



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**TRASTORNOS ALIMENTICIOS EN
ADOLESCENTES EN TIEMPOS DE
CRISIS SANITARIA COVID – 19: UNA
REVISIÓN DOCUMENTAL**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**SOL MARIA STEPHANY GRANDA
GAMARRA**

LIMA – PERÚ

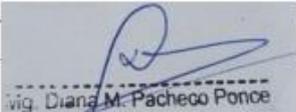
2024

TRASTORNOS ALIMENTICIOS EN ADOLESCENTES EN TIEMPOS DE CRISIS SANITARIA COVID - 19: UNA REVISIÓN DOCUMENTAL

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS



1	sifp.psico.edu.uy Fuente de Internet	1%
2	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%

MIEMBROS DEL JURADO

Dr. Carlos Alberto Lopez Villavicencio

Presidente

Mg. Rita Selene Orihuela Anaya

Vocal

Mg. Heinnet Abdalí Panez Salazar

Secretario

ASESOR DE TESIS

Mg. Diana Marizol Pacheco Ponce

DEDICATORIA

A Dios

A mis padres

A mi abuela Nelly

A mi abuelo Andrés

A bu y Doki

AGRADECIMIENTOS

"Quiero expresar mi profundo agradecimiento a mis padres, quienes han sido mi mayor apoyo. A mi abuela Nelly y abuelo Andrés, por su sabiduría y cariño que siempre han iluminado mi camino. A mis adoradas mascotas, fuente constante de alegría y compañía. A Dios, por guiar mis pasos y darme fuerzas en cada desafío. Y a mí asesora, por su invaluable orientación y dedicación en este proceso académico.

¡Gracias por ser parte fundamental de mi camino hacia el éxito!

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN

ABSTRACT

I. INTRODUCCIÓN	1
1.1. Presentación y justificación del tema	1
1.2. Conceptualización de la variable	4
1.3. Factores de los Trastornos de la conducta alimentaria	10
1.4. Impacto de los Trastornos de la conducta alimentaria.....	12
1.5. Intervención correctiva y preventiva de los Trastornos de la conducta alimentaria	12
1.6. Evaluación Psicológica de los Trastornos de la conducta alimentaria....	16
1.7. Aplicabilidad de los Trastornos de la conducta alimentaria en crisis sanitaria.....	18
II. METODOLOGÍA	22
III. ANÁLISIS DEL ESTADO DEL ARTE	24
IV. CONCLUSIONES	31
REFERENCIAS	33
ANEXOS	

RESUMEN

El propósito de esta investigación documental es analizar los estudios sobre el impacto que tuvo la crisis sanitaria provocada por la pandemia del Covid 19 en los trastornos alimenticios en la población adolescente a nivel nacional e internacional. Se proporcionan datos que facilitan la comprensión del tema principal, herramientas de evaluación y diagnóstico, enfoques teóricos para el tratamiento, estudios sobre el tema y el análisis crítico de los resultados obtenidos. Por tal motivo, se realizó una búsqueda en páginas académicas de DIALNET, REDALYC, SCIELO y Google Académico. Y de esta manera se seleccionó ocho investigaciones que abordaron el tema de interés, tomando en cuenta que dichos estudios se realizaron entre los años 2020 y 2024; de diseño no experimental, y sin grupo de control. Los estudios revisados demostraron un aumento significativo en la incidencia de estos trastornos, exacerbados por factores como el aislamiento, la presión social, y la exposición constante a estándares estéticos poco realistas promovidos por las redes sociales. Por ello, es fundamental implementar estrategias preventivas y de intervención temprana que consideren la complejidad biopsicosocial de los TCA y las necesidades específicas de los adolescentes. Además, se destaca la importancia de facilitar el ingreso equitativo a la atención médica y psicológica especializada para los adolescentes afectados, asegurando que reciban un tratamiento integral y adecuado.

Palabras clave: Trastornos alimenticios, conducta alimentaria, COVID – 19, crisis sanitaria, adolescentes.

ABSTRACT

The purpose of this documentary research is to analyze studies on the impact that the health crisis caused by the COVID-19 pandemic had on eating disorders in the adolescent population at the national and international levels. Data is provided that facilitates the understanding of the main theme, evaluation and diagnostic tools, theoretical approaches to treatment, studies on the subject, and critical analysis of the results obtained. For this reason, a search was conducted on academic pages of DIALNET, REDALYC, SCIELO, and Google Scholar. In this way, eight studies that addressed the topic of interest were selected, considering that these studies were conducted between 2020 and 2024; they were non-experimental in design and lacked a control group. The reviewed studies showed a significant increase in the incidence of these disorders, exacerbated by factors such as isolation, social pressure, and constant exposure to unrealistic aesthetic standards promoted by social media. Therefore, it is essential to implement preventive and early intervention strategies that consider the biopsychosocial complexity of eating disorders and the specific needs of adolescents. Additionally, the importance of facilitating equitable access to specialized medical and psychological care for affected adolescents is highlighted, ensuring that they receive comprehensive and appropriate treatment.

Keywords: Eating disorders, eating behavior, COVID-19, health crisis, adolescents

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Presentación y justificación del tema

El interés por el aspecto físico y el querer lucir un cuerpo delgado ha ido en aumento en los últimos años, lo que ha generado que las poblaciones se encuentren en una búsqueda constante por obtener un cuerpo perfecto. Lo cual llevado al extremo resultaría en la manifestación de algún desorden alimenticio. Según Brownell, Hotelling, Lowe y Rayfield citados por Martínez (2020), menciona que existe cuatro tipos de trastornos alimenticios: la anorexia nerviosa cuya sintomatología principal es la distorsión de la imagen, es decir se autodenominan gordos siendo extremadamente flacos; la bulimia que se describe por consumir cantidades excesivas de comida en un corto tiempo para luego realizar purgas o ejercicios extremos, el trastorno por atracón, que es el consumo excesivo de alimentos en grandes cantidades y finalmente, los trastornos de conducta alimentaria no especificados (TCANE), son aquellos pacientes que no desarrollan todas las características de diagnósticos anteriormente mencionados.

Los trastornos alimenticios constituyen la tercera condición crónica más común entre la población adolescente y juvenil siendo el sexo femenino el más afectado. Sin embargo, en los últimos años se evidenció un leve incremento en el sexo masculino, no obstante, el grupo femenino continúa siendo el más vulnerable (Martínez, 2020). Según Duarte y Mendieta (2019), indica que a nivel global la anorexia nerviosa se inclina entre 5 y 5.4 por cada 100,000 personas al año en mujeres de 15 a 19 años y en hombres de 10 a 24 años. En cuanto a la bulimia, se estima de 2 a 4% a nivel global que oscila desde 300 hasta 438 por 100,000 personas al año y en mujeres de 16 a 20 años.

La adolescencia, es considerada como un fenómeno que desencadena una serie de cambios a nivel fisiológico, psicológico, emocional y sociocultural. Según la OMS (2024), la etapa adolescente se comprende desde los 10 hasta los 19 años, durante ese periodo los adolescentes atraviesan una reestructuración de su imagen física y buscan adaptarse a los cambios fisiológicos mientras exploran su identidad y buscan encajar en su grupo social. Esta constante búsqueda de aceptación en función a los estándares de la sociedad es lo que conlleva a que los trastornos alimenticios salgan a flote y que afecten principalmente a las adolescentes mujeres, especialmente a deportistas, bailarinas y modelos. Según National Institute of Mental Health (2021), estos trastornos se desarrollan debido a conductas alimentarias no saludables, la preocupación por mantener un peso específico y la insatisfacción corporal, además de factores familiares y sociales desencadenantes.

Según Huete (2022), la crisis en el sistema de salud causada por la pandemia ha complicado aún más el procedimiento para diagnosticar y tratar a niños y adolescentes que padecen este tipo de enfermedad. Las medidas preventivas del Covid-19, como la restricción social, el confinamiento, el uso intensivo de redes sociales, el temor, la inseguridad y el poco contacto con familiares y amigos, han tenido un impacto negativo en este grupo de pacientes. Estos factores han generado un aumento en la vulnerabilidad de los jóvenes y un mayor riesgo de desarrollar trastornos alimenticios, ya que están más atentos a su estado físico y pueden verse desencadenadas conductas alimentarias anómalas. Esto refleja un incremento del 20% en los ingresos hospitalarios por trastornos alimenticios en niños y jóvenes durante la pandemia, especialmente por casos de anorexia nerviosa.

En resumen, los trastornos alimenticios resultan en consecuencias orgánicas severas, producto de la desnutrición, limitaciones en la ingesta de nutrientes y desequilibrios en los niveles de agua y electrolitos, conllevando a una tasa de mortalidad del 6% al 12% debido a causas médicas y psiquiátricas (Marín et al., 2019).

Como se ha podido observar, los trastornos alimenticios representan un alto nivel de gravedad con consecuencias mortales; los pacientes que padecen esta enfermedad tienen prolongados procesos de recuperación. Si a ello, le añadimos el contexto actual y la crisis sanitaria, esta recuperación se hace más dificultosa debido a la nueva normalidad a la que uno se viene adaptando.

Asimismo, se evidencia que la crisis sanitaria del COVID – 19 ha generado un impacto devastador para aquellos pacientes que padecen trastornos alimenticios, ya que debido al confinamiento muchos de ellos tuvieron que abandonar sus centros terapéuticos y sus tratamientos. En una investigación reciente se observó que, en aquellos pacientes con un diagnóstico preexistente, se incrementó el nivel de ansiedad debido al temor a tener una recaída (Termorshuizen et al., 2020).

Por lo expuesto anteriormente, es que la presente investigación tiene como objetivo general analizar los estudios sobre el impacto que tuvo la crisis sanitaria provocada por la pandemia del COVID – 19 en los trastornos alimenticios en la población adolescente a nivel nacional e internacional; para esto se analizarán estudios realizados a nivel nacional e internacional durante los años 2020 al 2024. Finalmente, se aportarán algunas reflexiones que ayuden a la prevención, diagnósticos y tratamiento de esta enfermedad.

1.2. Conceptualización de la variable

Definición

Los trastornos alimenticios son enfermedades médicas caracterizadas por alteraciones en la conducta alimentaria, es decir, los hábitos de ingesta y restricción de alimentos que mantienen las personas (National Institute of Mental Health, 2021). Dichas alteraciones pueden estar relacionadas con la presencia de algún malestar subyacente, entiéndase como: enfermedades, malestar emocional, distorsiones cognitivas, entre otros. Este concepto abarca los trastornos de la conducta alimentaria que afectan, en su mayoría, a la población adolescente.

Según Pablo et. al. (2008), un problema de conducta alimentaria se define como una alteración específica con relación a la alimentación, por ejemplo, la restricción de un grupo de alimentos, la sobre ingesta de alimentos concretos o la selectividad al alimentarse, descartando fuentes principales de nutrientes; mientras que, los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) se definen por la presencia persistente de cambios en la alimentación o en las acciones relacionadas a esta; generando un impacto negativo para la salud física, mental y emocional de las personas que lo padecen (Guajardo et al., 2022).

La característica principal de los trastornos de conducta alimentaria es la insatisfacción corporal, sumado con el intenso temor de aumentar de peso y la presencia de pensamientos obsesivos relacionados con la alimentación (Bermúdez et al., 2021). Por lo tanto, los TCA son considerados como trastornos emergentes, en expansión, siendo la tercera enfermedad crónica en adolescentes (tras asma y obesidad) por ello deben tener un manejo multidisciplinar donde el contexto

familiar cumpla un rol fundamental en el tratamiento y abordaje de estos (Murray et al., 2023). La causa subyacente de estos trastornos es diversa y está influenciada principalmente por tres factores: biológicos, psicológicos (tanto a nivel individual como familiar) y socioculturales (Guajardo et al., 2022). Los trastornos más conocidos son la anorexia y la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón, pero también hay otros trastornos que abordaremos de manera concisa.

Tipos de Trastornos de la conducta alimentaria

Anorexia Nerviosa

El término "AN" se remonta de la época griega y significa "falta de apetito" y de una palabra latina relacionada con los nervios (Bermúdez et al., 2021). Se caracteriza por presentar un peso por debajo de los límites normales con el miedo al aumento de este, lo que conduce a la adopción de dietas extremadamente restrictivas, comportamientos purgativos y ejercicio físico excesivo, por lo que conlleva a un sufrimiento (Minano-Garrido et al., 2022). Su diagnóstico puede ser de manera temprana ya que la pérdida de peso de forma desmedida es el principal signo que viene acompañado de los siguientes síntomas (agitación, irritabilidad, insomnio y amenorrea (Casanova & Cetina, 2024). El tratamiento se debe tener un enfoque multidisciplinario compuesto por especialistas que dominen este tipo de trastornos; como psiquiatras, psicólogos y pediatras especializados además de profesionales que puedan controlar el peso y las consecuencias físicas, asimismo es esencial que haya una comunicación y colaboración efectiva entre todos los miembros del equipo (Familia y especialista) (Murray et al., 2023)

La Bulimia Nerviosa

Consiste en realizar episodios repetitivos de ingesta compulsiva de alimentos en lapsos breves, seguidos por acciones compensatorias. inapropiados y recurrentes (Bermúdez et al.,2021). Estas conductas compensatorias son la inducción al vómito, el uso de laxantes o medicamentos para la purga, y hacer ejercicio excesivo, estos comportamientos ocurren por lo menos una vez por semana y continúan durante un período de tres meses (Amengual, 2023). De acuerdo con el manual DSM-5, para el diagnóstico de la bulimia es necesario cumplir con los siguientes criterios: la frecuencia de atracones recurrentes y la realización de conductas compensatorias inadecuadas en el periodo de tiempo que se mencionó anteriormente.

Trastornos de conducta alimentaria no especificado (TCANE)

Son pacientes que experimentan síntomas característicos de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA). Sin embargo, no calzan con todos los criterios necesarios para ser diagnosticados con Anorexia o Bulimia, por lo que se les puede catalogar como casos de Trastorno de la Alimentación No Especificado. (TCANE) (Gándara, 2022).

Trastorno por atracón

Se define por la aparición de conductas repetitivas de ingesta compulsiva, donde el individuo consume cantidades de alimentos considerablemente superiores a las habituales. Tras cada episodio, experimenta un sentimiento de culpa, llevándolo a recurrir a métodos purgativos como un intento de aliviar esa sensación (Gándara, 2022).

Modelos explicativos de los Trastornos de la conducta alimentaria

Según Martínez (2020) menciona dos tipos de modelos que buscan explicar el origen de los trastornos de la conducta alimentaria los cuales son:

El modelo Psicoanalítico

Freud sostiene que la anorexia es el resultado de una neurosis alimentaria comparable a la melancolía. Por otro lado, Carl Jung sostiene que la anorexia representa un camino hacia la individualización para las mujeres. Esto implica que la mujer recupera el significado de su existencia femenina al enfrentarse a su madre. Jung también explica que la falta de identidad personal, particularmente en cuanto a la autonomía y el control del cuerpo, provoca una sensación de ineficacia.

El modelo Multideterminado

Propone que los factores biopsicosociales y culturales son la fuente de los TCA. En la anorexia, hay tres factores que interactúan entre sí: factores predisponentes, relacionados con el sobrepeso durante la pubertad; introversión, que implica inestabilidad, obesidad materna, valores estéticos dominantes y familiares con trastornos de ingesta; factores precipitantes, que son importantes para el cuerpo, aumentar la actividad física, cambiar los cambios corporales y separarse o perder; y factores perpetuantes, que incluyen aislamiento social, la interacción familiar y las consecuencias de la inanición.

Modelos teóricos explicativos para la anorexia

Según Fontalvo (2020), indica que existen cinco teorías para poder explicar la anorexia los cuales:

Teoría Bio Psiquiátrica

En un estudio realizado por Madden en 2015, se descubrió que la anorexia nerviosa tiene respuestas cerebrales al temor hacia la comida y a las imágenes corporales, dichas regiones cerebrales están relacionadas con la atención, el placer y la percepción de amenaza. Por otro lado, se evidencia que los pacientes con anorexia nerviosa tienen dificultades en el procesamiento de recompensas, lo que se refleja en niveles altos de ansiedad, problemas en la toma de decisiones y déficits en el procesamiento emocional.

Teorías Socioculturales

Dichas teorías se enfocan en cómo los factores socio ambientales afectan significativamente en la imagen corporal. Se destaca el Modelo de Influencia Tripartita, que señala tres fuentes socioculturales de influencia en la insatisfacción corporal: padres, compañeros y medios de comunicación.

Teoría Psicodinámica

Según, Goodsitt (1997) afirma que las teorías psicodinámicas se componen de tres modelos principales: el modelo de conflicto de unidad, el modelo de relaciones de objetos y las teorías de la psicología del auto. En el primer modelo, consiste en los conflictos internos entre el yo, ello y superyó. Estos conflictos están relacionados con los objetivos biológicos y las restricciones culturales para la anorexia, los síntomas se interpretan como expresiones simbólicas de conflictos sexuales/agresivos y defensas contra fantasías ambivalentes de impregnación oral. El modelo de relaciones de objetos señala las deficiencias en el desarrollo de las relaciones de objetos, el yo y las representaciones distorsionadas del cuerpo, destacando la importancia de integrar representaciones del yo y los objetos. En esta

situación, los síntomas son representaciones simbólicas de estas deficiencias. Finalmente, las teorías de la Psicología del Self de Goodsitt sostienen que las deficiencias mentales causan dolor o desvitalización. Los síntomas actúan como medidas de emergencia para restaurar la vitalización y, aunque pueden tener significados simbólicos, se atribuyen principalmente a la necesidad de aliviar los estados dolorosos.

Modelos de sistemas

El enfoque de sistemas propuesto por Minuchin, Rosman y Baker (1978) indica que las dinámicas familiares impactan en el desarrollo individual y en la manifestación de síndromes psicosomáticos, como se evidencia en el estudio de la anorexia. En pacientes con anorexia, es común observar que sus familias tienden a ser sobreprotectores y muestran una preocupación intrusiva. Esta dinámica contribuye al surgimiento de una obsesión por la perfección y limita la autonomía de los individuos. Además, estas familias tienden a centrar su atención en las funciones corporales, expresando una especial preocupación por aspectos como la alimentación, comportamientos a la hora de las comidas, prácticas dietéticas y tendencias alimenticias.

Teoría cognitivo conductual

Las explicaciones cognitivo-conductuales de la anorexia nerviosa (AN) resaltan la influencia del refuerzo positivo en el mantenimiento del comportamiento anoréxico, asociado al placer de perder peso y la disciplina. Asimismo, Vitousek y Brown (2015) identifican factores como la ansiedad ante amenazas a los mecanismos de afrontamiento, estrés extremo y la creencia en la mejora personal al

comer poco. Características como perfeccionismo, obsesividad e hipersensibilidad también son destacadas. Además, señalan que el historial de aprendizaje, el estado de ánimo y los sesgos cognitivos afectan el procesamiento de información de la AN, contribuyendo al mantenimiento de los síntomas.

1.3. Factores de los Trastornos de la conducta alimentaria

En cuanto a los factores que contribuyen a los trastornos alimentarios estos se dividen en tres aspectos: biológicos, psicológicos y sociales

Factores Biológicos

Los investigadores indican que hay un mayor riesgo a desarrollar la enfermedad en individuos cuyos mecanismos de regulación del hambre, composición corporal y vías de neurotransmisión se ven comprometidos. En concreto, se evidencia una disminución en los niveles de serotonina, que regulan el apetito y la saciedad; dopamina, implicada en la recompensa alimentaria y liberada en respuesta a señales relacionadas con la comida; y noradrenalina, responsable del control del apetito (Gándara, 2022). Asimismo, Bakker indica que existe una mayor predisposición a desarrollar estos trastornos en individuos del sexo femenino. Se postula que esta inclinación podría atribuirse a que las hormonas femeninas, en particular los estrógenos, parecen estar asociadas con una mayor inestabilidad emocional en contraste con las hormonas masculinas, como la testosterona (Pérez & Galindo, 2022).

Factores Psicológicos

Los factores psicológicos están vinculados a los rasgos de la personalidad de cada persona, como la baja autoestima, el perfeccionismo, la ansiedad y la

depresión sumados a ello la rigidez excesiva y una auto exigencia elevada (Garrido & Riveros, 2023). Asimismo, estudios recientes indican que aquellas personas que presentan algún tipo de trastorno obsesivo compulsivo (TOC) tienen una probabilidad del 60% de desarrollar algún tipo de TCA. Por otro lado, determinadas actitudes, como la falta de aceptación personal, la ausencia de seguridad, la falta de identidad, la búsqueda constante de perfección, la preocupación excesiva por la opinión ajena, el poco control sobre la propia vida y las limitadas relaciones sociales, son factores que provocan una baja autoestima y una carencia de afecto hacia uno mismo, ya que estas actitudes generan trastornos comórbidos de los TCA como la depresión y la ansiedad generalizada (Arija-Val et al., 2022).

Factores Sociales

Los factores que causan los TCA incluyen modelos familiares sobreprotectores y/o conflictivos, la influencia del culto al cuerpo, los ideales de belleza, la presión de la moda y las redes sociales, así como la insatisfacción con la imagen corporal, la preocupación constante por la comida, el peso y la forma corporal, y el uso de métodos poco saludables para controlar o reducir el peso (Garrido et al., 2023). Por otro lado, los factores del funcionamiento psicosocial como la relación con sus padres y pares van a ser determinantes en estos casos; por ejemplo, tener padres con actitudes negativas hacia el sobrepeso, alto perfeccionismo e insatisfacción corporal en sus hijos, provocan que estos crezcan con baja autoestima y poca tolerancia al rechazo, por lo que la relación con sus compañeros se verá afectada (Arija-Val et al., 2022).

1.4. Impacto de los Trastornos de la conducta alimentaria

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) representan un problema de salud pública, ya que afectan a millones de personas, generando un impacto significativo en las distintas áreas de vida, dificultando su óptimo desarrollo.

Con relación a la salud física, los TCA impactan en la persona sometiéndola a la desnutrición, ya que en casos de AN, la falta de alimentos puede generar deficiencias nutricionales afectando la función inmunológica, pérdida de la densidad ósea y problemas cardiovasculares como bradicardia e hipotensión, además de anemia; en casos de BN, las conductas purgatorias como el vómito frecuente pueden causar problemas gastrointestinales, desequilibrio electrolítico y arritmia cardíaca (Muñoz y Argente, 2019).

Respecto a la salud mental, los TCA están asociados a diferentes trastornos comórbidos, como la depresión mayor, ansiedad, trastornos obsesivos compulsivos o trastornos de conducta, como el comportamiento impulsivo. Además, merman el autoestima y autoimagen de la persona que la padece, afectando su autoconfianza y calidad de vida. Adicionalmente se reportan afecciones en la función cognitiva, como el deterioro de la concentración, memoria y procesamiento de información, asociada al déficit nutricional (Fernández, 2021).

En el área social, se distingue un deterioro en las relaciones interpersonales, debido a que las personas que viven con un TCA pueden optar por el aislamiento al no compartir los mismos pensamientos que su entorno (Fernández, 2021).

Estas complicaciones pueden persistir a largo plazo, afectando la calidad de vida, incluso posterior al tratamiento, ya que existen riesgo de experimentar recaídas.

1.5. Intervención correctiva y preventiva de los Trastornos de la conducta alimentaria

- Modelos Psicológicos de Intervención:

El tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en adolescentes requiere un enfoque integral que tenga en cuenta la complejidad biopsicosocial de estos trastornos y las características únicas de esta etapa de la vida. Para lograr esto, es necesario trabajar juntos en un equipo interdisciplinario que incluya un nutricionista, un médico especializado en el desarrollo adolescente, profesionales de la salud mental como psiquiatras y psicólogos, y, en hospitales, enfermeras con experiencia en el manejo de TCA (Martinez, 2020).

Terapias

Según Albarenga (2023) hay tres formas de abordar los trastornos alimenticios que son los siguientes:

- Terapia cognitivo conductual:

La teoría que explica el mantenimiento de la bulimia nerviosa es la base de la Terapia Cognitivo-Conductual para la Bulimia Nerviosa (TCC-BN). Según esta teoría, el factor principal que perpetúa la condición es el sistema disfuncional de autoevaluación, que se concentra en la sobrevaloración de la figura, el peso y el control alimentario. Este método ha avanzado para abordar los mecanismos

sugeridos que sustentan la psicopatología de los trastornos alimentarios en general, que incluyen todos los tipos de TCA.

- Teoría de aceptación y compromiso:

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se utiliza en el tratamiento de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) para ayudar a las personas a aceptar los pensamientos y emociones relacionados con la alimentación, el peso y la imagen corporal sin intentar controlarlos o emitir un juicio sobre los mismos. En este contexto, la base empírica de la ACT se basa en estudios que sugieren que la inflexibilidad psicológica, caracterizada por la tendencia a evitar las experiencias internas que generan incomodidad o controlarlas con rigidez, otorgándole una importancia excesiva al contenido literal de los pensamientos y sentimientos, está significativamente relacionada con la insatisfacción corporal, un indicador clave en el desarrollo y mantenimiento de los TCA (Griffiths et al., 2018). El objetivo del tratamiento de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) es mejorar la flexibilidad psicológica del paciente en la forma en que transita las experiencias internas difíciles relacionadas con su imagen corporal. Para lograr esto, se utilizan seis componentes de cambio críticos, que configuran el "hexaflex de ACT". Estos procesos integran la aceptación, el contacto con el momento presente, el yo como contexto, la conducta basada en valores y el compromiso con esas conductas basadas en valores. Además, la defusión cognitiva es una técnica que busca alterar la interacción o relación con los pensamientos, generando contextos para reducir su cualidad literal. (Hayes et al., 2006). Estos procesos tienen como objetivo fomentar la flexibilidad en la percepción de la imagen corporal.

Por último, Feo (2022) nos habla sobre la importancia de la terapia familiar:

- Terapia Familiar (Maudsley):

Se ha desarrollado un enfoque psicoeducativo que utiliza figuras animales para representar los estilos de respuesta emocional de los familiares de personas con trastornos alimentarios. El objetivo es simplificar la identificación de los patrones de afrontamiento, reducir la ansiedad en los cuidadores y proporcionar herramientas para entrenar conductas y resolver conflictos en el entorno familiar, con la esperanza de facilitar la adaptación y superación de los trastornos alimentarios.

Prevención de los Trastornos de la conducta alimentaria

Según Arija-Val et al. (2022), existen tres niveles de prevención: Primaria, secundaria y terciaria.

- Primaria:

Las acciones se centran en la población general o grupos que corren el riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria (TCA), buscando inicialmente reducir la incidencia de la enfermedad y posteriormente ampliando su enfoque hacia la promoción de la salud.

- Secundaria:

Se centran en individuos con alto riesgo de desarrollar trastornos alimentarios que aún no muestran síntomas evidentes. Al no percibirse enfermos, se utilizan estrategias de detección para identificarlos, controlar los factores de

riesgo, diagnosticar y proporcionar tratamiento temprano. Estas medidas tienen como objetivo reducir la duración y, por ende, la prevalencia de la enfermedad.

- Terciaria:

Se centra en personas diagnosticadas con la enfermedad para prevenir complicaciones y su evolución crónica. La prevención terciaria busca reducir discapacidades mediante rehabilitación y prevención de recaídas, incluyendo acciones para mantener las interacciones sociales.

1.6. Evaluación Psicológica de los Trastornos de la conducta alimentaria

Según Martínez (2020):

La evaluación clínica de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) implica un enfoque multidimensional que abarca diferentes aspectos para obtener un diagnóstico completo y preciso. Se inicia con una entrevista clínica que tiene como objetivo recopilar información detallada sobre la historia clínica del paciente, los síntomas actuales, los antecedentes familiares, el funcionamiento psicosocial y la percepción del propio cuerpo. Esta entrevista también conocida como anamnesis, también incluye el estado nutricional del paciente y la presencia de síntomas que indiquen comorbilidad y organicidad del proceso y de esta manera ayuda a comprender la complejidad de los TCA y así seleccionar las herramientas y métodos de evaluación adecuados, tales como:

- Escala de Evaluación de los Trastornos Alimenticios (EAT):

Este cuestionario está destinado a identificar posibles síntomas de trastornos alimenticios. Evalúa comportamientos alimentarios anormales,

preocupaciones por el peso y la apariencia física, así como factores emocionales relacionados. Este instrumento cuenta con validez basado en su estructura interna (KMO .900) y según la prueba de esfericidad de Bartlett ($p < 0.001$); además, se obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de .889 y con el coeficiente de Spearman-Brown .887 demostrando una alta confiabilidad del cuestionario (Huamán, 2023)

- Cuestionario de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-26):

Similar al EAT, se centra específicamente en las actitudes y creencias distorsionadas relacionadas con la alimentación y la imagen corporal. Con relación a las propiedades psicométricas del instrumento, Urrutia (2020) evaluó la confiabilidad por consistencia interna del en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo a partir del coeficiente Omega, donde se observa que en el Test total se evidenció una confiabilidad muy buena (.90), en la dimensión Dieta, se registró una confiabilidad calificada como muy buena, con un coeficiente Omega igual a .87, y en las dimensiones Control oral se registró un valor de .63 calificado como aceptable y Bulimia se encontró un valor de y .55 calificada como aceptable.

- Entrevista para el Diagnóstico de los Trastornos Alimentarios (EDI):

Es una entrevista estructurada que evalúa aspectos como la preocupación por la comida, la insatisfacción corporal, la restricción alimentaria y la frecuencia de conductas compensatorias como el vómito o el uso de laxantes.

- Inventario Multifásico de la Personalidad (MMPI):

Aunque no es específico para los TCA, el MMPI puede proporcionar información sobre la presencia de rasgos de personalidad asociados con estos trastornos, como el perfeccionismo, la impulsividad o la baja autoestima. El estudio de Bravo y Portillo (citado Zambrano, Caicedo y Matabanchoy, 2015) analizó las escalas del instrumento obteniendo en la mayoría de los puntajes un alto grado de confiabilidad por encima de 0,70.

- Escala de Síntomas de la Bulimia (BULIT) y Escala de Evaluación de la Anorexia Nerviosa (ANES):

Estas escalas se enfocan en evaluar la gravedad de los síntomas relacionados con la bulimia y la anorexia nerviosas, respectivamente. Evalúan síntomas como los atracones, las conductas compensatorias, la restricción alimentaria y la percepción distorsionada del peso y la forma corporal.

Finalmente, dichas herramientas de evaluación junto con la entrevista clínica permiten obtener una visión más detallada de los síntomas, actitudes y percepciones del paciente, lo cual resulta esencial para alcanzar un diagnóstico preciso y elaborar un plan de tratamiento eficaz.

1.7. Aplicabilidad de los Trastornos de la conducta alimentaria en crisis sanitaria

La pandemia de COVID – 19 ha impactado en la salud mental de las personas; y en algunos casos ha intensificado cuadros presentes en la población general:

- A nivel global

En cuanto a la prevalencia de este trastorno, se ha observado un aumento en el número de casos de pacientes diagnosticados con algún tipo de trastorno alimenticio o trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en los últimos años. Se estima que es el principal problema psiquiátrico en la pubertad y adolescencia en ambos sexos, siendo el sexo femenino el más afectado. Además, se estima que en los últimos años ha habido un aumento del 3% en el número de adolescentes (Ayuzo del Valle & Covarrubias, 2019). En un estudio reciente, se descubrió que más del 22 % de los niños y adolescentes de 7 a 18 años mostraban signos de trastornos alimentarios. Además, las niñas tenían más probabilidades que los niños de presentar estos síntomas (López-Gil et al., 2023). Otro estudio con 1,230 adolescentes de 11 a 18 años encontró que el 51% de las mujeres y el 34% de los hombres informaron al menos una CAR; mientras tanto, el 29.2% de las mujeres y el 12.4% de los hombres informaron dos o más comportamientos. En Jordania, el 40,4% de los adolescentes de 15 a 18 años lo tenían. En una muestra de 780 adolescentes en Eslovaquia, la prevalencia fue del 37.5% en mujeres y del 18.3% en hombres. Un metaanálisis en diez países del Medio Oriente encontró CAR entre el 6.1% y el 73.3% en adolescentes y adultos jóvenes (Villalobos-Hernández et al., 2022). Finalmente, según Duarte (2019), se estima que la anorexia nerviosa y la bulimia a nivel mundial oscilan entre 5 y 5.4 por cada 100,000 personas al año en mujeres de 15 a 19 años y hombres de 10 a 24. El pico de incidencia es de 300 a 438 por cada 100,000 personas al año en mujeres de 16 a 20 años. (Neyra, 2021).

- A nivel Latinoamericano:

- En América Latina se ha registrado un aumento constante en este aspecto, particularmente en pacientes jóvenes menores de 15 años (9), aunque también ocurre en personas de todas las edades. En Chile, la tasa de incidencia de casos de anorexia nerviosa es de 270 casos por cada 100,000 personas en mujeres y de 15.7 casos por cada 100,000 personas en hombres. Además, se observa una variabilidad porcentual en su prevalencia, que oscila entre el 0,3% y el 4% en mujeres y entre el 0 % y el 0,3% en hombres en casos de anorexia nerviosa (Guajardo et al., 2022). Sin embargo, la proporción de adolescentes en riesgo alto de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en México fue del 1,6 % (2,0 % en mujeres y 1,2 % en hombres). Esta proporción es del 2,3 % entre los adolescentes de 14 a 19 años, más alto que el 0,6 % estimado para los adolescentes de 10 a 13 años. Asimismo, se observan mayores proporciones de adolescentes con riesgo en las zonas urbanas (2.1%), metropolitanas (1.8%), la región Centro (2.9%) y el tercer quintil de bienestar (3.1%) (Villalobos-Hernández et al., 2022).

- A nivel nacional:

Dentro del contexto peruano, se ha evidenciado que los casos de TCA van en aumento; según Albornoz, citado por Martínez (2020) estos casos tienen una mayor prevalencia en las mujeres, con 7,1 % frente a 4,9 % de los hombres para casos de anorexia nerviosa, y en casos de bulimia, una prevalencia del 1,6 % de las mujeres frente a 0,3 % de los hombres. En 2013, se registraron 578 atenciones, en comparación con las 248 presentadas en 2011. En 2015, se reportaron 755 atenciones, mientras que en 2016 se registraron 266 atenciones. Finalmente, en 2018, se encontraron alrededor de 789 atenciones, lo que confirma el aumento del

índice de casos TCA. El Ministerio de Salud informó en 2017 que los TCA tienen una demanda de 6% en Lima y Callao. Dichas estadísticas se han visto exacerbadas debido a la pandemia del COVID – 19, según lo referido por especialistas a los medios de comunicación, los pacientes en procesos de recuperación han experimentado recaídas debido a la situación de confinamiento (Chumpitaz, 2020). Este aumento significativo en la prevalencia de casos representa un peligro para los adolescentes, ya que los TCA tienen una tasa de mortalidad mayor a la de otros trastornos psiquiátricos, especialmente los casos de anorexia nerviosa (Aliaga-Tinoco y Cruzado, 2020). Según una investigación publicada en el año 2022, hay una prevalencia de casos de TCA en todo el país, debido a factores socioculturales; sin embargo, es en Lima donde se reporta el mayor número de casos (Pari, Urquía, Mori, Pérez, Tarazona, Valverde y Mamani, 2022).

II. METODOLOGÍA

Los casos de trastornos de la conducta alimentaria han incrementado en los últimos años, teniendo en cuenta el contexto de crisis sanitaria al que nos hemos adaptado en los años anteriores, surgieron diversas propuestas de investigación para evaluar el impacto de la pandemia por COVID – 19 en los casos de TCA. Entre las investigaciones que abordan el tema se encuentran estudios de nivel exploratorio, descriptivos y correlacionales, con enfoque cualitativo y cuantitativo, de diseños no experimentales, cuasi experimentales y experimentales; además de revisiones documentales y bibliométricas. Para la presente revisión se analizaron investigaciones de diseño no experimental, cuasi experimental y experimental que se realizaron o publicaron durante los años 2020 y 2024 en contexto nacional e internacional, publicadas en el idioma español e inglés, cuya muestra de estudio estuviese dentro del rango de edad de los 13 a 19 años.

Para el proceso de búsqueda de los artículos de estudio se revisaron las siguientes fuentes: DIALNET, REDALYC, SCIELO y Google Académico, utilizando palabras clave en español como “trastornos alimenticios”, “crisis sanitaria”, “COVID – 19” y “adolescentes”, y sus combinaciones para resultados; para la búsqueda en inglés se emplearon los siguientes términos: “eating disorders”, “sanitary crisis”, “COVID – 19” y “adolescents”, obteniendo resultados relacionados con el tema.

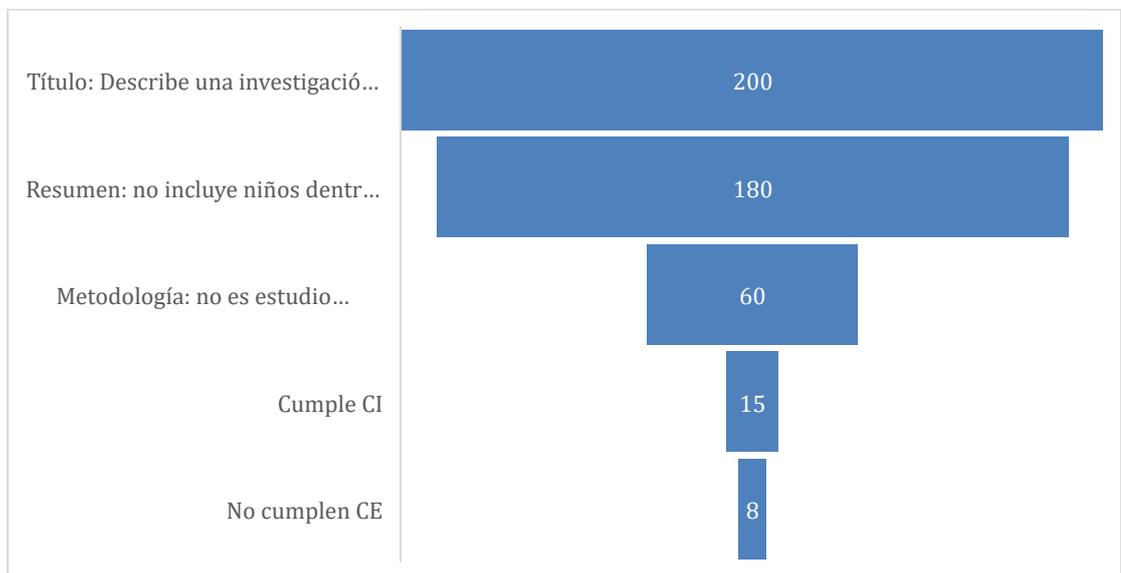
Para la selección de los artículos, se aplicó como un primer filtro la revisión del título y resumen de las investigaciones, tomando en cuenta los siguientes criterios de inclusión: que el título describa una investigación en adolescentes, que el rango de edad de la muestra comprenda adolescentes de 13 a 19 años, que hayan

sido realizadas y publicadas durante el periodo de tiempo comprendido entre el 2020 y 2024, que sean investigaciones con enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, cuasi experimental y experimental y que estén publicadas en idioma español o inglés. Se consideraron como criterios de exclusión, que: dentro de la muestra del estudio se incluyan niños, que sea un estudio preliminar o piloto, y que haya sido realizada posteriormente al año 2023.

Posteriormente, se seleccionaron 8 estudios que cumplieran con las necesidades de la revisión y cumplieran con los criterios de inclusión para su análisis.

Figura 1

Proceso de selección de artículos



III. ANÁLISIS DEL ESTADO DEL ARTE

Debido a la creciente conciencia sobre su relevancia en la sociedad y su impacto en la vida de los adolescentes y sus familias, las investigaciones sobre los trastornos alimenticios han aumentado. Los estudios se han llevado a cabo en una variedad de niveles y enfoques, incluidos exploratorios, descriptivos y correlacionales, y se han utilizado diseños cuantitativos y no experimentales, experimentales y cuasi experimentales. Además, se han realizado revisiones bibliométricas y análisis documentales. Esta revisión examina investigaciones de diseño no experimental, cuasi experimental y experimental. Estas investigaciones se realizaron o publicaron en español e inglés a nivel nacional e internacional entre 2020 y 2024, con una muestra de estudio de 13 a 19 años.

A continuación, se presentan las investigaciones utilizadas para el estudio, resaltando la metodología empleada y los principales hallazgos:

Helena, Ana y Carmina realizaron un estudio experimental en 2021 con el objetivo de determinar los efectos psicológicos del confinamiento por COVID-19 sobre la depresión, la ansiedad, el estrés, la autoestima y las alteraciones alimentarias. En España, 2837 adolescentes y adultos de 14 a 35 años participaron. De ellos, 2.709 eran mujeres, 128 hombres y 10 individuos de género no binario. Para medir las alteraciones en la conducta alimentaria, se utilizó un diseño de encuesta transversal utilizando el Test de actitudes ante la alimentación. El procedimiento se llevó a cabo en línea y se descubrió que el 30,8 % de las mujeres, el 25,4 % de los hombres y el 20,5 % de los no binarios presentaron niveles significativos o muy significativos de depresión, ansiedad y estrés después del confinamiento por pandemia, respectivamente. Además, se reportaron alteraciones

alimentarias debido a factores estresantes, como la calidad de sueño, la preocupación por la apariencia física, la posibilidad de contagio de enfermedad, entre otros (Vall Roqué y Saldaña, 2021).

En el mismo año, también se llevó a cabo un estudio transversal descriptivo para determinar los tipos de comportamiento y la intensidad de las sintomatologías en niños y adolescentes que fueron atendidos en una Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) durante el período de COVID-19. Utilizando características sociodemográficas, conductas alimentarias, comportamientos compensatorios y síntomas físicos y emocionales, se seleccionó una muestra de 131 pacientes. Se descubrió que durante la pandemia de COVID-19, 131 adolescentes con TCA indicaron un aumento significativo de los síntomas graves en comparación con el mismo período del año anterior (Samatán-Ruiz y Ruiz-Lázaro, 2021).

Luigi y Robert (2021) realizaron una investigación en Junín, departamento del Perú, con el objetivo de descubrir los hábitos de alimentación de un grupo de adolescentes en un centro de salud durante la pandemia. Se tomó una muestra de 200 adolescentes de 13 a 19 años, la mayoría de los cuales eran mujeres. Se utilizó un cuestionario sobre la frecuencia de consumo de alimentos y se descubrió que los adolescentes, principalmente las mujeres solteras de 13 a 15 años tenían hábitos alimenticios deficientes debido a la falta de conocimiento y el consumo irregular de alimentos saludables. Esta problemática se ve agravada por la crisis económica causada por la pandemia. Monitorear su salud en atención primaria es crucial (Pilay y Zambrano, 2021).

Yatche, Candela, Sanday y Guillermina realizaron un estudio en 2021 con la finalidad de evaluar la relación entre el consumo de Instagram durante el aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) en Argentina y las características de riesgo de trastornos alimentarios. Es un estudio no experimental descriptivo que utilizó una muestra de 6.596 mujeres de 18 a 35 años para evaluar su uso de redes sociales y factores sociodemográficos. Según un estudio, aumentar el uso de Instagram durante el Aislamiento Social Obligatorio está asociado con mayores probabilidades de trastornos alimentarios, ya que puede generar una percepción negativa de la imagen corporal. Se debe investigar cómo estas aplicaciones afectan la salud física, mental y emocional (Yatche et al., 2024).

Asimismo, Vindas, Sanchez y Salame (2022), realizaron una investigación explicativa de tipo cuantitativa con el objetivo de examinar los TCA que se han generado debido al COVID – 19, para este fin se utilizó el examen EDI-3 RF. Los resultados señalaron que la mayoría de los participantes (50.9%) cumplía con el criterio de remisión en la subescala Obsesión con la delgadez (DT); siendo este un predictor de los TCA al evaluar los siguientes constructos: a) un deseo extremo de estar más delgado, b) preocupación por la alimentación, c) preocupación por el peso y d) un temor intenso a ganar peso.

Durante la pandemia de COVID-19, Rodriguez, Gempeler, Botero y Castro realizaron un estudio en 2024 para determinar cómo el uso cotidiano de plataformas virtuales afecta la autoimagen de pacientes con Trastornos del Comportamiento Alimentario (TCA) y personas en general. Se realizó un estudio de corte transversal descriptivo con 31 preguntas estructuradas y abiertas a 78 pacientes diagnosticados con TCA que asistían al programa equilibrio, así como 106 personas de la población

general. Como resultado, se descubrió que el uso cotidiano de videocámaras aumentó las emociones negativas, como incomodidad, ansiedad, vergüenza, culpa y sentimientos de vulnerabilidad, y afectaron significativamente la concentración y el rendimiento, así como los pensamientos negativos sobre la apariencia física.

Por otro lado, en 2021, Muro, Cieza, Díaz, Palacios y Vilela llevaron a cabo un estudio en Lambayeque en una población de 200 adolescentes seleccionados a través de un cuestionario de la escala Likert. Este estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y transversal encontró que el 52,50% de los adolescentes han experimentado efectos de la pandemia alguna vez en su aspecto emocional, mientras que el 54 % y el 53 % han experimentado efectos en sus aspectos sociales y psicológicos, respectivamente.

Finalmente, durante la pandemia de COVID-19, Bautista, Gonzales y Vásquez tomaron la decisión de investigar la prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y niveles de ansiedad en estudiantes universitarios en el año 2023. Utilizando una muestra de 572 estudiantes en México, este estudio descriptivo transversal correlacional encontró que los niveles de ansiedad durante la pandemia estaban relacionados con el 20.1% de los estudiantes que presentaban conductas alimentarias de riesgo.

De los estudios que abordan los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en periodos de crisis sanitaria, como la pandemia de COVID – 19, se puede plantear que el grupo más afectado son los adolescentes. Durante la emergencia sanitaria mundial, se ha observado un aumento significativo en los síntomas y preocupaciones asociadas con los TCA entre este grupo etario. Los pacientes

jóvenes, especialmente aquellos en etapas de desarrollo y formación de la identidad, enfrentan desafíos únicos debido al estrés, la presión social y los cambios emocionales propios de la adolescencia, agravados por la incertidumbre, el aislamiento, problemas en la dinámica familiar, adaptación al nuevo sistema educativo entre otros cambios causados por la pandemia.

Se ha evidenciado que los adolescentes tienen una alta exposición a las redes sociales, lo que influye de manera negativa en su percepción de la imagen corporal, desencadenando en conductas de riesgo y aumentando la probabilidad de desarrollar trastornos alimenticios. El impacto del aumento del uso de plataformas como Instagram y Tiktok durante la pandemia se ha asociado con una mayor insatisfacción corporal y una percepción distorsionada de los estándares de belleza, especialmente entre las adolescentes. Esta situación resalta la importancia de abordar no sólo los aspectos clínicos de los TCA en esta población, sino también las influencias socioculturales y digitales que pueden contribuir a su desarrollo y mantenimiento.

Finalmente, aunque la modalidad de telemedicina ha sido una herramienta valiosa para mantener la atención médica durante la pandemia, se ha observado que algunos adolescentes pueden experimentar dificultades adicionales en la conexión emocional y la comprensión profunda de sus necesidades durante las consultas virtuales. Esta realidad subraya la necesidad de adaptar las estrategias de atención tele médica para abordar de manera efectiva los desafíos específicos que enfrentan los adolescentes con TCA, como la comunicación digital, la presencia de los cuidadores primarios y la creación de entornos terapéuticos inclusivos y seguros.

Impacto teórico y social del tema

A continuación, se presenta el análisis sobre el impacto social que tuvieron los TCA durante la crisis sanitaria y cómo afectó a la población adolescentes.

El estudio de los TCA nos hace pensar en la importancia de comprender y abordar los desafíos únicos que enfrentan los adolescentes en relación con estos trastornos. Para mejorar la salud mental y emocional de esta población vulnerable durante situaciones de crisis y cambio, es esencial desarrollar estrategias integrales y adaptativas que tomen en cuenta aspectos clínicos, socioculturales y digitales. La investigación actual contribuye al campo de la psicología clínica al destacar la importancia de las etapas de desarrollo y su impacto en la vida adulta. Las circunstancias difíciles que ocurren durante la adolescencia pueden provocar esquemas negativos de pensamiento, comportamientos desadaptativos y creencias irracionales que afectan los patrones de respuesta para resolver conflictos en el futuro. Es decir, si la persona ha tenido episodios alimentarios negativos que desencadenaron un trastorno durante la adolescencia, es más probable que los experimente nuevamente en la edad adulta, afectando su desenvolvimiento en las diferentes áreas de su vida.

Por otro lado, este estudio aporta a la psicología educativa mostrando una relación inversa entre los trastornos de la conducta alimentaria y el rendimiento académico; es decir, a mayor presencia de predictores de un TCA, un menor rendimiento académico y viceversa; esto nos permite observar y recopilar información relevante sobre los adolescentes en el entorno educativo, lo que ayuda a identificar conductas de riesgo y diagnosticar de forma oportuna. Como resultado,

es posible llevar a cabo un plan de intervención que incluye establecer normas de comportamiento básicas, monitorear a los estudiantes y fomentar la conciencia emocional en el entorno educativo.

Finalmente, desde la perspectiva de la psicología social, este estudio reafirma la relevancia de implementar programas preventivos y promocionales para satisfacer las necesidades de la población adolescente. Estos programas ayudan en el diagnóstico temprano y reducen las conductas de riesgo. Sin embargo, se destaca la importancia de la familia como fuente de apoyo, asistencia y educación para los jóvenes. Los padres son esenciales como parte importante de la red de apoyo y son cruciales para el proceso de recuperación de los niños. Además, el estudio tiene un impacto positivo en la calidad de vida de las personas porque la intervención temprana y oportuna reduce las posibles consecuencias negativas a largo plazo, como pensamientos suicidas, trastornos asociados y otros problemas de salud física.

IV. CONCLUSIONES

La pandemia del COVID – 19 provocó diversos cambios en la rutina y los hábitos de vida de las personas, debido al aislamiento social, la restricción para acceder o continuar tratamientos en los servicios de salud y salud mental, la adaptación a interactuar de forma constante mediante plataformas de videoconferencia y redes sociales, el estrés ante la posibilidad de contagio, posibles procesos de duelo por la pérdida de algún ser querido, entre otras situaciones que conformaron la nueva normalidad. Este nuevo escenario provocó, según los estudios revisados, un aumento significativo en la prevalencia de los trastornos alimenticios en la población adolescente, pues como se ha observado, se encuentran en una posición de mayor vulnerabilidad debido a la sobreexposición a factores como los problemas en la dinámica familiar, falta de apoyo y validación del entorno, la presión por cumplir con estándares estéticos y la exposición constante a información negativa en redes sociales (Rodriguez, Gempeler, Botero y Castro, 2024).

De las investigaciones revisadas se evidencia que las adolescentes mujeres solteras tienen mayor probabilidad a caer en un TCA, seguidos de adolescentes varones y de género no binario, esto puede deberse a la cantidad de adolescentes mujeres entrevistadas, por lo que es necesario profundizar en la investigación con el fin de plantear medidas preventivo-promocionales que les permitan evitar incurrir en conductas desordenadas de alimentación o casos de TCA (Vall, Roqué y Saldaña, 2021; Luigi y Robert,2021).

Por esto, se resalta la necesidad de implementar estrategias preventivas y de intervención temprana específicas para esta población, teniendo en cuenta los

factores biopsicosociales que afectan el desarrollo. Estas estrategias deben incluir programas educativos en las escuelas y comunidades, campañas de concientización sobre la importancia de la salud mental, la autoaceptación y el fortalecimiento de las redes de apoyo.

Además, es crucial garantizar que los adolescentes afectados tengan acceso equitativo y efectivo a servicios de atención médica y psicológica especializada para que reciban un tratamiento completo y adecuado a sus necesidades específicas.

Como se mencionó anteriormente, es importante fomentar la educación y la conciencia sobre la auto aceptación. Esto implica implementar programas de educación emocional en las escuelas, promover la comunicación abierta sobre problemas de salud mental en el hogar y en la comunidad, y proporcionar recursos confiables y accesibles para aquellos que requieren apoyo en relación con los TCA y otros problemas de salud mental.

Finalmente, se destaca la relevancia de la investigación y el análisis continuo de los TCA en contextos de crisis sanitarias, ya que proporcionan valiosas lecciones sobre la resiliencia de los adolescentes, la importancia de las conexiones familiares y comunitarias en la recuperación y la necesidad de políticas públicas integrales para abordar de manera efectiva la salud mental de los jóvenes. Estos estudios también pueden ayudar a identificar las necesidades emergentes de esta población y guiar el diseño de intervenciones más efectivas y adaptadas a los cambios.

REFERENCIAS

- Albarenga, V. (2023). *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) para los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) desde el modelo transdiagnóstico: una revisión sistemática*. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento. https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/39222/1/tfg_valentina_albarenga.pdf
- Aliaga-Tinoco, S., Cruzado, L. (2020) Anorexia nerviosa con desenlace fatal: a propósito de un caso. Revista de Neuro-Psiquiatría [en línea], 83(1), pp. 57-65. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372062853009>
- Amengual, M. (2023). *Determinación de riesgos de trastornos de conducta alimentaria en población universitaria y su relación con los estilos de vida* [Tesis doctoral, Universidad de les Illes Balears] https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/688415/Amengual_Llofri_u_M_Antonia.pdf?sequence=1
- Arija-Val, V., Santi-Cano, M. J., Novalbos-Ruiz, J. P., Canals, J., & Rodríguez-Martín, A. (2022). *Caracterización, epidemiológica y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria*. Nutrición Hospitalaria, 39(spe2), 8-15. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112022000500003&script=sci_arttext
- Ayuzo , N. y Covarrubias-Esquer, J. D. (2019). *Trastornos de la conducta alimentaria*. Revista mexicana de pediatría, 86(2), 80-86.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0035-00522019000200080&script=sci_abstract

Bautista, A., González, D., González, D. y Vázquez, M. A. (2023). *Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19: Un estudio transversal*. Revista Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria, vol. 43(2), pp. 97-105.

<https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/368/299>

Bermúdez, L., Chacón, M. y Rojas, D. (2021). *Actualización en trastornos de conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosa*. Revista Médica Sinergia Vol. 6(8). <https://www.medigraphic.com/pdfs/sinergia/rms-2021/rms218a.pdf>

Casanova, J. y Cetina, A. (2024). *Anorexia nerviosa, ansiedad y cutting en la adolescencia*. Psicología y Salud, Vol. 34(2), pp. 197-202.

<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2900/4708>

Chumpitaz (2020). ¿Por qué la anorexia, la bulimia y los “atracones” de comida se agudizan durante la pandemia? [Nota de prensa, Diario El Comercio].

<https://elcomercio.pe/somos/historias/coronavirus-peru-por-que-la-anorexia-la-bulimia-y-los-atracones-de-comida-se-agudizan-durante-la-pandemia-noticia/?ref=ecr>

Duarte, J. y Mendieta, H. (2019). *Trastornos de la Conducta Alimentaria. Problema de Salud Pública*. Inteligencia Epidemiológica, vol. 1, pp. 33-38.

<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/104520/Mendieta%20y%20Duarte%20bis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fernandez, A. (2021). *Anorexia Nerviosa del adolescente y COVID – 19: la pandemia colateral*. Rev. Esp. Endocrinal Pediátrica, vol.12 N°2. <https://www.endocrinologiapediatrica.org/revistas/P1-E38/P1-E38-S3128-A705.pdf>

Fontalvo, G. (2020). *Modelos explicativos y funcionales de la Anorexia Nerviosa: Una revisión teórica* [Tesis de licenciatura, Universidad de la Costa]. <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8182/Modelos%20explicativos%20y%20funcionales%20de%20la%20Anorexia%20Nerviosa.%20Una%20revisi%C3%B3n%20te%C3%B3rica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Garrido, M. y Riveros, G. (2023). *Factores de riesgo asociados a Trastornos de Conducta Alimentaria en adolescentes de Lima Metropolitana* [Tesis de Maestría, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/668560/Garrido_PM.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Gándara, L. (2022). *Trastornos de la conducta alimentaria: influencia de la sociedad y rol de enfermería* [Trabajo de investigación, Universidad de Cantabria]. https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/25017/2022_G%C3%A1ndaraL.pdf?sequence=1

- Guajardo, M., Otárola, P., Cea, C. y Vásquez, C. (2022). *Trastorno Alimenticio*.
REVISTA ANACEM, VOL. 16.
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/05/1427585/1-trastorno-alimenticio.pdf>
- Huamán, S. (2023). *Propiedades psicométricas de la escala de actitudes y síntomas de los trastornos alimenticios en universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio UAP.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2330>
- Huete, M. (2022). *Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2*. Revista de Neuro-Psiquiatría, 85(1), 66-71.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972022000100066
- Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH) (2021). *Los trastornos de la alimentación: un problema que va más allá de la comida* [Archivo pdf].
<https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/health/publications/espanol/los-trastornos-de-la-alimentacion/los-trastornos-de-la-alimentacion-un-problema-que-va-mas-alla-de-la-comida.pdf>
- López-Gil, J., García-Hermoso, A., Smith, L., Firth, J., Trott, M., Mesas, A., Jiménez-López, E., Gutiérrez-Espinoza, H., Tárraga-López, P. y Victoria-Montesinos, D. (2022). *Global Proportion of Disordered Eating in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis*. JAMA pediatrics, 177(4), 363–372. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36806880/>

- Marín, V., Rybertt, V., Briceño, A., Abufhele, M., Donoso, P., Cruz, M., Silva, A., Palacios, C., Cea, L., Sommer, K., & Labbé, M. (2019). *Trastornos de la conducta alimentaria: Alteraciones cardiovasculares al ingreso y evolución a tres meses*. *Revista médica de Chile*, vol. 147(1).
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872019000100047
- Martínez Díaz, E. (2019). *Trastornos Alimentarios y familia* [Trabajo de investigación, Universidad Peruana Cayetano Heredia].
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8150/Trastornos_MartinezDiaz_Elena.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Minano-Garrido, E. J., Catalán-Matamoras, D., & Gómez-Conesa, A. (2023). *Anorexia nerviosa tras la pandemia de COVID-19. Nuevos retos para la fisioterapia*. *Fisioterapia*, 45(2), 71–73.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9767874/>
- Muñoz, M. y Argente, J. (2019). *Trastornos del comportamiento alimentario*.
https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/19_trastornos.pdf
- Murray, M., Martín-Rivada, Á., Quintero, C., Ruiz, M. y Ramallo, Y. (2023). *Composición corporal y evolución nutricional en adolescentes con anorexia nerviosa*. *Anales de Pediatría*, Volume 99 (3), pp. 162-169.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1695403323001479https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1695403323001479>
- Neyra, C. (2021). *Relación entre las características psicológicas y comportamentales de los trastornos de conducta alimentaria y la*

inteligencia emocional en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia].

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9447/Relation_NeyraAsmat_Laura.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Salud del adolescente*.

https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Pari, D., Urquía, J., Mori, D., Pérez, G., Tarazona, R., Valverde, C. Mamani, M. (2022). Desórdenes alimenticios en el Perú [Archivo pdf]. Revista de investigación Universitaria. Universidad Nacional de Ucayali, Vol. 12(2).

<http://revistas.unu.edu.pe/index.php/iu/article/view/96/128>

Pérez, J. y Galindo, A. (2022). *Neurobiología de los trastornos de la conducta alimentaria* [Tesis de Pregrado, universidad de la Laguna].

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/29105/Neurobiologia%20de%20los%20trastornos%20de%20la%20conducta%20alimentaria.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pilay, L. y Zambrano, R. (2021). *Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro de salud Junín en tiempos de pandemia*. Revista Científica

Biomédica del ITSUP, vol. 4, N°1.

<https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/499/911>

Rodríguez, M., Gempeler, J., Botero-Rodríguez, F., y Castro, S. (2024). *Impacto del uso de plataformas de video llamadas en las preocupaciones con la apariencia física en pacientes con Trastornos Alimentarios y de la*

población general durante la Pandemia por COVID 19. Revista mexicana de trastornos alimentarios, 13(2), 119-133.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-15232023000200119&script=sci_arttext

Samatán-Ruiz, E. y Ruiz-Lázaro, P. (2021). *Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes durante pandemia covid-19: estudio transversal. Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 38(1), 40–52.
<https://www.aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/view/402>

Termorshuizen, J., Watson, H., Thornton, L., Borg, S., Flatt, R., MacDermid, C., Harper, L., Van Furth, E., Peat, C. y Bulik, C. (2020). *Early Impact of COVID-19 on Individuals with Eating Disorders: A survey of ~1000 Individuals in the United States and the Netherlands. International Journal of Eating Disorders*.
<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.05.28.20116301v2>

Vall, H., Roque, A. y Saldaña, C. (2021). *El impacto de la pandemia por covid-19 y del confinamiento en las alteraciones alimentarias y el malestar emocional en adolescentes y jóvenes de España. Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, Vol. 29, Nº 2, 2021, pp. 345-364.
https://www.researchgate.net/profile/Carmina-Saldana/publication/354855136_El_impacto_de_la_pandemia_por_covid-19_y_del_confinamiento_en_las_alteraciones_alimentarias_y_el_malestar_emocional_en_adolescentes_y_jovenes_de_Espana/links/61f2b43fdafcdb25fd55c7d1/El-impacto-de-la-pandemia-por-covid-19-y-del-

[confinamiento-en-las-alteraciones-alimentarias-y-el-malestar-emocional-en-adolescentes-y-jovenes-de-Espana.pdf](#)

Vindas, M., Sánchez, M. y Salamea, R. (2022). *Alteración de la conducta alimentaria durante la pandemia generada por el COVID-19*. Revista Espacios Vol. 43 (08).

<https://www.revistaespacios.com/a22v43n08/a22v43n08p04.pdf>

ANEXOS

Tabla 1

Artículos seleccionados para el estudio

Título	Objetivos	Resultados
<p>Impacto del uso de plataformas de video llamadas en las preocupaciones con la apariencia física en pacientes con Trastornos Alimentarios y de la población general durante la Pandemia por COVID 19 (Rodríguez, Gempeler, Botero y Castro, 2023)</p>	<p>Explorar el impacto del uso cotidiano de plataformas de videollamadas en las cogniciones, emociones y comportamientos relacionados con la autoimagen en pacientes con Trastornos del Comportamiento Alimentario (TCA) y personas de la población general, durante la pandemia por COVID-19.</p>	<p>Los pacientes reportaron una mayor incomodidad frente a la cámara, preocupación con la apariencia física, miedo a la crítica, vergüenza y sentimientos de vulnerabilidad, comparados con las personas de la población general. Predominaron los pensamientos negativos sobre la forma y el tamaño del rostro y otras partes del cuerpo y las conductas de chequeo y/o evitación de la imagen corporal, que interfirieron con la concentración y el rendimiento académico.</p>
<p>Impacto de la pandemia Covid-19 en la salud mental de adolescentes de Lambayeque (Muro, Cieza, Diaz, Palacios y Vilela, 2021)</p>	<p>Describir el impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los adolescentes del entorno de estudiantes de la asignatura de Enfermería en el Cuidado del Neonato, Niño y</p>	<p>Los resultados revelaron que el 52,50% de adolescentes algunas veces han sufrido impacto de la pandemia en su dimensión emocional, y el 54% y 53 % muy pocas veces en la dimensión social y psicológica respectivamente. El nivel de impacto en la dimensión emocional fue medio, y bajo en las dimensiones social y psicológica.</p>

<p>Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19: Un estudio transversal (Bautista, Gonzales, Gonzales y Vásquez, 2023)</p>	<p>Determinar la prevalencia de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. Asimismo, explorar la asociación de TCA y ansiedad con las variables sexo, edad, semestre y programa educativo.</p>	<p>Dado el punto de corte de 20 para el EAT-26, se encontró 20.1% de estudiantes en riesgo de presentar TCA. El riesgo fue significativamente mayor en las mujeres (22.4%) en comparación a los hombres (14.7%). Predominaron niveles moderados de ansiedad (32.2%) y severo (24.3%) en los estudiantes. El riesgo de TCA puede aumentar hasta cuatro veces más si tiene síntomas de ansiedad. Una parte importante de los encuestados presentó conductas alimentarias de riesgo asociadas con los niveles de ansiedad mostrada durante la pandemia</p>
<p>Alteración de la conducta alimentaria durante la pandemia generada por el COVID – 19 (Vindas, Sánchez y Salamea, 2022)</p>	<p>El objetivo del estudio es examinar los trastornos de conducta alimentaria que ha generado la crisis del confinamiento por COVID-19 en estudiantes universitarios durante el transcurso de los años 2020-2021.</p>	<p>En cuanto a los resultados obtenidos en el EDI-3 RF se encontró que la sub escala que evalúa a) un deseo extremo de estar más delgado, b) preocupación por la alimentación, c) preocupación por el peso y d) un temor intenso a ganar peso, obtuvo más participantes que cumplieron con el criterio de remisión (50.9%), siendo este el constructo fundamental de los TCA, considerado un criterio esencial para el diagnóstico, según algunos sistemas de clasificación; además, estudios han hallado que dicha escala</p>

es un buen predictor de TCA en adolescentes y adultos, concluyendo que la característica básica de los trastornos de conducta alimentaria son las distorsiones cognitivas, en este caso la sobrevaloración del peso y la figura corporal. A partir de los datos obtenidos también se puede concluir que los hábitos alimentarios, la conducta de control de peso y la percepción de la imagen corporal, juegan un papel fundamental en el desarrollo de los TCA, y que el desencadenante es el deseo o necesidad de ser delgado.

<p>Impacto del uso de plataformas de video llamadas en las preocupaciones con la apariencia física en pacientes con Trastornos Alimentarios y de la población general durante la Pandemia por COVID 19 (Rodriguez, Gempeler, Botero y Castro, 2023)</p>	<p>Explorar el impacto del uso cotidiano de plataformas de videollamadas en las cogniciones, emociones y comportamientos relacionados con la autoimagen en pacientes con Trastornos del Comportamiento Alimentario (TCA) y personas de la población general, durante la pandemia por COVID-19</p>	<p>Los pacientes reportaron una mayor incomodidad frente a la cámara, preocupación con la apariencia física, miedo a la crítica, vergüenza y sentimientos de vulnerabilidad, comparados con las personas de la población general. Predominaron los pensamientos negativos sobre la forma y el tamaño del rostro y otras partes del cuerpo y las conductas de chequeo y/o evitación de la imagen corporal, que interfirieron con la concentración y el rendimiento.</p>
<p>Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro</p>	<p>Identificar los hábitos alimenticios en los adolescentes de 13 a 19</p>	<p>El mayor problema de los hábitos alimenticios de los adolescentes es el poco conocimiento al momento</p>

<p>de salud Junín en tiempos de pandemia (Pilay y Zambrano, 2021)</p>	<p>años del centro de salud Junín en tiempos de pandemia,</p>	<p>de la elección de los alimentos, y la poca frecuencia de consumo de alimentos nutritivos y variados que aportan nutrientes y proteínas para el normal desarrollo de los adolescentes. Los factores de riesgos que influyen en los hábitos alimenticios de los adolescentes son los factores socioeconómicos, debido a la pandemia la situación económica ha sido la que más afectada ha estado dentro de los senos familiares, provocando que la alimentación no compense lo que organismo necesita para un correcto funcionamiento</p>
<p>El impacto de la pandemia por COVID-19 y del confinamiento en las alteraciones alimentarias y el malestar emocional en adolescentes y jóvenes de España (Vall-Roqué, Andrés y Saldaña, 2021)</p>	<p>El objetivo de este estudio fue determinar el impacto psicológico del confinamiento por COVID-19 sobre las alteraciones alimentarias y malestar emocional en una muestra comunitaria española.</p>	<p>Considerando la pequeña proporción de hombres y al hallar diferencias significativas entre sexos, la mayoría de los resultados fueron informados solo para las mujeres. Un 30,8%, 25,4% y 20,5% de la muestra presentó niveles graves o muy graves de depresión, ansiedad y estrés respectivamente. La calidad del sueño, los hábitos alimentarios, las preocupaciones por la apariencia física, por el futuro y por la salud habían empeorado a raíz del confinamiento. Una menor edad, no tener pareja, el desempleo, no haber contraído COVID-19 o no estar seguro de ello, el fallecimiento de un</p>

ser querido por COVID-19, y no tener un lugar donde relajarse fueron factores asociados al malestar psicológico y las alteraciones alimentarias. El análisis de ecuaciones estructurales confirmó la influencia directa de las variables relacionadas con el confinamiento en la psicopatología. Esto sugiere que la pandemia puede haber tenido un impacto significativo en la salud mental y en la conducta alimentaria.

Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes durante pandemia covid-19: estudio transversal (Samatán-Ruiz, Ruiz-Lázarp, 2021)	Determinar tipos de comportamientos y gravedad de sintomatología en niños y adolescentes asistidos en una Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) durante el periodo de COVID-19 frente al mismo periodo del año anterior.	61 pacientes fueron asignados al periodo comprendido entre el 1 de enero y el 31 de diciembre del 2019 y 71 al mismo periodo del 2020. El diagnóstico mayoritario en ambos grupos fue el de anorexia nerviosa restrictiva presentando una incidencia del 53,5% durante el confinamiento. El análisis sugirió una tendencia hacia las conductas restrictivas siendo la disminución entre 10 y 19,9 kg de peso significativa en el grupo de COVID (35,8%) frente al de No COVID (25,5%). La diferencia entre los pacientes categorizados de “alta gravedad” frente a los de “baja gravedad” durante la pandemia fue significativa con respecto al periodo anterior, utilizando un modelo de ajuste por edad y sexo.
---	--	---
