

Riesgo de trastornos de conducta alimentaria en estudiantes de enfermería de una universidad particular de Perú

Risk of eating disorders in nursing students at a private university in Peru

Risco de transtornos do comportamento alimentar em estudantes de enfermagem de uma universidade privada do Peru

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:

<https://doi.org/10.33996/revistavive.v9i25.473>

Nicolás Magno Fretel Quiroz¹ 

nicolas.magno@udh.edu.pe

Limber Pinchi Fasanando² 

limberpinchi@unu.edu.pe

Moisés Amancio Cueva Muñoz² 

moises_cueva@unu.edu.pe

Dania Alida Correa Chuquiyauri¹ 

dania.correa@udh.edu.pe

Leydi Pérez Guimaraez² 

leydi_perez@unu.edu.pe

Giancarlo Remigio Enriquez Medina³ 

genriquez@unah.edu.pe

¹Universidad de Huánuco, Huánuco, Perú

²Universidad Nacional de Ucayali. Pucallpa, Perú

³Universidad Nacional Autónoma de Huanta. Huanta-Ayacucho, Perú

Artículo recibido 10 de noviembre 2025 / Aceptado 19 de diciembre 2025 / Publicado 6 de enero 2026

RESUMEN

El objetivo del estudio fue determinar el riesgo de trastornos de conducta alimentaria (TCA) en estudiantes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, 2025. Metodología, estudio de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de tipo transversal y prospectivo, de nivel descriptivo; la población muestral estuvo constituido por 385 estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, del ciclo 2025 – I; se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento se aplicó el cuestionario EAT-26 el cual considera como dimensiones: Dieta, Bulimia y preocupación por alimentos y Control oral. Resultados, la prevalencia de riesgo de TCA fue 32,5%. En la dimensión Dieta en el 24,9% fue alto; en la dimensión Bulimia/preocupación fue de 19,7% y Control oral 29,6%. El riesgo fue mayor en las edades de 16–19 (39,6%) y en los ciclos I y II (41,9%). Conclusión, aproximadamente 1 de cada 3 estudiantes mujeres presentó riesgo de TCA; predominan indicadores de control oral y restricción dietaria, lo que sustenta el tamizaje sistemático y la necesidad de realizar sesiones de consejería personalizada.

Palabras clave: Trastornos de la conducta alimentaria; Dieta; Bulimia; EAT-26; Estudiantes universitarias; Enfermería

ABSTRACT

The objective of the study was to determine the risk of eating disorders (ED) among students of the Nursing Academic Program at the Universidad de Huánuco in 2025. Methodology: a quantitative approach study with a non-experimental, cross-sectional, and prospective design, at a descriptive level. The sample population consisted of 385 female students from the Nursing Academic Program of the Universidad de Huánuco during the 2025–I academic term. The survey technique was used, and the EAT-26 questionnaire was applied as the instrument, which considers the following dimensions: Dieting, Bulimia and food preoccupation, and Oral control. Results: the prevalence of ED risk was 32.5%. In the Dieting dimension, 24.9% presented a high level; in the Bulimia/food preoccupation dimension, 19.7%; and in Oral control, 29.6%. The risk was higher among students aged 16–19 years (39.6%) and among those in the first and second academic cycles (41.9%). Conclusion: approximately 1 in 3 female students presented a risk of ED; indicators of oral control and dietary restriction predominated, supporting the need for systematic screening and personalized counseling sessions.

Key words: Eating disorders; Dieting; Bulimia; EAT-26; University students; Nursing

RESUMO

O objetivo do estudo foi determinar o risco de transtornos do comportamento alimentar (TCA) em estudantes do Programa Acadêmico de Enfermagem da Universidade de Huánuco, em 2025. Metodologia: estudo de abordagem quantitativa, de delineamento não experimental, transversal e prospectivo, de nível descritivo. A população amostral foi composta por 385 estudantes mulheres do Programa Acadêmico de Enfermagem da Universidade de Huánuco, no período letivo 2025–I. Utilizou-se a técnica de pesquisa por questionário e, como instrumento, aplicou-se o questionário EAT-26, que considera as seguintes dimensões: Dieta, Bulimia e preocupação com alimentos e Controle oral. Resultados: a prevalência de risco de TCA foi de 32,5%. Na dimensão Dieta, 24,9% apresentaram nível elevado; na dimensão Bulimia/preocupação com alimentos, 19,7%; e em Controle oral, 29,6%. O risco foi maior nas idades de 16–19 anos (39,6%) e nos ciclos I e II (41,9%). Conclusão: aproximadamente 1 em cada 3 estudantes mulheres apresentou risco de TCA; predominam indicadores de controle oral e restrição alimentar, o que sustenta a necessidade de triagem sistemática e realização de sessões de aconselhamento personalizado.

Palavras-chave: Transtornos do comportamento alimentar; Dieta; Bulimia; EAT-26; Estudantes universitárias; Enfermagem

INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón, constituyen un problema relevante de salud mental por su asociación con morbilidad médica, deterioro psicosocial y riesgo de muerte prematura en los cuadros más graves (1,2). En adolescentes y adultos jóvenes, los TCA suelen coexistir con otros problemas de salud mental, como depresión y ansiedad, lo que incrementa la complejidad clínica y la necesidad de detección precoz (1).

En el ámbito universitario, la transición a mayor autonomía, las exigencias académicas y los cambios en los hábitos de vida pueden interactuar con factores socioculturales (ideal de delgadez, presión estética, comparación social), favoreciendo conductas como restricción dietaria, preocupación persistente por el peso, atracones y conductas compensatorias (2–4). Estas expresiones no siempre cumplen criterios diagnósticos, pero sí pueden reflejar un continuo de riesgo que, sin intervención oportuna, puede progresar hacia trastornos clínicamente establecidos (3,4).

Diversos estudios en población estudiantil han reportado proporciones relevantes de conductas alimentarias de riesgo, con mayor afectación en mujeres (5). En este contexto, el uso de instrumentos de tamizaje estandarizados facilita

la identificación temprana de estudiantes con actitudes y prácticas alimentarias potencialmente problemáticas. El Eating Attitudes Test-26 (EAT-26) es uno de los instrumentos más utilizados internacionalmente para cribado, derivado del EAT original, y ha mostrado propiedades psicométricas aceptables en diferentes contextos y adaptaciones, incluyendo versiones en español (6,7).

En Huánuco y en el entorno universitario local, disponer de estimaciones sobre el riesgo de TCA en estudiantes de Enfermería es particularmente útil para orientar acciones desde bienestar universitario, salud mental y tutoría académica. Por ello, el presente estudio plantea determinar el riesgo de TCA mediante EAT-26 en una muestra de 385 estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, aportando evidencia para priorizar estrategias de tamizaje, consejería personalizada y derivación oportuna (1,3)

METODOLOGÍA

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, ya que se orientó a la medición objetiva del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) mediante la aplicación de un instrumento estandarizado y el análisis estadístico de los datos obtenidos. El estudio presentó un diseño no experimental, debido a que las variables

fueron observadas en su contexto natural sin manipulación por parte de los investigadores. Asimismo, fue de tipo transversal, porque la información se recolectó en un único momento durante el periodo académico 2025, y prospectivo, dado que los datos fueron obtenidos directamente de las participantes durante el desarrollo del estudio. El nivel de investigación fue descriptivo, puesto que tuvo como propósito identificar y caracterizar la presencia de riesgo de TCA en la población estudiada, sin establecer relaciones causales entre variables.

El estudio se llevó a cabo en el Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, institución de educación superior ubicada en la ciudad de Huánuco, Perú. La recolección de la información se realizó durante el ciclo académico 2025-II, en coordinación con las autoridades académicas del programa y en horarios previamente establecidos para facilitar la participación de las estudiantes.

La población de estudio estuvo conformada por estudiantes mujeres matriculadas en el Programa Académico de Enfermería durante el periodo académico mencionado. La muestra estuvo integrada por 385 estudiantes, quienes participaron de manera voluntaria en la investigación. Para la selección de las participantes se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando la disponibilidad de las estudiantes

y su aceptación para responder el cuestionario. En la muestra se incluyeron estudiantes de diferentes ciclos académicos, lo que permitió obtener una visión general del riesgo de TCA en distintas etapas de la formación universitaria.

Se establecieron criterios de inclusión, tales como: ser estudiante mujer matriculada en el Programa Académico de Enfermería durante el ciclo académico 2025-II, aceptar participar voluntariamente en el estudio y completar adecuadamente el instrumento de recolección de datos. Por otro lado, se excluyeron aquellas estudiantes que no completaron el cuestionario en su totalidad o que decidieron retirarse del estudio durante el proceso de recolección de la información.

Para la recolección de los datos se utilizó la técnica de la encuesta, la cual permitió obtener información directa de las participantes acerca de sus actitudes y comportamientos relacionados con la alimentación. Como instrumento se empleó el Eating Attitudes Test-26 (EAT-26), cuestionario ampliamente utilizado a nivel internacional para el tamizaje de conductas alimentarias de riesgo. Este instrumento está compuesto por 26 ítems con escala tipo Likert, que evalúan actitudes, percepciones y comportamientos asociados a los trastornos de la conducta alimentaria.

El cuestionario EAT-26 se organiza en tres dimensiones principales: Dieta, que evalúa la

restricción alimentaria, la preocupación por el peso corporal y la evitación de alimentos con alto contenido calórico; Bulimia y preocupación por los alimentos, que explora la presencia de pensamientos recurrentes sobre la comida, episodios de ingesta excesiva o conductas compensatorias; y Control oral, que mide el grado de autocontrol relacionado con la ingesta de alimentos y la influencia del entorno social sobre los hábitos alimentarios. El instrumento cuenta con propiedades psicométricas previamente validadas en diversos contextos internacionales y en población hispanohablante, por lo que en el presente estudio no fue necesario realizar procesos adicionales de validez o confiabilidad.

El procedimiento de aplicación del instrumento consistió en la entrega del cuestionario a las estudiantes que aceptaron participar en el estudio, previa explicación del objetivo de la investigación y de las condiciones de confidencialidad de la información. Las participantes completaron el cuestionario de manera individual y anónima, en un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos. Posteriormente, los cuestionarios fueron revisados para verificar que estuvieran completos antes de proceder con el registro de la información.

Para el procesamiento y análisis de los datos, la información recolectada fue organizada en una base de datos y analizada mediante estadística descriptiva. Se calcularon frecuencias absolutas

y porcentajes para describir las características sociodemográficas de las participantes y determinar la prevalencia del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria, tanto de forma general como en cada una de las dimensiones del instrumento. Los resultados fueron presentados en tablas estadísticas, lo que permitió facilitar la interpretación y comparación de los datos.

En cuanto a las consideraciones éticas, el estudio respetó los principios de la investigación con seres humanos, garantizando el anonimato, la confidencialidad de la información y la participación voluntaria de las estudiantes. Antes de la aplicación del cuestionario, se informó a las participantes sobre los objetivos del estudio y el uso exclusivamente académico de los datos recolectados, solicitándose su consentimiento informado para participar en la investigación.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este apartado se presentan los hallazgos obtenidos a partir de la aplicación del cuestionario Eating Attitudes Test-26 (EAT-26) a las estudiantes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco. Inicialmente, se describen las características sociodemográficas de la población estudiada, considerando variables como edad, ciclo académico, condición laboral y lugar de residencia. Posteriormente, se expone la

prevalencia del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en la muestra total, así como la distribución de dicho riesgo en las dimensiones evaluadas por el instrumento: dieta, bulimia y

preocupación por los alimentos, y control oral. Los resultados se presentan mediante frecuencias absolutas y porcentajes, organizados en tablas para facilitar su interpretación.

Tabla 1. Características sociodemográficas de estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco.

Variable	Categoría	fi	n = 385	%
Edad (años)	16–19	139		36.1
	20–23	173		44.9
	24–29	58		15.1
	≥30	15		3.9
Ciclo académico	I–II	86		22.3
	III–IV	181		47.0
	V–VI	118		30.6
Condición laboral	No trabaja	267		69.4
	Trabaja	118		30.6
Residencia	Con familia	291		75.6
	Sin familia	94		24.4

La Tabla 1, muestra que la población estudiada está conformada mayoritariamente por estudiantes jóvenes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco. En relación con la edad, predomina el grupo de 20 a 23 años con 44,9% (n=173), seguido de las estudiantes de 16 a 19 años con 36,1% (n=139), lo que evidencia que la mayor parte de la muestra se encuentra en etapas tempranas de la vida universitaria. Respecto al ciclo académico, la mayor proporción corresponde a los ciclos III–IV con 47,0% (n=181), seguidos de los ciclos V–VI con 30,6% (n=118), mientras que los ciclos iniciales I–II representan el 22,3% (n=86). En cuanto a la

condición laboral, se observa que la mayoría de las estudiantes no realiza actividades laborales (69,4%; n=267), lo que sugiere una dedicación predominante a sus estudios.

Finalmente, en relación con la residencia, se evidencia que tres de cada cuatro estudiantes viven con su familia (75,6%; n=291), mientras que 24,4% (n=94) reside sin el acompañamiento familiar. En conjunto, estos resultados reflejan un perfil predominante de estudiantes jóvenes, ubicadas en ciclos intermedios de la carrera, con dedicación principal a la formación académica y con apoyo del entorno familiar.

Tabla 2. Riesgo de trastorno de conducta alimentaria en estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, 2025.

Riesgo de trastorno de conducta alimentaria	n	n = 385
		%
Sin riesgo	260	67.5
Con riesgo	125	32.5
Total	385	100

La Tabla 2, muestra la distribución del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en las estudiantes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco durante el año 2025. Se observa que el 67,5% (n=260) de las participantes no presenta riesgo de trastorno de conducta alimentaria según los resultados del cuestionario EAT-26, mientras que el 32,5% (n=125) sí presenta riesgo de desarrollar este tipo de trastornos. Estos resultados indican que aproximadamente una de cada tres estudiantes

manifiesta actitudes o comportamientos alimentarios que podrían asociarse con la presencia de conductas alimentarias de riesgo. Aunque la mayoría de las estudiantes no presenta indicadores de riesgo, la proporción identificada es significativa y evidencia la necesidad de fortalecer estrategias de detección temprana, orientación nutricional y apoyo psicológico en el ámbito universitario, con el fin de prevenir la progresión hacia trastornos de la conducta alimentaria clínicamente establecidos.

Tabla 3. Riesgo de trastorno de conducta alimentaria, en la dimensión dieta, en estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, 2025.

Riesgo de trastorno de conducta alimentaria, dimensión dieta	n	n = 385
		%
Alto	96	24.9
Moderado	125	32.5
Bajo	164	42.6
Total	385	100.0

La Tabla 3, presenta la distribución del riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en la dimensión dieta en estudiantes del Programa

Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco durante el año 2025. Se observa que el 42,6% (n=164) de las estudiantes presenta un

nivel bajo de riesgo en esta dimensión, lo que indica menor presencia de conductas relacionadas con restricción alimentaria o preocupación excesiva por el peso corporal. No obstante, el 32,5% (n=125) evidencia un nivel moderado, mientras que el 24,9% (n=96) presenta un nivel alto de riesgo, lo que sugiere la presencia de comportamientos asociados con control estricto de la alimentación, evitación de determinados alimentos o preocupación por la delgadez.

En conjunto, estos resultados muestran que más de la mitad de las estudiantes (57,4%) presenta algún grado de riesgo en la dimensión dieta, lo que podría reflejar la influencia de factores socioculturales y personales relacionados con la imagen corporal y los hábitos alimentarios, resaltando la importancia de implementar acciones preventivas y de educación nutricional en el entorno universitario.

Tabla 4. Riesgo de trastorno de conducta alimentaria, en la dimensión Bulimia y preocupación, en estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, 2025.

Riesgo de trastorno de conducta alimentaria, dimensión bulimia y preocupación	n = 385	
	n	%
Alto	76	19.7
Moderado	99	25.7
Bajo	210	54.5
Total	385	100.0

La Tabla 4, presenta la distribución del riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en la dimensión bulimia y preocupación por los alimentos en estudiantes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco durante el año 2025. Los resultados muestran que el 54,5% (n=210) de las estudiantes se ubica en un nivel bajo de riesgo, lo que indica una menor presencia de conductas relacionadas con episodios de ingesta compulsiva o pensamientos recurrentes sobre la comida. Sin embargo, el 25,7% (n=99) presenta un nivel moderado y el 19,7% (n=76)

evidencia un nivel alto de riesgo, lo que sugiere la existencia de comportamientos y preocupaciones significativas vinculadas con la alimentación y el control del peso.

En conjunto, estos hallazgos indican que el 45,4% de las estudiantes presenta algún grado de riesgo en esta dimensión, lo que pone de manifiesto la necesidad de fortalecer estrategias de orientación y prevención en el ámbito universitario para identificar oportunamente conductas alimentarias problemáticas y promover hábitos saludables.

Tabla 5. Riesgo de trastorno de conducta alimentaria, en la dimensión control oral, en estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, 2025.

Riesgo de trastorno de conducta alimentaria, dimensión control oral	n = 385	
	n	%
Alto	114	29.6
Moderado	130	33.8
Bajo	141	36.6
Total	385	100.0

La Tabla 5, presenta la distribución del riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en la dimensión control oral en estudiantes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco durante el año 2025. Los resultados evidencian que el 36,6% (n=141) de las estudiantes presenta un nivel bajo de riesgo, mientras que el 33,8% (n=130) se ubica en un nivel moderado y el 29,6% (n=114) en un nivel alto. Estos datos indican que más del 60% de las estudiantes (63,4%) manifiesta algún grado de riesgo en esta dimensión, lo que sugiere la presencia de conductas relacionadas con el control estricto de la ingesta alimentaria, influencia del entorno social en los hábitos de alimentación y preocupación por mantener el control sobre lo que se consume. En conjunto, estos hallazgos reflejan que el control oral constituye una de las dimensiones con mayor presencia de conductas alimentarias de riesgo, lo que resalta la importancia de fortalecer estrategias de promoción de hábitos alimentarios saludables y de prevención de trastornos de la conducta alimentaria en el contexto universitario.

Discusión

Los resultados de la presente investigación evidencian que el 32,5% de las estudiantes mujeres del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco presenta riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) según el cuestionario EAT-26. Este hallazgo resulta relevante, ya que indica que aproximadamente una de cada tres estudiantes manifiesta actitudes o comportamientos alimentarios que podrían asociarse con el desarrollo de un TCA, lo que coincide con lo señalado por organismos internacionales que advierten que los trastornos alimentarios constituyen un problema creciente de salud mental en adolescentes y adultos jóvenes, especialmente en mujeres (1,2). En este sentido, la presencia de conductas alimentarias de riesgo en población universitaria representa un indicador importante para el desarrollo de estrategias de detección temprana y prevención.

Los resultados también evidencian que las dimensiones con mayor presencia de riesgo fueron control oral y dieta, lo que sugiere un patrón de

comportamiento caracterizado por restricción alimentaria, preocupación por el peso corporal y control estricto de la ingesta. Este patrón coincide con lo descrito en la literatura sobre TCA, donde la búsqueda de la delgadez y el control del peso corporal se identifican como factores centrales en el desarrollo de conductas alimentarias problemáticas (3,4). Según diversos estudios, las presiones socioculturales relacionadas con los estándares de belleza, la exposición a modelos corporales idealizados y la comparación social pueden reforzar comportamientos de restricción dietaria y control excesivo de la alimentación, particularmente en mujeres jóvenes (4).

En la dimensión dieta, más de la mitad de las estudiantes (57,4%) presentó niveles moderados o altos de riesgo, lo que sugiere la presencia de conductas relacionadas con evitación de alimentos, preocupación por el aumento de peso y control de las calorías ingeridas. Estos resultados pueden interpretarse en el contexto de los cambios propios de la vida universitaria, donde la transición hacia una mayor autonomía, las exigencias académicas y la adaptación a nuevos entornos sociales pueden influir en los hábitos alimentarios (2,3). De acuerdo con la literatura, este tipo de comportamientos puede constituir una fase inicial dentro del continuo de los trastornos alimentarios, que en ausencia de intervención

oportuna podría evolucionar hacia cuadros clínicos más severos (3).

Por otro lado, en la dimensión bulimia y preocupación por los alimentos, el 45,4% de las estudiantes presentó algún grado de riesgo, lo que indica la presencia de pensamientos recurrentes sobre la comida o comportamientos relacionados con episodios de ingesta excesiva o preocupación constante por la alimentación. Si bien el porcentaje de riesgo alto en esta dimensión fue menor en comparación con otras dimensiones, los resultados sugieren que una proporción considerable de estudiantes experimenta preocupaciones relacionadas con la alimentación, lo cual coincide con investigaciones en estudiantes universitarios que han reportado niveles significativos de preocupación por el peso y la imagen corporal (5).

Asimismo, los resultados muestran que el riesgo de TCA fue mayor en el grupo de edad de 16 a 19 años y en los ciclos académicos iniciales, lo cual podría estar relacionado con el proceso de adaptación a la vida universitaria. Durante esta etapa, las estudiantes pueden experimentar cambios importantes en su entorno social, hábitos de vida y responsabilidades académicas, lo que puede generar situaciones de estrés y vulnerabilidad psicosocial. Diversos estudios han señalado que la adolescencia tardía y la transición hacia la adultez temprana constituyen periodos

críticos para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, debido a la interacción de factores biológicos, psicológicos y socioculturales (1,3).

En cuanto al instrumento utilizado, el Eating Attitudes Test-26 (EAT-26) ha demostrado ser una herramienta válida y confiable para la identificación temprana de conductas alimentarias de riesgo en diferentes contextos culturales (6,7). Su aplicación en población universitaria permite detectar estudiantes con actitudes alimentarias potencialmente problemáticas que requieren una evaluación más profunda. No obstante, es importante destacar que el EAT-26 es un instrumento de tamizaje, por lo que los resultados obtenidos no constituyen un diagnóstico clínico, sino una señal de alerta que debe complementarse con evaluaciones clínicas especializadas (7).

En conjunto, los hallazgos de este estudio resaltan la importancia de fortalecer las estrategias de prevención y promoción de la salud mental en el ámbito universitario, particularmente en carreras del área de la salud. La implementación de programas de tamizaje periódico, educación nutricional, consejería psicológica y derivación oportuna a servicios especializados podría contribuir significativamente a la identificación temprana de estudiantes en riesgo y a la prevención del desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Asimismo, resulta necesario

promover entornos universitarios que fomenten hábitos de vida saludables, una relación positiva con la alimentación y una percepción corporal equilibrada, contribuyendo de esta manera al bienestar integral de las estudiantes (1,2,3).

Finalmente, estos resultados aportan evidencia relevante para el contexto universitario de Huánuco y constituyen una base para el desarrollo de futuras investigaciones orientadas a identificar factores asociados al riesgo de TCA, evaluar intervenciones preventivas y profundizar en el análisis de variables psicológicas, sociales y académicas relacionadas con las conductas alimentarias en estudiantes universitarios.

CONCLUSIONES

El estudio permitió evidenciar una presencia considerable de conductas alimentarias de riesgo en estudiantes del Programa Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, identificándose que cerca de un tercio de las participantes presenta indicadores compatibles con riesgo de trastornos de la conducta alimentaria según el cuestionario EAT-26. Este hallazgo refleja la existencia de patrones alimentarios y actitudes relacionadas con la alimentación que requieren atención preventiva dentro del entorno universitario.

El análisis por dimensiones mostró que control oral y dieta concentran las mayores proporciones de riesgo alto, lo que sugiere que en una parte importante de las estudiantes predominan conductas vinculadas con restricción alimentaria, preocupación por el peso corporal y control rígido de la ingesta. Estas manifestaciones pueden estar relacionadas con factores personales y socioculturales que influyen en la percepción de la imagen corporal y en los hábitos alimentarios durante la etapa universitaria.

Asimismo, se identificó una mayor presencia de riesgo en estudiantes más jóvenes y en los ciclos académicos iniciales, lo que sugiere que los primeros años de la vida universitaria constituyen un periodo particularmente vulnerable. En esta etapa confluyen procesos de adaptación académica, cambios en los estilos de vida y dinámicas sociales que pueden influir en la relación de las estudiantes con la alimentación y su imagen corporal.

En este contexto, los resultados del estudio resaltan la importancia de fortalecer las acciones de promoción de la salud mental y nutricional en el ámbito universitario, incorporando estrategias de detección temprana, orientación nutricional, consejería psicológica y derivación a servicios especializados cuando sea necesario. La implementación de programas preventivos

dirigidos a estudiantes, especialmente en los primeros ciclos académicos, podría contribuir significativamente a reducir el riesgo de desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.

Finalmente, la investigación aporta evidencia empírica relevante para el contexto universitario de Huánuco, constituyendo un punto de partida para futuras investigaciones orientadas a analizar factores asociados, variables psicológicas y socioculturales, así como el impacto de intervenciones preventivas destinadas a promover estilos de vida saludables y bienestar integral en la población estudiantil.

CONFLICTO DE INTERÉS. Los autores declaramos que no existe conflicto de interés para la publicación del presente artículo.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. La salud mental de los adolescentes. Ginebra: OMS; 2025. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
2. Organización Mundial de la Salud. Trastornos mentales. Ginebra: OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
3. National Institute of Mental Health. Los trastornos de la alimentación: lo que debe saber. Bethesda (MD): NIMH. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/los-trastornos-de-la-alimentacion>
4. Mayo Clinic. Trastornos de la alimentación: síntomas y causas. Mayo Clinic; 2023. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/eating-disorders/symptoms-causes/syc-20353603>

5. Ponce C, et al. Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de medicina y ciencias de la salud: prevalencia y factores asociados. Rev Cubana Salud Publica. 2017;43(4):551-561. <https://www.scielo.org/article/rcsp/2017.v43n4/551-561/es/>
6. Rivas T, Bersabé R, Jiménez M, Berrocal C. The Eating Attitudes Test (EAT-26): reliability and validity in Spanish samples. 2010. <https://www.redalyc.org/pdf/172/17217376048.pdf>
7. Constaín G, et al. Validez y utilidad diagnóstica de la escala EAT-26 para la evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria. 2014. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656714000134>