

RIESGO DE PADECER TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN NUTRICIÓN EN CINCO UNIVERSIDADES DE ARGENTINA

RISKS OF DEVELOPING EATING DISORDERS ON UNDERGRADUATE NUTRITION STUDENTS IN FIVE UNIVERSITIES OF ARGENTINA

Rocío Gili¹, Jesica Otero¹, Ivana Sandoval¹, Liliana Ascaino¹, Marcela Leal², Elsa Olmedo³, Lisandra Viglione⁴

¹ Universidad Adventista del Plata, Entre Ríos, Argentina

² Universidad Maimónides, Ciudad de Buenos Aires, Argentina

³ Universidad de Concepción del Uruguay (Sede Rosario y Sede Santa Fe), Santa Fe, Argentina

⁴ Universidad FASTA, Mar del Plata, Argentina

Correspondencia: Rocío Victoria Gili

E-mail: rociovictoriag@gmail.com

Presentado: 04/01/14

Aceptado: 11/06/15

RESUMEN

Objetivos: esta investigación -desarrollada durante los meses de agosto, septiembre y octubre de 2013- tuvo como objetivo identificar el riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes cursantes de 1° a 5° año de la carrera de Licenciatura en Nutrición en cinco universidades de Argentina.

Materiales y métodos: el diseño del estudio es descriptivo y de corte transversal. El instrumento que se utilizó para recolectar los datos es el Test de Actitudes Alimenticias-26.

Resultados y conclusiones: la investigación muestra que los estudiantes presentaron un 13,3% de riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria, encontrándose que, según la universidad a la que asisten, existe mayor o menor riesgo de presentar trastornos de la conducta alimentaria (TCA). En relación al estado nutricional de los alumnos se observó que aquellos que mostraron sobrepeso y obesidad presentaron mayor riesgo de padecer TCA. El estudio reflejó la gran preocupación de los estudiantes en relación con los alimentos que ingieren y la posibilidad de aumentar su peso corporal. Al detectarse que pueden existir casos de alumnos de la Carrera de Nutrición con algún tipo de TCA, se recomiendan medidas preventivas en relación a este tema y al correcto tratamiento y/o derivación en los casos diagnosticados.

Palabras clave: trastornos de la conducta alimentaria, estudiantes de Nutrición, EAT 26 (Test de Actitudes Alimentarias).

ABSTRACT

Objetives: the purpose of this study is to identify the risk of developing eating disorders in students from 1st to 5th year of the degree in Nutrition from five universities in Argentina. It was developed during the months of August, September and October 2013.

Materials and methods: the study design is descriptive and cross-sectional, and the measure used to collect the data is the Eating Attitudes Test-26 (EAT-26).

Results and conclusions: this research shows that students have 13,3% risk of developing eating disorders. It was found that depending on the University attended by students, there is a greater or lesser risk of eating disorders. It was observed that those who are overweight and obese are at increased risk for these diseases regarding nutritional status of students. It is notorious the concern among students about food and weight gain. This shows that there might be cases of Nutrition students with some sort of eating disorders. That is why we recommend taking preventive measures in relation to this issue and the correct treatment or referral in diagnosed cases.

Key words: eating disorders, Nutrition students, EAT-26 (Eating Attitudes Test-26).

INTRODUCCIÓN

Actualmente, desde el punto de vista nutricional, se destacan dos hechos cruciales que definen a la sociedad de consumo: la amplia oferta de alimentos y la disminución del tiempo y de las capacidades para realizar una elección correcta. Debido a esta realidad las personas buscan generar nuevas alternativas de alimentación. Ha surgido así una preocupación exagerada por el control del peso y una necesidad de modificar la dieta. Este nuevo patrón alimentario suele provocar conductas inadecuadas generando trastornos alimentarios¹.

Los adolescentes y jóvenes universitarios son el grupo de mayor riesgo en lo que refiere a enfermedades del comportamiento alimentario y hace que sean punto de mira en el estudio científico de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA)².

Trastornos de la conducta alimentaria

En la actualidad se denomina TCA a un conjunto de actitudes, comportamientos y estrategias asociado a una preocupación permanente por el peso y la imagen corporal. Las personas con TCA presentan una serie de conflictos psicosociales y se sienten condicionadas por el logro y/o persistencia de un estado de delgadez³. Los factores que influyen en el desarrollo de TCA están interrelacionados y se clasifican en factores individuales, familiares y socioculturales.

Dentro del grupo de los TCA se incluyen:

1. Anorexia nerviosa.
2. Bulimia nerviosa.
3. Trastornos no específicos definidos como formas parciales, incompletas o mixtas de alguno de los trastornos anteriormente mencionados.
4. Obesidad especialmente cuando se relaciona a un TCA, con rasgos psicológicos y una percepción de la imagen corporal negativa⁴.

Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición

En la actualidad, al Licenciado en Nutrición se le exige mostrar el conocimiento y la habilidad en el área de su profesión, pero el contexto social le solicita cumplir con imposiciones relacionadas a la imagen corporal. Se le reclama presentar una figura delgada bajo el supuesto símbolo que se promueve en el medio social, manifestando el siguiente paradigma: imagen corporal delgada igual a éxito y no a manera de un factor importante en el área de la salud. Desde este punto de vista, los futuros profesio-

nales de la nutrición se enfrentarán al cumplimiento de ambas exigencias, condicionándose a personificar la imagen a partir de la perspectiva social e incorporar el paradigma de la relación delgadez-éxito. Al no conseguir este paradigma puede desarrollarse mayor preocupación por el peso, la imagen corporal y el estilo de vida alimenticio. Esto puede inducir a alguno de ellos a conductas y comportamientos de riesgo si no se consigue equiparar la exigencia social con su realidad, incrementando la ansiedad y traspasando los límites "normales" de la salud pudiendo presentar síntomas característicos de los TCA⁵.

Antecedentes

Un estudio realizado en Turquía indica que los estudiantes de Nutrición son más sensibles a las actitudes alimentarias, la forma del cuerpo y el índice de masa corporal (IMC). Casi todos los estudiantes que participaron en el estudio pensaron que deberían tener la imagen corporal ideal y una dieta sana y equilibrada debido a la importancia de la apariencia física en el éxito social de un nutricionista⁶.

Se efectuó un estudio epidemiológico con un curso universitario de Nutrición de la Universidad Federal de Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil. La muestra se llevó a cabo con 175 estudiantes que aceptaron participar, los cuales llenaron un formulario con información personal y respondieron los cuestionarios del Test de Actitudes Alimenticias-26 (EAT-26, por sus siglas en inglés). Los resultados demostraron que el 21,7% de los estudiantes tenía un alto riesgo de desarrollar trastornos de la alimentación, el 41,7% un riesgo bajo y el 36,6% no presentaba riesgo de TCA⁷.

La Lic. Sandoval realizó un estudio con alumnos de Nutrición de la Universidad Adventista del Plata, Entre Ríos, Argentina, con el objetivo de identificar el riesgo de padecer TCA. Dicho estudio se concretó durante el año 2012, con una muestra de 89 alumnos cursantes de 1° a 5° año de la carrera de Licenciatura en Nutrición. Los resultados indicaron que los estudiantes presentaron un riesgo de 15,7% de padecer TCA. No se observó una diferencia significativa entre los años de cursado y el riesgo de padecer la enfermedad. El IMC promedio fue de 22,87 kg/m², sin embargo se observó que a mayor IMC hay mayor porcentaje de alumnos con riesgo⁸.

Las razones expuestas justifican que este estudio se plantee investigar el siguiente interrogante: ¿cuál es el riesgo de padecer TCA en estudiantes de Nutrición en Argentina durante el año 2013?

Justificación del estudio

El comienzo de los TCA se asocia muy a menudo a acontecimientos estresantes como, por ejemplo, el abandono del hogar para estudiar en la universidad². A esto se suma la susceptibilidad al desarrollo de este tipo de enfermedades en estudiantes de carreras universitarias relacionadas con la salud, especialmente de la carrera de Nutrición, quienes muy a menudo mantienen una constante preocupación por el aspecto físico.

Este contexto, combinado con el conocimiento de los alimentos adquirido durante el curso de los estudios, hace que los estudiantes de la Licenciatura en Nutrición merezcan más atención debido a que poseen mayor riesgo de desarrollar este tipo de trastornos.

El incremento de la prevalencia de los TCA sugiere que los nutricionistas junto con otras profesiones como bailarines, modelos y atletas prioricen las acciones dirigidas a la prevención del problema para evitar llegar al tratamiento del mismo⁹.

Esta investigación tiene como propósito incursionar sobre el riesgo de padecer TCA en estudiantes de Nutrición de cinco universidades argentinas. La importancia de estos datos radica en que son necesarios para aplicar medidas relacionadas con el tema a fin de que dichos profesionales posean patrones normales en su conducta alimentaria para ejercer un desarrollo ético de la profesión.

OBJETIVO GENERAL

Identificar la prevalencia de riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes cursantes de 1° a 5° año de la carrera de Licenciatura en Nutrición en cinco universidades de Argentina.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Determinar la prevalencia de estudiantes con riesgo de padecer TCA según edad y año de cursado.
2. Comparar la prevalencia de estudiantes con riesgo de padecer TCA entre las cinco universidades.
3. Identificar la relación existente entre el IMC y el riesgo de padecer TCA en los estudiantes.

MATERIALES Y MÉTODOS

Ámbito y duración del estudio

Este estudio se llevó a cabo entre los meses de agosto, septiembre y octubre del año 2013 en universidades públicas y privadas de Argentina.

Diseño metodológico

El diseño es descriptivo, transversal y retrospectivo.

Población de estudio

Para esta investigación se solicitó la participación de todos los alumnos cursantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición de cinco universidades argentinas. Se estudió la población completa pero la muestra quedó conformada por los 414 alumnos que accedieron a contestar las encuestas en su totalidad.

Criterios de inclusión

1. Estudiantes cursantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición de alguna de las cinco universidades argentinas seleccionadas que dieron su consentimiento para participar en el estudio.
2. Estudiantes que enviaron el cuestionario completo.

Criterios de exclusión

1. Estudiantes que no dieron su consentimiento para participar.

Criterios de eliminación

1. Estudiantes cuyos cuestionarios estaban incompletos.

Procedimiento de recolección de datos

Se solicitó la participación a los estudiantes de cinco universidades argentinas, las cuales fueron seleccionadas por su disposición a participar del estudio. Se recibieron las respuestas de 414 estudiantes que completaron el cuestionario en forma *online* durante los meses de agosto, septiembre y octubre del año 2013.

El instrumento utilizado para la recolección de datos fue el cuestionario EAT-26 (Eating Attitudes Test), que se ha utilizado en diferentes estudios para identificar, de manera temprana, la presencia de TCA¹⁰. Este instrumento contenía preguntas breves sobre datos sociodemográficos y la evaluación de tres áreas específicas:

1. La dieta: evitación de alimentos que engordan y preocupación por ser más delgado (ítems 1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24 y 25).
2. Bulimia y preocupación por la comida: pensamientos relacionados con los alimentos y conductas bulímicas (ítems 3, 4, 9, 18, 21 y 26).
3. Control oral: control en el comer y presión percibida por parte de los demás para aumentar de peso (ítems 2, 5, 8, 13, 15, 19 y 20)¹¹.

Las preguntas se contestan mediante una escala tipo Likert con seis categorías de frecuencia: siempre, casi siempre, frecuentemente, a veces, rara vez y nunca. Las preguntas desde la 1 a la 24 y la 26 (en dirección favorable a la variable) toman el siguiente puntaje: nunca, rara vez y a veces: 0 puntos; frecuentemente: 1 punto; casi siempre: 2 puntos, y la categoría siempre: 3 puntos. Para el caso del ítem 25 (en dirección desfavorable a la variable) la puntuación es: siempre, casi siempre y frecuentemente 0 puntos; a veces 1 punto; rara vez 2 puntos, y nunca 3 puntos. El puntaje final de la prueba corresponde a la suma de todos los ítems, cuyo total puede variar entre 0 y 78 puntos. Si se obtiene un puntaje igual o superior a 20 se asocia a actitudes y conductas alimentarias de riesgo relacionadas con desórdenes alimentarios. Si la calificación final es menor de 20 puntos se considera como una prueba negativa para trastornos alimenticios¹².

Análisis estadístico

Una vez obtenidos los datos se efectuó una comparación de medias para todos los ítems del cuestionario. La carga y el procesamiento de datos se realizaron en una base de datos utilizando el programa informático estadístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS), versión 20.0 para Windows y el programa Excel, versión 2010 para Windows.

RESULTADOS

Descripción de los sujetos

La muestra fue de 414 encuestas de cinco universidades argentinas recolectadas durante los meses de agosto, septiembre y octubre del año 2013.

Variable demográfica		N	%
Sexo	Hombre	33	92,0
	Mujer	381	08,0
Edad	18 a 23	250	60,3
	24 o más	164	39,6
Año de cursado	Primero	63	15,2
	Segundo	49	11,8
	Tercero	91	21,9
	Cuarto	156	37,6
	Quinto	55	13,2
Universidad	Número 1	79	19,0
	Número 2	107	25,8
	Número 3	62	14,9
	Número 4	63	15,2
	Número 5	103	24,8
IMC	Bajo peso	23	5,55
	Normal	343	82,9
	Sobrepeso	39	09,4
	Obesidad I	9	02,2

Tabla 1: Características demográficas de los estudiantes de la carrera de Nutrición de cinco universidades argentinas. Octubre de 2013.

Los resultados del test aplicado se presentan a continuación. Se calculó la prevalencia de estudiantes con riesgo de padecer TCA y los resultados arrojaron que un 13,3% presentó riesgo, es decir que obtuvo un puntaje igual o mayor a 20 puntos en el test EAT-26. Se observó la prevalencia de estudiantes con riesgo de padecer TCA según el rango de edad (Tabla 2), detectándose que el riesgo de padecer TCA fue más alto en el rango de 18 a 23 años. Esta asociación no fue significativa.

Diagnóstico del EAT-26				
Edad	Sin riesgo de padecer TCA		Con riesgo de padecer TCA	
	N	%	N	%
18 a 23	211	84,4	39	15,6
24 o más	148	90,2	16	9,8
Total	359	86,7	55	13,3

$p=0,087$ para prueba de Chi cuadrado.

Tabla 2: Distribución de frecuencias y porcentajes de riesgo de padecer TCA según el rango de edad de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

Según el año de cursado de los estudiantes se observó que el porcentaje mayor de riesgo se obtuvo en el primer año de cursado (22,2%) y disminuyó progresivamente hasta el último año de la carrera (9,1%) (Tabla 3). No se encontró asociación estadísticamente entre el año de cursado y el porcentaje de riesgo de padecer TCA.

Diagnóstico del EAT-26				
Año de cursado	Sin riesgo de padecer TCA		Con riesgo de padecer TCA	
	N	%	N	%
Primero	49	77,8	14	22,2
Segundo	41	83,7	8	16,3
Tercero	80	87,9	11	12,1
Cuarto	139	89,1	17	10,9
Quinto	50	90,9	5	9,1
Total	359	86,7	55	13,3

$p=0,166$ para prueba de Chi cuadrado.

Tabla 3: Distribución de frecuencias y porcentajes de riesgo de padecer TCA según el año de cursado de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

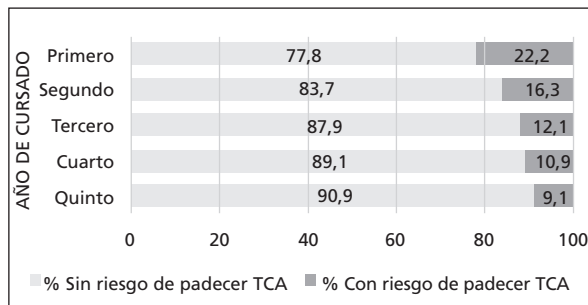


Gráfico 1: Distribución de porcentajes de riesgo de padecer TCA según el año de cursado de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

Se comparó la prevalencia de estudiantes con riesgo de padecer TCA de acuerdo a la universidad a la que asistían (Tabla 4). Se observaron resultados estadísticamente significativos. En este caso, las universidades número 1, 3 y 5 obtuvieron puntajes más altos (20,3%, 17,7% y 15,5%) con respecto al riesgo de padecer TCA en relación a las universidades número 2 y 4 (7,5% y 6,3%).

Diagnóstico del EAT-26				
Universidad	Sin riesgo de padecer TCA		Con riesgo de padecer TCA	
	N	%	N	%
Universidad número 1	63	79,7	16	20,3
Universidad número 2	99	92,5	8	7,5
Universidad número 3	51	82,3	11	17,7
Universidad número 4	59	93,7	4	6,3
Universidad número 5	87	84,5	16	15,5
Total	359	86,7	55	13,3

$p=0,031$ para prueba de Chi cuadrado.

Tabla 4: Distribución de frecuencias y porcentajes de riesgo de padecer TCA según la universidad a la que asisten los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

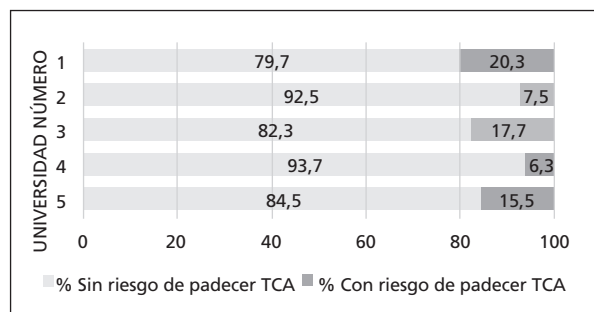


Gráfico 2: Distribución de porcentajes de riesgo de padecer TCA según la universidad a la que asisten los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

Se calculó el IMC de los participantes y se lo relacionó con el riesgo de padecer TCA. (Tabla 5). Se evidenció que hubo una asociación estadísticamente significativa entre ambos. De este modo los estudiantes con mayor IMC, diagnosticados con sobrepeso y obesidad, tendrían mayor riesgo de sufrir TCA (con un porcentaje de 17,9 y 44,4%) en comparación con aquellos con normo o bajo peso (12 y 13%).

Diagnóstico del EAT-26				
Diagnóstico del IMC	Sin riesgo de padecer TCA		Con riesgo de padecer TCA	
	N	%	N	%
Bajo peso	20	87,0	3	13,0
Normal	302	88,0	41	12,0
Sobrepeso	32	82,1	7	17,9
Obesidad I	5	55,6	4	44,4
Total	359	86,7	55	13,3

$p=0,031$ para prueba de Chi cuadrado.

Tabla 5: Distribución de frecuencias y porcentajes de riesgo de padecer TCA según el estado nutricional de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

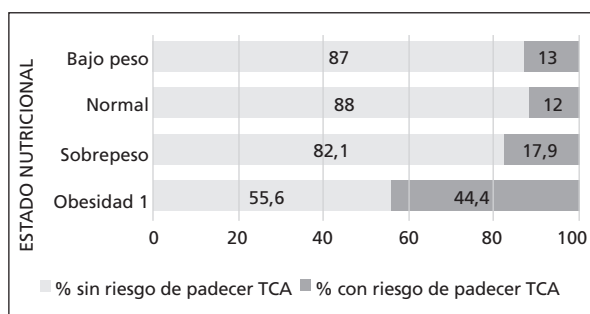


Gráfico 3: Distribución de porcentajes de riesgo de padecer TCA según el estado nutricional de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición de cinco universidades de Argentina. Octubre de 2013.

DISCUSIÓN

El 13,3% de los estudiantes que conformó la muestra ($n=414$) presentó riesgo de padecer algún TCA. Este resultado es similar al obtenido en un estudio realizado en la Universidad Adventista del Plata (Argentina) durante el año 2011, que estableció que un 15,7% de los estudiantes de la Carrera de Nutrición presentó riesgo de padecer TCA⁸.

Respecto de la presencia de riesgo de padecer TCA en función del año cursante de la Carrera de Lic. en Nutrición, en el estudio realizado en Valparaíso se pudo observar que los alumnos de los dos primeros años de la carrera presentaron mayor riesgo en comparación a los que cursaban los últimos años (tercero y cuarto) (39,5 vs 15%)¹³. En esta investigación se obtuvieron porcentajes similares, detectándose que en los dos primeros años el 38,5% presentó riesgo de padecer un TCA, valor mayor que en 3° y 4° año (23%).

Un estudio realizado con alumnos de la Carrera de Nutrición en Argentina demostró que el 73,3%

de los alumnos con riesgo de TCA presentaba diagnósticos de sobrepeso y obesidad⁸. En este estudio se observó que los alumnos participantes con sobrepeso y obesidad son los que presentaron mayor porcentaje de riesgo de padecer TCA (62,3%) ($p=0,031$).

Si bien no se obtuvieron datos significativos con respecto a la edad de los estudiantes que presentaban riesgo de padecer TCA, se ha estudiado que los adolescentes tienen un mayor riesgo de desarrollar dichos trastornos, al parecer debido a las preferencias sociales por la delgadez y a un estilo de vida centrado en la imagen y la figura corporal propios de esta etapa de la vida⁹. Un resultado que podría indicar esta tendencia es encontrar mayor riesgo de padecer TCA en los primeros años de universidad de los estudiantes encuestados.

Las investigaciones epidemiológicas actuales sobre los trastornos de la conducta alimentaria deben dirigirse hacia el estudio de los comportamientos alimentarios desajustados y de las variables cognitivas asociadas en relación a la percepción de la imagen corporal para determinar los factores de riesgo y detectar a los sujetos más vulnerables¹⁴. Es por esto que creemos importante profundizar los datos de la presente investigación.

CONCLUSIONES

1. El 13,3% de los estudiantes encuestados presentó riesgo de padecer algún trastorno de la conducta alimenticia.
2. No se encontró asociación estadísticamente significativa entre la edad, el año de cursado de los estudiantes y el riesgo de padecer TCA.
3. Se encontró asociación estadísticamente significativa entre la universidad a la que asisten los alumnos y el riesgo de sufrir TCA.
4. Se evidenció que hay una asociación estadísticamente significativa entre el IMC de los participantes y el riesgo de padecer TCA.

Agradecimientos

A la Licenciada Jesica Otero por su ayuda y dedicación en esta investigación. A los directivos de las cinco universidades de Argentina que facilitaron el acceso para realizar la muestra del estudio.

REFERENCIAS

1. Prevención de los trastornos alimentarios. Disponible en: <http://www.emagister.com/curso-trastornos-alimentarios-anorexia-bulimia/prevencion-trastornos-alimentarios>. Consultado 24 de junio de 2013.
2. Plaza J. Medios de comunicación, anorexia y bulimia. Madrid, España, Revista Icono 14; 2010. 62-83.
3. Hernández A. Nutrición Clínica. Tratado de Nutrición. 2° Edición, Madrid, Médica Panamericana; 2010.
4. Hernández A. Nutrición humana en el estado de salud. Tratado de Nutrición, Tomo III, 2° Edición, Madrid, Médica Panamericana; 2010.
5. Chávez E, Camacho E, Maya M, et al. Conductas alimentarias y sintomatología de trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes de nutrición. Revista Mexicana de Trastornos Alimenticios; 2012. 3(1):29-37.
6. Kiziltan G, Karabudak E. Risk of abnormal eating attitudes among Turkish dietetic students. Adolescence; 2008. 43(171):681-90.
7. Silva J, Silva A, De Oliveira A. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares emestudantes de nutrição. Ciênc. Saúdecoletiva; 2012.
8. Sandoval I. Riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de Licenciatura en Nutrición. Entre Ríos, Argentina, Universidad Adventista del Plata; 2012.
9. Hernández N, Alves D, Arroyo M, et al. Del miedo a la obesidad a la obsesión por la delgadez: actitudes y dieta; 2012. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3305/nh.2012.27.4.5829>. Consultado 17 de diciembre de 2013.
10. Jorquera M, Botella-Garneria C, Guillen V, Marco H, Baños R. El test de actitudes hacia la comida – 26: Validación en una muestra española; 2006. Disponible en: <http://www.psiquiatria.com/bibliopsiquis/handle/10401/390>. Consultado 24 de junio de 2013.
11. Garner D, David M. About the EAT-26. Scoring and interpretation. (s.f.).
12. Jones J, Bennett S, Olmsted M, et al. Disordered eating attitudes and behaviors in teenaged girls: a school-based study. Canadian Medical Association Journal; 2001. 165, 547-52.
13. Behar A, Alviña W, Medinelli S, et al. Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de la carrera de nutrición y dietética; 2007. Disponible en <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182007000400003>. Consultado 24 de junio de 2013.
14. Gómez Sánchez R, Díaz Cuenca M, Fortea Gorbe M, et al. Prevalencia de los trastornos alimentarios en una muestra universitaria: ansiedad como factor de modulación; 2010. 19 (2-3): 124-128. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962010000200011>. Consultado 17 de diciembre de 2013.