a continuación:

Factores subjetivos: Estos síntomas son de carácter cognitivo o psicológico, tal como la sensación de angustia, inquietud, agobio, intranquilidad, sensación de incertidumbre, miedo, inseguridad, indecisión, pérdida de control, así mismo, el individuo experimenta sentimientos de confusión, falta de atención, y pensamientos obsesivos, distorsionados o de eventualidad catastrófica²¹.

Factores neurofisiológicos: La ansiedad puede tornarse crónica cuando el ser humano se ve expuesto a situaciones constante de estrés, así como cuando se

mantiene en ambientes que le provocan temor. Entre la sintomatología se evidencia las náuseas, la falta de concentración, los temblores corporales, las fatigas, la preocupación persistente, entre otros²².

Respuesta autonómica: Refiere a la respuesta autónoma del organismo después de experimentar un estímulo nocivo. Esta respuesta es definida como una reacción adaptativa frente a situaciones que representan una amenaza para la persona, esto provoca que el sistema nervioso simpático active sus mecanismos de defensa provocando la liberación de catecolaminas, mismas que son responsables de los síntomas somáticos característicos durante un cuadro de ansiedad. Como ejemplo se encuentra la sudoración, sacudida de hombros, aumento en las palpaciones, entre otros²³.

Síntomas vasomotores: Hace referencia a los bochornos o sofocos que experimenta la persona, estos síntomas aparecen como una sensación subjetiva de calor, misma que se relaciona a la vasodilatación cutánea, lo que provoca la sudoración y la disminución de la temperatura corporal, así como el aumento transitorio del ritmo cardíaco²⁴.

Existen diversos factores que pueden contribuir al desarrollo de TCA y ansiedad en universitarios. Entre sus principales causas se resaltan los factores biológicos y/o psicosociales, de manera inicial estas conductas pueden presentarse durante el periodo infantil, sin embargo, es el periodo de la adolescencia y juventud aquellas etapas donde se expone una mayor vulnerabilidad⁴.

Entre los principales factores vinculados a las conductas alimentarias de riesgo se encuentran las críticas hacia el peso corporal provenientes del entorno familiar (padre, madre, hermanos, entre otros). La influencia materna es uno de los pilares más significativos y asociados a la toma de decisiones en cuanto a la calidad alimentaria, y es que este factor puede generar una influencia positiva en los niños, ayudándolos a tomar mejores decisiones en cuanto a su alimentación, vigilando la ingesta de nutrientes y contribuyendo a que la relación niño – comida sea mucho más agradable²⁵. El diagnóstico para detectar una conducta alimentaria de riesgo está relacionado a tres factores fundamentales los cuales son resaltados a continuación⁴:

Dimensión atracón – purga: Esta caracterizado por un ciclo de comportamientos compulsivos mediante los atracones alimentarios destacándose la ingesta excesiva y descontrolada de alimentos. A través de la teoría de restricción alimentaria propuesta por Herman y Poly en 1980, se expone que la restricción alimentaria constante a la que se somete un individuo (ya sea por un estado emocional) puede desencadenar un cuadro de ansiedad provocando que el mismo rompa la dieta y coma de manera descontrolada²⁶.

Como ejemplo del caso, se puede distinguir a un individuo que después de someterse a dietas restrictivas experimenta cuadros de ansiedad que lo conllevan a sufrir de atracones alimentarios, esta acción es definida como aquellos episodios descontrolados que presenta la persona por ingerir cualquier tipo de alimento de manera excesiva y descontrolada. Después de sufrir el atracón se produce un arrepentimiento, dando paso a la purga, esta acción se caracteriza por la ejecución de métodos como el vómito autoinducido para eliminar el alimento ingerido²⁷.

Dimensión medidas compensatorias: Son conceptualizadas como comportamientos que pretenden compensar la conducta de comer desmesuradamente a través de acciones perjudiciales que el individuo considera saludables. Este acto se convierte en un problema dado que opta por acciones como el uso de laxantes, diuréticos, o ejercicio extenuante para bajar de peso, lo cual conlleva a un peligro para la salud. En esta dimensión los sentimientos de motivación y culpabilidad suelen estar relacionados entre sí²⁸.

Dimensión restricción: Es considerada como la abstinencia o disminución de la ingesta de alimentos y líquidos, esta acción puede ir desde la evitación de un alimento considerado como calórico (postres, pan, galletas, entre otros) o la omisión de un tiempo de comida (como por ejemplo el desayuno o la cena), hasta un ayuno prolongado, en donde se ingiere solamente agua de manera escasa²⁹.

2.2. Antecedentes

Dentro de las investigaciones más relevantes relacionadas a las variables en investigación, en el contexto internacional se puede distinguir:

Bernal³⁰, con su tesis titulada: Factores de riesgo de un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes jóvenes de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio, año 2023. La investigación de carácter descriptivo trasversal, trabajó con una muestra de 43 jóvenes universitarios, a quienes se les aplicó el cuestionario Eating Attitude Test (EAT-26). Dentro de los resultados más importantes se evidencia que un porcentaje mínimo declaró sentirse insatisfecho con su imagen corporal debido a comentarios realizados por sus círculos cercanos, de la misma manera, no se observa conductas de riesgos como atracones, ni uso de adelgazantes. En base a ello la autora concluye que los universitarios en investigación no presentan factores de riesgo a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

Bautista, et al³¹. publicaron su artículo científico relacionada a los Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19. Año 2023. Un estudio trasversal. México. Se contó con una metodología descriptiva trasversal y se empleó una muestra constituida por 572 estudiantes universitarios mexicanos. Entre los resultados se observó que el riesgo fue mayor en el sexo femenino con el 22,4% de casos frente a los hombres con un 14,7%, así mismo, predominó un nivel de ansiedad moderado con el 32,2% y severo con el 24,3% de los casos. Finalmente se concluye que un gran porcentaje de estudiantes que presentaron conductas alimentarias de riesgo tuvieron un nivel de ansiedad moderado durante la pandemia por COVID 19.

Castro, et al³². presentan su artículo científico titulado: Influencia de la ansiedad e insatisfacción corporal sobre conductas alimentarias de riesgo en una muestra de mujeres adolescentes de México, año 2021. La investigación trasversal explicativa contó con 500 mujeres adolescentes como muestra de estudio, a quienes se les aplicó los cuestionarios Eating Attitudes Test-26, Body Shape Questionnaire-8D y Hospital Anxiety and Depression Scale, Entre los principales resultados se evidencia que entre mayor sea el nivel de ansiedad mayor es la probabilidad de presentar conductas alimentarias de riesgo ($p < 0,001$). En base a ello los autores concluyen en que si existe una relación significativa entre las variables.

González y Sandoval³³, publican su investigación titulada: Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de licenciatura en enfermería de una

universidad privada del Estado de Puebla - México en el año 2020. La investigación cuantitativa correlacional no experimental, trabajó con una muestra de 136 universitarios a quienes se les aplicó dos cuestionarios para medir las variables en investigación. Entre los resultados se destaca que el 55,9% posee un rango de edad entre los 18 y 21 años, así mismo, el 21,3% practicaba atracones mientras que el 12,5% realizaba dietas restrictivas. De acuerdo a su nivel de ansiedad el 72,8% presentó un nivel leve a moderado y el 48,5% evidencio un riesgo elevado de modificar sus conductas alimentarias. Finalmente, las autoras concluyen que existe una correlación baja entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo ($\rho = ,352$ y $p = ,000$).

Santos³⁴, expone su tesis titulada: Conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios, México, año 2020. El estudio fue de tipo trasversal descriptivo, contando con una muestra de 100 universitarios a quienes se les aplico un cuestionario para la recolección de datos. Entre los resultados obtenidos se demostró el 43% indica poseer con mucha frecuencia miedo a engordar, el 37% indica que a veces realiza ayunos para perder peso, el 34% indica que con mucha frecuencia pierde el control sobre lo que consume, y el 35% señala realizar actividad física con mucha frecuencia para perder peso. En base a los resultados se concluye que el sexo femenino fue quien presentó una mayor prevalencia a presentar una conducta alimentaria de riesgo.

Desde un enfoque nacional, se destacan los estudios de:

Chaname³, presentó su tesis titulada: Conductas alimentarias en riesgo y ansiedad en mujeres estudiantes de un instituto superior tecnológico público de la provincia de Ferreñafe, año 2023. La investigación conto con una metodología cuantitativa correlacional no experimental, en donde se trabajó con una muestra constituida por 100 participantes. Para el recojo de información se empleó el uso de dos cuestionarios, los datos obtenidos fueron sometidos a las pruebas estadísticas de Rho de Spearman dando como resultado que existe una relación significativa directa entre las conductas alimentarias de riesgos y las dimensiones afectivas ($p = ,000$), cognitivas ($p = ,000$) y somáticas ($p = ,000$). Así mismo, se observa que no existe una relación entre la ansiedad y la dimensión medidas compensatorias ($p =$

,294). Ante ello, la autora concluye que existe una relación significativa entre las conductas alimentarias de riesgos y la ansiedad ($p= ,000$).

Jiménez y Marlo³⁵, presentaron su tesis titulada depresión y ansiedad asociadas al trastorno de conductas alimentarias en internos de medicina de la Universidad Señor de Sipán, 2023. Pimentel, la investigación contó con una metodología cuantitativa descriptiva correlacional. Así mismo, se trabajó con una muestra de 89 participantes. Entre los resultados se destaca que el grado de correlación de Spearman entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo es de 0,000. Se evidenció un nivel de ansiedad en el 51,7% y conductas alimentarias de riesgo en el 56,2% de los estudiantes. Es importante precisar que se evidenció una relación significativa entre el sexo de los participantes y el riesgo de presentar conductas alimentarias de riesgo ($p= 0,008$). Finalmente, se concluye que existe una relación significativa entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los universitarios.

Mamani³⁶, publicó su tesis denominada: Asociación entre nivel de ansiedad y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de preclínica de medicina humana de la Universidad Andina del Cusco, en el periodo mayo-junio del año 2022. El estudio de tipo correlacional transversal selecciono una muestra de 133 universitarios a quienes se les aplico el cuestionario BAI y el EAT-26 para el recojo de información. Entre los resultados se evidencia que el 18% de los estudiantes identificados con un nivel de ansiedad leve a moderada no presentaron conductas alimentarias de riesgos, sin embargo, aquellos que fueron identificados con un nivel de ansiedad de moderado a severo si presentaron conductas alimentarias de riesgo en el 9% y el 8,3% de los casos respectivamente. Finalmente, se concluye que existe una relación entre las variables en investigación ($p < 0,05$)

Rivera, et al³⁷, publicaron su artículo científico titulado: Asociación entre la conducta alimentaria y niveles de ansiedad, estrés y depresión en estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana, 2021. El estudio fue de tipo transversal, se seleccionó una muestra de 371 universitarios y se les aplicó el cuestionario de índice de alimentación saludables (IAS) y las escalas de ansiedad, depresión y estrés (DASS-21). Entre los resultados se observa que, en comparación a los hombres, las mujeres están más predispuestas a presentar un

cuadro de estrés, depresión y ansiedad, así mismo, se demostró que una conducta alimentaria poco saludable es un factor de riesgo para el desarrollo del estrés. Entre las conclusiones se destaca que la conducta alimentaria tiene una relación significativa con la presencia de ansiedad en los universitarios.

Paredes³⁸ realiza su investigación titulada: Asociación entre riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes de medicina durante aislamiento social. Trujillo año 2020. La metodología fue de tipo observacional analítico trasversal, en donde se trabajó con una muestra de 124 universitarios mismos que desarrollaron dos cuestionarios que sirvieron como instrumentos para la recolección de datos. Los resultados presentados exponen aquellos universitarios que poseían un trastorno de la conducta alimentaria presentaron ansiedad en el 41% de los casos, caso contrario, aquellos universitarios que no poseían conductas alimentarias de riesgos solo presentaron ansiedad en el 19% de los casos. En base a ello, el autor concluye que no existe relación entre las variables en estudio ($p > 0,05$).

A nivel regional, en la ciudad de Tumbes no se evidenciaron estudios relacionados a las variables ansiedad y conductas alimentarias de riesgo, en tal sentido, queda expuesta la importancia de poder ejecutar la presente investigación con la finalidad de proporcionar mayor información sobre esta problemática.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

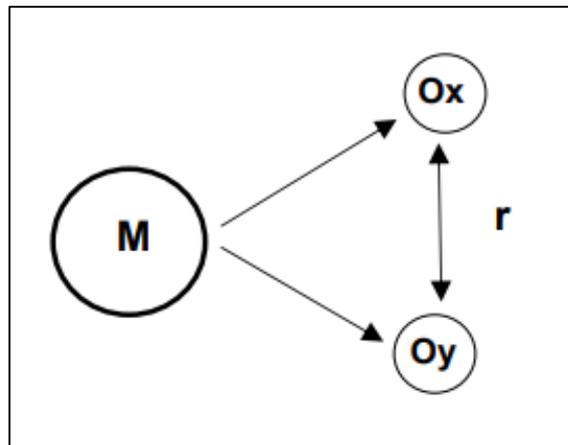
3.1. Tipo de investigación:

Para la metodología de la investigación, se empleó un tipo de estudio de carácter descriptivo y correlacional⁴⁰.

3.2. Diseño de investigación:

Se contó con un diseño no experimental de corte trasversal, a razón de que las variables en estudio solo fueron observadas en su contexto natural sin que la investigadora realice algún tipo de intervención⁴⁰.

Esquema:



Dónde:

M = Muestra

O_x = Ansiedad

O_y = Conductas alimentarias de riesgo

r = Relación

3.4. Población, muestra, muestreo:

Población

Estuvo constituida por 112 estudiantes pertenecientes al I, III y IV ciclo de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética – Universidad Nacional de Tumbes.

Muestra

Se trabajó con una muestra censal, eso significa que se utilizó el total de población, la cual estuvo conformada por los 112 estudiantes pertenecientes al I, III y IV ciclo de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética – Universidad Nacional de Tumbes.

Muestreo

Se aplicó la técnica del muestreo aleatorio simple para la selección de la muestra.

3.4. Criterios de selección

Criterios de inclusión

- Estudiantes inscritos en la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética – Universidad Nacional de Tumbes.
- Estudiantes matriculados en el I, III y IV ciclo durante periodo académico 2024 - I.
- Estudiantes de ambos sexos (hombre y mujer).

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no firmaron el consentimiento informado.
- Estudiantes que no asistieron de manera regular a clases.
- Estudiantes que desarrollaron de manera incompleta los cuestionarios aplicados.

3.5. Técnicas e instrumentos

Técnica:

Se empleó la técnica de la encuesta, puesto que la misma permitió obtener información sustancial de los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética – Universidad Nacional de Tumbes.

Instrumento:

Como instrumento de recolección se utilizó el cuestionario, mismo que se detalla a continuación:

Se aplicó el cuestionario de ansiedad de Beck (BAI) (Anexo 3) para la variable ansiedad, el instrumento estuvo conformado por 21 preguntas que midieron la variable y sus dimensiones: subjetiva (constituida por los ítems 4, 5, 8, 9, 10, 14, 16), neurofisiológico (constituida por los ítems 1, 3, 6, 12, 13, 17, 18, 19), autonómico (constituida por los ítems 7, 11, 15) y síntomas vasomotores (constituida por los ítems 2, 20, 21). Para la escala de valoración se trabajó con la escala de Likert en donde:

En absoluto: 0 puntos

Levemente: 1 punto

Moderadamente: 2 puntos

Severamente: 3 puntos

Para la variable conductas alimentarias de riesgo, se empleó el cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR) (Anexo 3), el cual estuvo conformado por 10 preguntas que midieron la variable y sus dimensiones: Atracón - purga (constituida por los ítems 2, 3, 4, 5), Medidas compensatorias (constituida por los ítems 8, 9, 10) y Restricción (constituida por los ítems 1, 6, 7). Para la escala de valoración se trabajará con la escala de Likert en donde:

Nunca: 0 puntos

A veces: 1 punto

Con frecuencia: 2 puntos

Con mucha frecuencia: 3 puntos

3.6. Validez y confiabilidad del instrumento

El cuestionario de ansiedad de Beck (BAI) a través de la investigación realizada por Nima⁴¹ fue sometido a al juicio de 5 expertos en el área, los cuales indicaron por unanimidad que el instrumento posee un alto nivel de validez, así mismo, al someterse a una prueba piloto en 384 participantes se pudo evidenciar que el coeficiente omega es igual a 0,93 la cual es interpretado como un nivel de confiabilidad alto. (Anexo 5)

En relación al cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR), mediante el estudio realizado por Unikel⁴², para su confiabilidad fue sometido a una prueba piloto de 78 participantes en donde se pudo probar que el alfa de Cronbach alcanzo un valor de 0,83 lo cual es interpretado como un alto nivel de confiabilidad. (Anexo 6)

3.7. Procedimiento de recolección de datos

Para la obtención de los datos en investigación, en primer lugar, fue fundamental enviar una solicitud (Anexo 8) dirigida a la directora de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética con la finalidad de que otorgue el permiso correspondiente y poder aplicar los cuestionarios en los estudiantes. Brindada la autorización (Anexo 9), se realizó las coordinaciones con los docentes para establecer la fecha y hora en donde se llevaron a cabo la ejecución de la investigación.

Llegado el día, la investigadora procedió a presentarse y a explicar el desarrollo de la investigación, dando a conocer los objetivos y procedimientos que deberán realizar los estudiantes que deseen formar parte del proyecto. Finalmente, a cada participante se le hizo entrega de un consentimiento informado (Anexo 10) el cual debió ser firmado para dejar constancia de que su participación es libre y voluntaria.

Aquellos estudiantes que cumplieron con los criterios de selección y aceptaron formar parte de la investigación, se les entregó dos cuestionarios, los cuales midieron el nivel de ansiedad que poseen y las conductas alimentarias de riesgo

que presentan (Anexo 3). Para resolver el cuestionario, los participantes marcaron con una (X) la respuesta con la que se sienta más identificados, así mismo, para su desarrollo emplearon un tiempo no mayor a 15 minutos.

3.8. Método de análisis de datos

La información recopilada fue codificada en una matriz de datos empleando una hoja de cálculo Microsoft Excel 2019. Para el procesamiento de los resultados se trabajó con el programa SPSS versión 26, a través del cual se realizó un análisis descriptivo mediante el uso de tablas de frecuencia, así mismo, se utilizó la prueba Kolmogórov-Smirnov con el propósito de analizar la distribución de datos, dando por concluido que el comportamiento de las variables no seguían una distribución normal, esto permitió establecer a la prueba estadística de Rho de Spearman para el análisis inferencial a fin de determinar la aceptación o rechazo de la hipótesis en investigación.

3.9. Aspectos éticos

La presente investigación estuvo regida bajo el código de ética establecido por la Universidad Nacional de Tumbes, la cual está amparada bajo la resolución N°301-2018/UNTUMBES-CU. En tal sentido, se tomó como base los siguientes apartados⁴³:

Salvaguardar la integridad tanto física como psicológica de los estudiantes que constituyeron la muestra en investigación.

Respetar la cultura y creencias de los estudiantes que formaron parte del estudio.

Brindar el consentimiento informado a cada uno de los participantes, detallando de manera clara y sencilla el desarrollo de la investigación.

Asegurar la confidencialidad de los datos personales de cada participante.

Garantizar la libre participación, enfatizando que los estudiantes podrán abstenerse o retirarse en el momento que lo crean necesario de la investigación.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados:

Tabla 1. Pruebas de correlación entre las variables en investigación

Pruebas de correlación de Rho de Spearman	Ansiedad	
	Coeficiente de correlación	Significancia (bilateral)
Conductas alimentarias de riesgo	0,510	0,000
Número de participantes	112	112

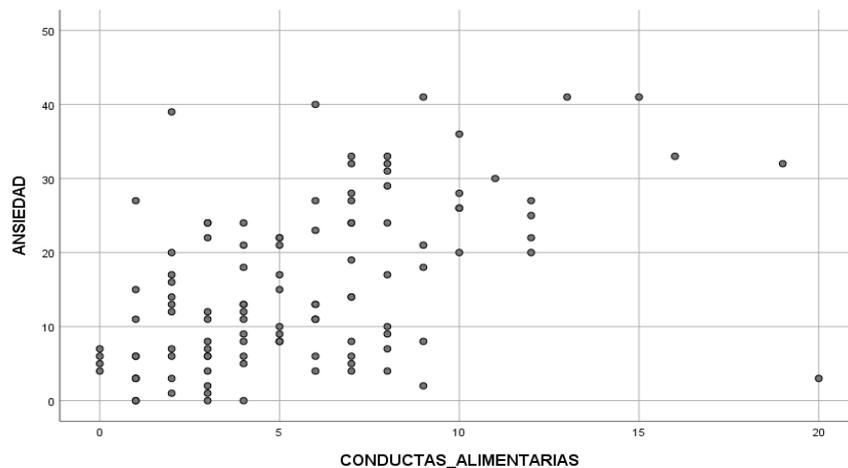


Figura 1. Gráficos de dispersión

De acuerdo a la tabla 1, podemos afirmar que la prueba estadística de Rho Spearman, alcanzó un coeficiente de correlación de 0,510, este resultado permite afirmar que a medida que aumenta el nivel de ansiedad en los universitarios, también tiende a incrementarse la frecuencia con la que estos realizan conductas alimentarias consideradas de riesgo. Así mismo, se alcanzó un nivel de significancia igual a 0,000 mismo que permitió aprobar la hipótesis de investigación, concluyendo que existe relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Tabla 2. Niveles de ansiedad en los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Nivel de ansiedad bajo	74	66,1%
Nivel de ansiedad moderado	38	33,9%
Número de participantes	112	100,0%

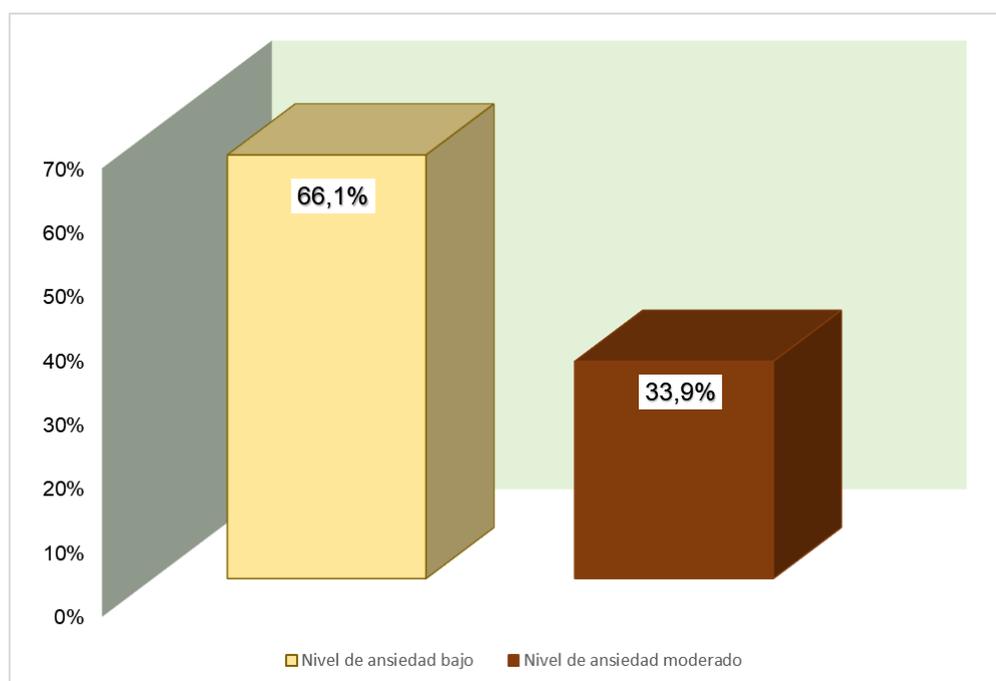


Figura 2. Niveles de ansiedad en los estudiantes

En la tabla 2, se puede evidenciar que de 112 estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, el 66,1% (n= 74) presenta un bajo nivel de ansiedad, caso contrario y en menor proporción, un 33,9% (n=38) reflejan una ansiedad moderada.

Tabla 3. Conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Bajo riesgo	102	91,1%
Moderado riesgo	10	8,9%
Número de participantes	112	100,0%

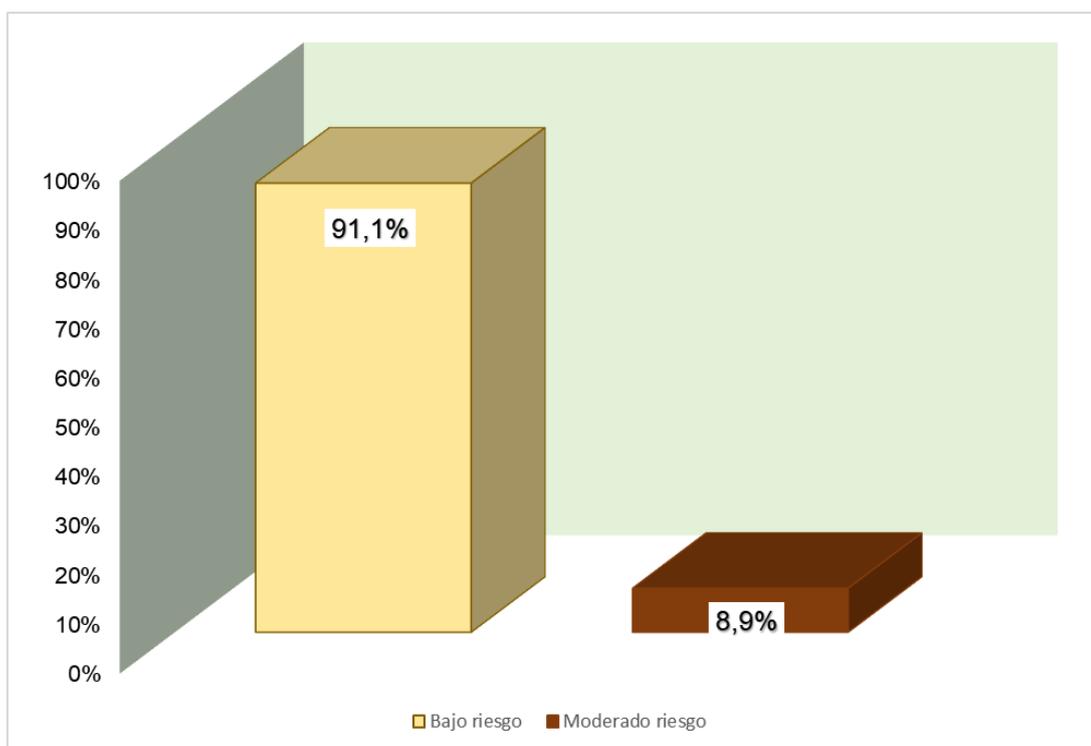


Figura 3. Conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes

La tabla 3, expone que de 112 estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, el 91,1% (n= 102) presenta conductas alimentarias de riesgo en bajo nivel, mientras que, el 8,9% (n=10) evidencia conductas alimentaria de riesgo en un nivel moderado.

Tabla 4. Prueba de correlación entre las variables y dimensiones de investigación

Correlación de variables y dimensiones		Ansiedad	
		Coefficiente de correlación	Significancia (bilateral)
Rho de Spearman	Dimensión: Atracón – purga	0,541	0,000
	Dimensión: Medidas compensatorias	0,332	0,000
	Dimensión: Restricción	0,262	0,005
N° de casos		112	112

En base a la tabla 4, podemos determinar que:

En el primer indicador se obtiene un coeficiente de correlación de 0,541 y un nivel de significancia de 0.000, estos valores señalan una relación moderadamente fuerte y positiva entre la ansiedad y la frecuencia de atracones y purgas, sugiriendo que a medida que aumenta el nivel de ansiedad, también aumenta la probabilidad de que los universitarios experimenten episodios de atracones.

En el segundo indicador, se obtiene un coeficiente de correlación de 0,332, aunque menor que el anterior, sigue siendo estadísticamente significativo ($p= 0,000$). Esto indica una relación positiva entre la ansiedad y la frecuencia de medidas compensatorias, como el ejercicio excesivo o el ayuno, sin necesariamente estar precedidas de un atracón.

Finalmente, en el tercer indicador se obtiene un coeficiente de correlación de 0,262 y un nivel de significancia de 0,005, estos resultados sugieren una relación positiva, aunque más débil, entre la ansiedad y la tendencia a restringir la ingesta de

alimentos, esto implica que los universitarios más ansiosos podrían ser más propensos a limitar ciertos alimentos de su dieta.

4.2. Discusión:

La universidad es una etapa de grandes cambios y desafíos, lo que puede generar altos niveles de estrés y ansiedad en los estudiantes. Esta ansiedad, a su vez, puede desencadenar una serie de conductas alimentarias desadaptativas tales como los atracones, las purgas y/o restricciones alimentarias. Frente a ello, se decidió abordar esta problemática en la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, en donde se contó con la participación de 112 universitarios. Así mismo, se planteó como interrogante de investigación ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024?

A través de la tabla 1 se identificó que aquellos estudiantes con niveles de ansiedad moderada presentaban conductas alimentarias de riesgo, en tal sentido se pudo fundamentar que existe una relación estadísticamente significativa y moderadamente positiva entre los niveles de ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes ($p= 0,000$). Esto significa que, a medida que aumenta el nivel de ansiedad en los estudiantes, también tiende a incrementarse la frecuencia con la que estos realizan conductas alimentarias consideradas de riesgo. Es decir, existe una asociación clara entre ambas variables, sugiriendo que la ansiedad podría ser un factor que influye en la adopción de hábitos alimentarios poco saludables en este grupo poblacional.

Se guarda relación con Bautista, et al³¹, el autor trabajó con una muestra de 572 universitarios mexicanos, logrando comprobar que el porcentaje de conductas alimentarias de riesgo entre los estudiantes con ansiedad fue mayor (22,5%) con respecto a los que no manifestaron ansiedad (11, 7%), en tal sentido concluyó que un gran porcentaje de estudiantes que presentaron conductas alimentarias de riesgo tuvieron un nivel de ansiedad moderado. Así mismo, se guarda relación con Gonzáles y Sandoval³³, puesto que en su investigación, después de trabajar con una muestra de 136 universitarios concluyó que si existe una relación significativa

y baja entre las variables en estudio ($\rho = ,352$ y $p = ,000$). Se concuerda con Mamani³⁶, quien al analizar una muestra de 133 universitarios determinó que aquellos que fueron identificados con un nivel de ansiedad de moderado a severo si presentaron conductas alimentarias de riesgo en el 9% y el 8,3% de los casos.

Estos resultados convergentes, refuerzan la hipótesis de que la ansiedad es un factor psicológico relevante en la desarrollo y mantenimiento de las conductas alimentarias de riesgo en los universitarios. La explicación más acertada para esta asociación es que la ansiedad puede funcionar como un mecanismo de afrontamiento disfuncional, llevando a los estudiantes a utilizar la comida como una forma de regular sus emociones.

De acuerdo, con el primer objetivo específico, identificar el nivel de ansiedad en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. La tabla 2, deja en evidencia que el 66,1% de universitarios presenta un bajo nivel de ansiedad, caso contrario y en menor proporción, un 33,9% reflejan una ansiedad moderada. Al contrastar los resultados, se encontró una similitud con los hallazgos obtenidos por Jiménez y Marlo³⁵ en el año 2023, Gonzáles y Sandoval³³ en el año 2020, Paredes³⁸ en el año 2020. En mencionadas investigaciones que fueron realizadas en universitarios, se concluyó que la presencia de ansiedad estaba presente en más del 30% de los casos, resaltando que existió un predominio de los niveles de ansiedad entre moderado y severo.

Los hallazgos pueden ser explicados debido la agrupación de factores académicos, sociales, psicológicos y culturales, los cuales generan una alta prevalencia de ansiedad en los universitarios. Así mismo, se resalta que la ansiedad en los universitarios no es un problema individual, sino un fenómeno complejo que refleja las presiones de la sociedad actual. La cultura de la competencia, la sobrecarga de información y la búsqueda constante de la perfección contribuyen a crear un ambiente que favorece el desarrollo de la ansiedad en sus distintos niveles.

El segundo objetivo específico pretendió identificar las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. Ante eso, la tabla 3 reveló que el 91,1% presentó conductas alimentarias de riesgo en bajo nivel, mientras que, el 8,9% evidenció conductas alimentarias de riesgo en un nivel moderado.

Al contrastar los resultados obtenidos, se discrepó con los evidenciados por Jiménez y Marlo³⁵, quienes encontraron en su población una tendencia del 56,2% a desarrollar conductas alimentarias de riesgo. Así mismo, se está en desacuerdo con Santos³⁴, quien al analizar a 100 universitarios concluyó que el 37% indicó que a veces realiza ayunos para perder peso, el 34% señaló que con mucha frecuencia pierde el control sobre lo que consume, y el 35% refirió realizar actividad física con mucha frecuencia para perder peso. Caso contrario, se concuerda con Mamani³⁶, puesto que en su muestra constituida por 133 universitarios de medicina presentaron conductas alimentarias de riesgo en menos del 20% de los casos.

La baja prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en un nivel moderado o severo entre estudiantes de nutrición, en contraste con otros grupos universitarios, puede explicarse por varios factores. Su formación especializada les otorga un conocimiento profundo sobre los trastornos de la conducta alimentaria, permitiéndoles identificar y evitar comportamientos perjudiciales. Además, la motivación intrínseca por la salud y la alimentación, así como la identificación con su futura profesión, los impulsa a adoptar hábitos saludables. El perfil de ingreso de estos estudiantes, generalmente con mayor interés por la salud y el bienestar, también podría influir en estos resultados. Sin embargo, es crucial considerar que esta baja prevalencia no implica una ausencia total de riesgo.

Finalmente, el tercer objetivo específico buscó relacionar el nivel de ansiedad y las dimensiones de la conducta alimentaria de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. En base a ello, la tabla 4 indicó que la dimensión atracón – purga ($\rho=0,541$ y $p=0,000$), la dimensión medidas compensatorias ($\rho=0,332$ y $p=0,000$) y la dimensión restricción ($\rho=0,262$ y $p=0,005$) se encuentran significativamente relacionadas con los niveles de ansiedad en los universitarios. Sin embargo, la fuerza de esta asociación varía según la dimensión de la conducta alimentaria considerada, los atracones y purgas parecen ser la dimensión más fuertemente relacionada con la ansiedad, seguida de las medidas compensatorias y, en menor medida, de las restricciones alimentarias.

Estos resultados concuerdan con Chaname³, y es que el autor también encontró una asociación positiva entre una de las variables y las dimensiones de otra, tal es el caso, que en su investigación indicó que las conductas alimentarias se

encuentran relacionadas significativamente con las dimensiones de la ansiedad, tanto de forma afectiva ($p= 0,000$), cognitiva ($p= 0,000$) y somática ($p=0, 000$). De la misma forma, se concuerda con Jiménez y Marlo³⁵ puesto que los autores establecieron que existe una relación significativa entre la ansiedad y las dimensiones de dieta ($p= 0,000$), preocupación-comida ($p= 0,000$) y control oral ($p= 0,000$).

Esta concordancia, se fundamenta en que la ansiedad puede desencadenar una búsqueda de alivio inmediato, y la comida puede convertirse en un mecanismo de afrontamiento temporal para reducir el malestar emocional, los atracones, por ejemplo, pueden ser una respuesta impulsiva a sentimientos de angustia o estrés, así mismo, la ansiedad a menudo se acompaña de pensamientos negativos y distorsionados sobre el cuerpo, la alimentación y el control personal, estos pensamientos pueden llevar a conductas restrictivas, purgativas o de sobrealimentación.

La investigación presentó ciertas limitaciones, entre ellas, se destaca el posible sesgo en la selección de la muestra, y es que aquellos estudiantes de Nutrición y Dietética que experimentan conductas alimentarias de riesgo podrían sentirse avergonzados o estigmatizados y por ende evitar participar en el estudio por temor a ser juzgados. De la misma manera, el reporte de los datos, se puede ver afectado, debido a que los participantes podrían tender a subestimar o sobreestimar la frecuencia y la gravedad de sus síntomas de ansiedad y conductas alimentarias de riesgo, buscando proyectar una imagen socialmente deseable.

V. CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos en la investigación, permitieron concluir que:

Existe relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024 ($p= 0,000$).

Se observó que el 33,9% de los universitarios, presentaron niveles de ansiedad moderados, este porcentaje resalta la necesidad de intervenciones preventivas y terapéuticas dirigidas a reducir los niveles de ansiedad y mejorar el bienestar emocional de los estudiantes.

Se identificó que el 8,9% de los estudiantes de Nutrición y Dietética evaluados presentaron un riesgo moderado a desarrollar conductas alimentarias inadecuadas. Los resultados sugieren que la restricción alimentaria, los atracones y las medidas compensatorias son conductas que prevalecen en este grupo.

La ansiedad se encuentra estadística y significativamente relacionada a las dimensiones atracón-purga ($p=0,000$), medidas compensatorias ($p=0,000$) y restricciones ($p=0,005$). Estos resultados respaldan la hipótesis de que la ansiedad está significativamente asociada con la presencia de conductas alimentarias de riesgo en los universitarios.

VI. RECOMENDACIONES

De acuerdo a las conclusiones obtenidas, se recomienda:

A la Universidad Nacional de Tumbes, crear una red de apoyo para los universitarios que estén experimentando ansiedad o que necesiten orientación sobre temas relacionados con la alimentación. Así mismo, es importante establecer colaboraciones entre los diferentes departamentos de la universidad, como psicología, nutrición y medicina, para abordar de manera conjunta los problemas de salud mental y los trastornos de la conducta alimentaria.

A la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, incorporar talleres y cursos orientados a la salud mental, dado que es crucial que la escuela integre en su malla curricular actividades que aborden temas como la ansiedad, el estrés y el manejo de emociones. Estos talleres podrían incluir técnicas de relajación y gestión del estrés, así como información sobre los trastornos de la conducta alimentaria y sus factores de riesgo.

A las instituciones de salud de la región Tumbes, establecer alianzas estratégicas con la Universidad Nacional de Tumbes para desarrollar programas integrales de prevención de trastornos alimentarios y el manejo de la ansiedad. Estos programas deben incluir la participación activa de profesionales de la nutrición y de la salud mental, quienes trabajarán de manera conjunta en la identificación temprana de casos de riesgo y en la implementación de intervenciones personalizadas dirigida a la población universitaria.

A futuros investigadores, replicar este estudio en otros grupos de estudiantes de nutrición y dietética, así como en otras carreras universitarias, para generalizar los resultados y obtener una visión más completa del problema.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Antoñanzas J. et al. Niveles de ansiedad y su relación con la personalidad y la inteligencia emocional percibida en el alumnado de magisterio. Revista de la Facultad de Educación de Albacete. 2019. 34(2): 181-194. [citado el 21 de enero del 2024]. Disponible en: <https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/1970>
2. Ciccioli H, et al. Ansiedad y trastornos de la conducta alimentaria: estudio empírico sobre una muestra clínica y una muestra control. Rev. Nutrición investiga. [citado el 20 de enero del 2024]. 154-194. Disponible en: https://escuelanutricion.fmed.uba.ar/revistani/pdf/19b/ncl/866_c.pdf
3. Chaname M. Conductas alimentarias en riesgo y ansiedad en mujeres estudiantes de un instituto superior tecnológico público de la provincia de Ferreñafe. [Tesis de pregrado]. Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2023. [citado el 28 de diciembre del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11295/Mayra%20Sofia%20Chaname%20%26%20Diana%20Lisbeth%20Sanchez.pdf?sequence=12&isAllowed=y>
4. Ramírez M, et al. Conductas alimentarias de riesgo y su asociación con el exceso de peso en adolescentes del Istmo de Tehuantepec, Oaxaca: un estudio transversal. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2021. [citado el 25 de enero del 2024]. 25(2): 246-255. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/renhyd/v25n2/2174-5145-renhyd-25-02-246.pdf>
5. Samatán E y Ruiz P. Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes durante pandemia covid-19: estudio transversal. Rev. Psiquiatría infanto-juvenil. 2021. [citado el 28 de diciembre del 2023]. Disponible en: <https://www.aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/view/402/777>

6. Martínez V. Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación. Ensayos. Revista de la Facultad de Educación de Albacete. 2014. [citado el 25 de enero del 2024]. 29(2): 63-78. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4911675.pdf>
7. Pineda G. et al. Ansiedad como predictor del riesgo de anorexia y bulimia: Comparación entre universitarios de Baja California y Ciudad de México. Rev. Mex. de trastor. Aliment. 2017. [citado el 25 de enero del 2024]. 8(1): 49-55. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v8n1/2007-1523-rmta-8-01-00049.pdf>
8. Arija V., et al. Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. Nutr. Hosp. 2022. [citado el 19 de enero del 2024]. 39(2): 8-15. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v39nspe2/0212-1611-nh-39-nspe2-8.pdf>
9. Phillipou A, et al. Conductas de alimentación y ejercicio en los trastornos alimentarios y la población general durante la pandemia de COVID-19 en Australia: resultados iniciales del proyecto COLLATE. International J Eat Disord. 2020. [citado el 19 de enero del 2024]. 53(7): 1158-1165. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S0034-8597202200010006600012&lng=en
10. Schlegl S, et al. Trastornos alimentarios en tiempos de la pandemia de COVID-19-Resultados de una encuesta online a pacientes con anorexia nerviosa. Int J Eat Disord. 2020. [citado el 20 de enero del 2024]. 53(11):1791-1800. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32841413/>
11. El peruano. EsSalud alerta sobre aumento de casos de trastornos alimentarios en adolescentes desde los 11 años. Lima, Perú. 2021. [citado el 20 de enero del 2024].
12. Jahrami H., et al. La relación entre riesgo de trastornos alimentarios, edad, género e índice de masa corporal en estudiantes de medicina: una metarregresión. Eat Weight Disord EWD. 2019. [citado el 19 de enero del 2024]. 24:169–177. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30430465/>

13. Vega G. Imagen corporal percibida y trastornos alimenticios en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2023. [Tesis de pregrado]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2023. [citado el 29 de diciembre del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/64607>
14. Jiménez M. Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en adolescentes de 13 a 18 años, Tumbes, 2022. [Tesis de pregrado]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2022. [citado el 19 de enero del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/63776>
15. Ramos F. Relación entre conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en estudiantes de una universidad pública, Lima-2017. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2019. [citado el 05 de enero del 2024]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/11834/Ramos_hf.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Riveros M., et al. Niveles de Depresión y ansiedad en estudiantes Universitarios de Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Mayor de San Marcos; 2007. [citado el 05 de enero del 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2348649.pdf>
17. Díaz I. y De la iglesia G. Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. Summa Psicológica. 2019. [citado el 19 de enero del 2024]. 16(1): 42 – 50. Disponible en: https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/130624/CONICET_Digital_Nro.a764ef5c-f4f8-482b-80a5-a45aa69363a6_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
18. Navas W. y Vargas M. Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica. 2012. [citado el 10 de enero del 2024]. 60(4): 497-507. Disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/604/art11.pdf>

19. Jiménez A y Marlo L. Depresión y ansiedad asociadas al trastorno de conductas alimentarias en internos de medicina de la Universidad Señor de Sipán, 2023. [Tesis de pregrado]. Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2023. [citado el 11 de enero del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10842/Jimenez%20Segura,%20Alexandra%20&%20Marlo%20Manayay,%20Liang.pdf?sequence=11>
20. Villanueva L. y Ugarte A. Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa. Unife. 2017. [citado el 10 de enero del 2024]. 25(2): 153-169. Disponible en: https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/NIVELES%20DE%20ANSIEDAD.pdf
21. Gómez A. Ansiedad. Libella Psicología. [citado el 15 de enero del 2024]. Disponible en: <https://libellapsicologia.es/tratamientos-y-trastornos/psicoterapia-para-adultos/ansiedad/>
22. Clínica Universidad de Navarra. Ansiedad. [citado el 21 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/ansiedad>
23. Torrents R, et al. Ansiedad en los cuidados. Una mirada desde el modelo de Mishel. Index Enferm. 2013. [citado el 19 de enero del 2024]. 22(1): 60-64. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962013000100013#:~:text=Se%20define%20como%20una%20respuesta,nervioso%20simp%C3%A1tico%20\(SNA\)%20y%20la](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962013000100013#:~:text=Se%20define%20como%20una%20respuesta,nervioso%20simp%C3%A1tico%20(SNA)%20y%20la)
24. Alonso P. et al. Guía de práctica clínica sobre menopausia y posmenopausia: tratamiento de los síntomas vasomotores y vaginales. Rev. Aten Primaria. 2005. [citado el 18 de enero del 2024]. 36(5): 1-8. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-13079164>
25. Godoy C. et al. Factores protectores y de riesgos en conductas alimentarias de madres e hijos. Revista de psicología. 2020. [citado el 25 de enero del 2024]. 29(2): 1-13. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/revpsicol/v29n2/0719-0581-revpsicol-29-2-00061.pdf>

26. Cuadro E, y Baile J. El trastorno por atracón: análisis y tratamientos. Rev. Mex. De trastor. aliment. 2015. [citado el 25 de enero del 2024]. 6(2): 97-107. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v6n2/2007-1523-rmta-6-02-00097.pdf>
27. Stanford Medicine. Bulimia nervosa. [citado el 21 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=bulimianervosa-85-P03844#:~:text=Los%20ciclos%20de%20atracones%20y,ocultar%20su%20problema%20durante%20a%C3%B1os>.
28. Andrade D. Conductas compensatorias: un acercamiento. Universidad Latina de América. 2021. [citado el 28 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.unla.mx/blogunla/conductas-compensatorias-un-acercamiento>
29. Cruz R, et al. Restricción alimentaria y conductas de riesgo de trastornos alimentarios en estudiantes de nutrición. Rev. Psicología y salud. 2008. [citado el 25 de enero del 2024]. 18(2): 189-198. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/291/29118205.pdf>
30. Bernal I. Factores de riesgo de un Trastorno de la Conducta Alimentaria en estudiantes jóvenes de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio. [Tesis de grado]. Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia; 2023. [citado el 18 de enero del 2024]. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/2d25277d-d0a2-47fb-8fe4-50b01298e15b/content>
31. Bautista A, et al. Artículo Original Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19: Un estudio transversal. Nutr. Clín. Diet. Hosp. [Internet] 2023 [Fecha de acceso 19 de julio del 2024]. 43(2): 97 – 105. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/368>
32. Castro V, et al. Influencia de la ansiedad e insatisfacción corporal sobre conductas alimentarias de riesgo en una muestra de mujeres adolescentes de México. Revista Europea de Desarrollo Infantil, Educación y Psicopatología. 2021. 9(2): 1 – 12. [citado el 19 de enero del 2024]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/357001973_Influencia_de_la_ansiedad_e_insatisfaccion_corporal_sobre_conductas_alimentarias_de_riesgo_en_una_muestra_de_mujeres_adolescentes_de_Mexico

33. Gonzáles L y Sandoval S. Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de licenciatura en enfermería de una universidad privada del Estado de Puebla en el año 2020. [Tesis de pregrado]. México: Universidad de las Américas Puebla; 2021. [citado el 25 de enero del 2024]. Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lef/gonzalez_negrete_d/etd_2051020622482.pdf
34. Santos V. Conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios. [Tesis de pregrado]. México: Universidad de Monterrey; 2020. [citado el 19 de enero del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.udem.edu.mx/bitstream/61000/3484/1/33409003141607.pdf>
35. Jiménez A. y Marlo L. Depresión y ansiedad asociadas al trastorno de conductas alimentarias en internos de medicina de la Universidad Señor de Sipán, 2023. [Tesis de pregrado]. Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2023. [Fecha de acceso: 19 de julio del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10842/Jimenez%20Segura,%20Alexandra%20&%20Marlo%20Manayay,%20Liang.pdf?sequence=11>
36. Mamani G. Asociación entre nivel de ansiedad y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de preclínica de medicina humana de la Universidad Andina del Cusco, en el periodo mayo-junio del año 2022. [Tesis de pregrado]. Cusco: Universidad Andina del Cusco; 2023. [citado el 25 de enero del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/5539/Gionella_Tesis_bachiller_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y
37. Rivera A, et al. Asociación entre la conducta alimentaria y niveles de ansiedad, estrés y depresión en estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana, 2021. Rev Esp Nutr Comunitaria 2022; 28(4): 1-10. [citado el 28 de enero del 2024]. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-22-0047_Mnuscrito_final.pdf

38. Paredes J. Asociación entre riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes de medicina durante aislamiento social. Trujillo año 2020. [Tesis de pregrado]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2020. [citado el 29 de enero del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/6901>
39. Chávez E, et al. Conductas alimentarias y sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes de nutrición. Rev. Mex. de trastor. Aliment. 2012. 3(1): 29 – 37. [citado el 29 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v3n1/v3n1a4.pdf>
40. Hernández R. y eat. Metodología de la Investigación. 6ta edición. México. 2014. [citado el 29 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
41. Nima H. Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck en el departamento de Tumbes -2022. [Tesis de pregrado]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2023. [citado el 01 de febrero del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/64446/TESIS%20-%20NIMA%20BERRU.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
42. Unikel C. et al. Validación de un cuestionario breve para medir conductas alimentarias de riesgo. Salud pública Méx. 2004. 46(6): 509 – 515. [citado el 01 de febrero del 2024]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v46n6/22563.pdf>
43. Código de ética del Investigador. Resolución N°301-2018/UNTUMBES-CU. Perú, Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes. 2018. [citado el 01 de febrero del 2024]. Disponible en: <https://www.untumbes.edu.pe/vice-investigacion/wp-content/uploads/2019/11/34.1-CodigoEtica-Resolucion-N%C2%B0-0301-2018-UNTUMBES-CU.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Metodología
<p>¿Cuál es la relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación estadística entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de ansiedad en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes • Identificar las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la 	<p>H₁: Existe relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024.</p> <p>H₀: No existe relación entre la ansiedad y las conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y</p>	<p>Variable independiente Ansiedad</p> <p>Variable dependiente Conductas alimentarias de riesgo</p>	<p>Tipo de investigación Descriptivo, correlacional</p> <p>Diseño de investigación No experimental, de corte trasversal.</p> <p>Muestra censal: 112 estudiantes pertenecientes al I, III y V ciclo de la Escuela Profesional de</p>

<p>Nacional de Tumbes, 2024?</p>	<p>Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes.</p> <ul style="list-style-type: none"> •Relacionar el nivel de ansiedad y las dimensiones de la conducta alimentaria de riesgo en los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. 	<p>Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024.</p>		<p>Nutrición y Dietética – Universidad Nacional de Tumbes.</p> <p>Muestreo:</p> <p>Muestreo aleatorio simple</p> <p>Técnica de recolección:</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumento de recolección:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario de ansiedad de Beck (BAI) - Cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR)
----------------------------------	---	---	--	--

Anexo 2: Operalización de variables

Variable independiente	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala valorativa	Escala de medición
Ansiedad	Navas y Vargas ¹⁸ , definen a la ansiedad como una emoción que experimenta el individuo frente a acontecimientos indeterminados que representan una posible amenaza, preparándolo para responder frente a ellos a través de una serie de reacciones fisiológicas,	Se aplicará el cuestionario de Beck a los 60 estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética que cumplan con los criterios de selección a fin de conocer el nivel de	Subjetiva	<ul style="list-style-type: none"> - Estrés - Temor - Inseguridad - Nerviosismo - Pérdida de control - Miedo a la muerte 	Nivel de ansiedad	Ordinal
			Neurofisiológica	<ul style="list-style-type: none"> - Sensación de hormigueo - Mareos - Temblor en generalizado o en manos o en piernas - Indigestión - Palidez 	Bajo (0 – 20 puntos)	
			Respuesta autonómica	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento del ritmo cardiaco - Dificultad respiratoria 	Moderado (21 – 41 puntos)	

	cognitivas conductuales.	y/o	ansiedad presentan.	que	Síntomas vasomotores	<ul style="list-style-type: none">- Sensación de calor- Rubor facial- Sudoración fría o caliente		
--	-----------------------------	-----	------------------------	-----	-------------------------	--	--	--

Variable dependiente	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala valorativa	Escala de medición
Conductas alimentarias de riesgo	Chávez, et al ³⁹ expone que las conductas alimentarias de riesgo son problemas de carácter psicopatológico que generan en el individuo comportamientos alimentarios anómalos. Comúnmente su aparición está relacionada con el miedo a engordar.	Se aplicará el cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo a los 60 estudiantes que formen parte de la investigación y que cumplan con los criterios de selección, a fin de conocer si presentan estos riesgos o no.	Atracón – purga	<ul style="list-style-type: none"> - Ingesta de alimentos excesiva - Pérdida de control alimentario - Vómitos - Ayunos 	Conductas alimentarias de riesgo No presenta (0 – 10 puntos) Sí presenta (11 – 30 puntos)	Nominal
			Medidas compensatorias	<ul style="list-style-type: none"> - Ingesta de pastillas para perder peso - Ingesta de diuréticos - Ingesta de laxantes 		
			Restricción	<ul style="list-style-type: none"> - Preocupación a engordar - Dietas restrictivas - Ejercicio excesivo 		

Anexo 3. Instrumentos para la recolección de datos en investigación

Instrucciones:

Estimado(a) participante a continuación, se le entregarán dos cuestionarios que tienen por finalidad poder medir sus niveles de ansiedad, así como también las conductas alimentarias de riesgo que pueda presentar.

Es importante recordarle que el cuestionario a desarrollar es de carácter confidencial garantizando de esa manera su completo anonimato.

Características sociodemográficas:

Edad:

() 16 y 18 años

() 18 y 20 años

() Mayor a 20 años

Género:

() Masculino

() Femenino

Lugar de procedencia:

() Tumbes

() Contralmirante Villar

() Zarumilla

I. Cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR)

Nos gustaría saber tu opinión respecto a tus hábitos alimenticios en los últimos 3 meses. Lee cada pregunta y señala con una X la respuesta que más te identifique.

Nunca	A veces	Con frecuencia (2 veces en una semana)	Con mucha frecuencia (más de 2 veces en una semana)
0	1	2	3

Ítem	Pregunta	0	1	2	3
01	Me ha preocupado engordar.				
02	En ocasiones he comido demasiado, me he atascado de comida.				
03	He perdido el control de lo que como (tengo la sensación de no poder parar de comer)				
04	He vomitado después de comer para tratar de bajar de Peso.				
05	He hecho ayunos (dejar de comer por 12 horas o más).				
06	He hecho dietas para tratar de bajar de peso.				
07	He hecho ejercicio para tratar de bajar de peso.				
08	He usado pastillas para tratar de bajar de peso. Si la respuesta es afirmativa especifica cuales.				
09	He tomado diuréticos (sustancia para perder agua) para tratar de bajar de peso. Si la respuesta es afirmativa especifica cuales.				
10	He tomado laxantes (sustancia para facilitar la evacuación) para tratar de bajar de peso. Si la respuesta es afirmativa especifica cuales.				

II. Cuestionario de ansiedad de Beck (BAI)

Estimado(a) participante, lea cada uno de los ítems atentamente, e indique con una "X" la respuesta que más lo identifique, dependiendo el grado en el que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana incluyendo hoy.

En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
0	1	2	3

Ítem	Pregunta	0	1	2	3
01	Sensación de hormigueo en el cuerpo				
02	Sensación de calor.				
03	Debilidad, temblor en las piernas.				
04	Incapacidad para relajarse				
05	Con temor a que ocurra lo peor				
06	Mareos, vértigo				
07	Palpitaciones, aumento del ritmo cardiaco.				
08	Sensación de inestabilidad o inseguridad.				
09	Sensación de estar aterrorizado.				
10	Sensación de nerviosismo.				
11	Sensación de ahogo.				
12	Temblor de manos.				
13	Temblor generalizado o estremecimiento.				
14	Miedo a perder el control.				
15	Dificultad para respirar.				
16	Miedo a morir.				
17	Sobresaltos, con miedo, asustadizo				
18	Indigestión o molestias				
19	Palidez, sensación de desmayo.				
20	Rubor facial.				
21	Sudoración, fría o caliente (no por acción del calor)				

Muchas gracias por su colaboración....

Anexo 4. Baremos de puntuación de los cuestionarios

Cuestionario de ansiedad de Beck (BAI)

Variable y dimensiones	Niveles de ansiedad		
	Nivel bajo	Nivel moderado	Nivel alto
Variable: Ansiedad	0 – 20 puntos	21 – 41 puntos	42 – 63 puntos
Dimensión subjetiva	0 – 6 puntos	7 – 13 puntos	14 – 21 puntos
Dimensión neurofisiológica	0 – 7 puntos	8 – 15 puntos	16 – 24 puntos
Dimensión autonómica	0 – 2 puntos	3 – 5 puntos	6 – 9 puntos
Dimensión síntomas vasomotores	0 – 2 puntos	3 – 5 puntos	6 – 9 puntos

Cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR)

Variable y dimensiones	Conductas alimentarias de riesgo	
	No presenta	Sí presenta
Variable: Conductas alimentarias de riesgo	0 – 10 puntos	11 - 30 puntos
Dimensión atracón – purga	0 – 4 puntos	5 – 8 puntos
Dimensión medidas compensatorias	0 – 3 puntos	4 – 6 puntos
Dimensión restricción	0 – 3 puntos	4 – 6 puntos

Anexo 5. Confiabilidad del cuestionario de ansiedad de Beck (BAI)

Confiabilidad por consistencia interna del BAI en Tumbes -2022

Instrumento	Ω_1 (n de ítems)	Ω_2 (n de ítems)
(BAI)	.94	.93
D1: Subjetivo	.89 (7)	.89 (7)
D2: Neurofisiológico	.84 (8)	.82 (7)
D3: Autonómico	.83 (3)	.83 (3)
D4: Síntomas Vasomotores	.65 (3)	.65 (3)

Nota. Ω_1 : Coeficiente de consistencia interna del modelo original de 21 ítems; Ω_2 : Coeficiente de consistencia interna del modelo propuesto de 20 ítems. Fuente: elaboración propia.

Anexo 6. Confiabilidad del cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR)

<i>Item</i>	<i>Cargas factoriales</i>			
Factor 1. Atracón-purga				
2 En ocasiones he comido demasiado, me he atascado de comida	0.837			
3 He perdido el control sobre lo que como (tengo la sensación de no poder parar de comer)	0.816			
4 He vomitado después de comer, para tratar de bajar de peso	0.714			
5 He hecho ayunos (dejar de comer por 12 hrs o más) para tratar de bajar de peso	0.558			
Factor 2. Medidas compensatorias				
8 He usado pastillas para tratar de bajar de peso	0.785			
9 He tomado diuréticos (sustancia para perder agua) para tratar de bajar de peso	0.791			
10 He tomado laxantes (sustancia para facilitar la evacuación) para tratar de bajar de peso	0.770			
Factor 3. Restricción				
1 Me ha preocupado engordar	-0.730			
6 He hecho dietas para tratar de bajar de peso	-0.618			
7 He hecho ejercicio para tratar de bajar de peso	-0.904			
	Valores Eigen	4.2	1.2	1.0
	Porcentaje de varianza total explicada	42.3	12.0	10.2
	Confiabilidad	0.74	0.72	0.76
Confiabilidad total 0.83				

Anexo 7. Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov

Pruebas de normalidad: Kolmogórov-Smirnov		Estadístico	Gl	Sig.
Variable	Ansiedad	0,119	112	0,001
	Conductas alimentarias de riesgo	0,175	112	0,000
Dimensión	Atracón-Purga	0,132	112	0,000
	Medidas compensatorias	0,486	112	0,000
	Restricción	0,11	112	0,002

Los resultados de p-valoré ($p < 0,05$) dejan evidencia para afirmar que los datos no siguen una distribución normal.

Anexo 8. Solicitud para la aplicación del instrumento

“Año del bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

SOLICITO: Autorización para la aplicación de instrumentos de investigación.

Tumbes, Agosto del 2024

Mg. Leydi Tatiana Ramírez Neira

Directora de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes

Yo, Katherin Yanella Monteza Flores, identificada con DNI 73129433, me dirijo a Usted muy respetuosamente para SOLICITAR me autorice poder aplicar dos cuestionarios: Cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo (CBCAR) y Cuestionario de ansiedad de Beck (BAI), en los estudiantes del I, III y V ciclo de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, con la finalidad de poder recolectar datos necesarios para mi proyecto de investigación titulado: **Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024**, requisito indispensable para obtener el título de Licenciada en Nutrición y Dietética.

En tal sentido, agradeceré de ante mano la atención que le brinde a la presente.

Atentamente



Katherin Yanella Monteza Flores

Tesista

Anexo 9. Autorización de ejecución



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELAS ACADÉMICO PROFESIONAL DE NUTRICION Y DIETETICA
Ciudad Universitaria – Pampa Grande
TUMBES-PERU



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACION DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACION DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

Tumbes 24 de agosto de 2024

OFICIO N° 167-2024/UNTUMBES-FCS-ENYD-D

Señorita: Br. MONTEZA FLORES, KATHERIN YANELL
Egresada de la Escuela de Nutricion y dietetica

ASUNTO: Alcanzo respuesta de ejecución de proyecto

REFERENCIA: solicitud de egresadas

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo como Directora de la Escuela de Nutrición y Dietética; y a la vez comunicarle que la Escuela en mención si les sedera el permiso para que pueda ejecutar su proyecto de tesis con los estudiantes de acuerdo al horario que pueda el estudiante

Aprovecho la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y deferente estima personal.

Atentamente


UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
Mg. Leydi T. Ramirez Neira
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Archivo
Mg. LTRN/Directorar
Patricia Guevara Paz/Sec

Anexo 10. Consentimiento informado

Estimado(a) estudiante de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, ante usted expongo:

Soy la bachillera Katherin Yanella Monteza Flores, egresada de la Universidad Nacional de Tumbes - Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, la cual está realizando una investigación titulada: **Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024.** Su participación para este estudio, consiste en el desarrollo de dos (02) cuestionarios, en donde a través de una "X" indicará la respuesta con la que se sienta más identificado. Su participación durante esta investigación será **de carácter voluntario y confidencial**, contando con la garantía de que sus nombres y apellidos no serán utilizados en ningún documento cuando los resultados de esta investigación sean publicados.

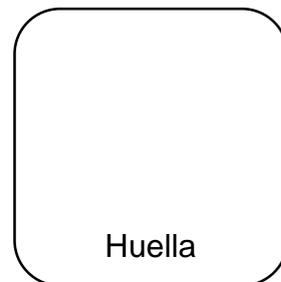
En base a lo leído y absueltas todas las dudas que presente, si desea participar deberá completar la siguiente esquela:

Yo.....

identificado(a) con DNI declaro haber recibido y entendido la información brindada para el desarrollo de los cuestionarios. En tal sentido y en pleno uso de mis facultades mentales, expongo que **BRINDO DE FORMA VOLUNTARIA MI CONSENTIMIENTO** para participar en el estudio: Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2024, realizado por la bachillera Katherin Yanella Monteza Flores.

Sí ()

No ()



FIRMA

Tumbes de....., 2024

Anexo 11. Evidencias fotográficas

