

CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.

FEDULLO, SILVINA

Profesora de Grado. Sede Formosa.

- E-mail: fedullosilvina_for@ucp.edu.ar

**MORALES, MARÍA JOSÉ
ZAYAS, MELISA ANDREA
CABALLERO, LEANDRO IVÁN**

INTRODUCCIÓN

Los trastornos alimentarios se caracterizan por una alteración del comportamiento alimentario dentro de los cuales se describen la bulimia, la anorexia nerviosa y la obesidad entre otros trastornos no especificados de la alimentación. Estos trastornos producen serias alteraciones psicofísicas y emocionales que se reflejan en el bienestar no solo individual, sino también social de la persona afectada. Factores de stress como ser los estudios universitarios pueden promover este tipo de conductas patológicas. Desde la década del 70 se ha observado un creciente interés por el estudio de los factores que inciden en los trastornos alimentarios; encontrándose que los

mismos se pueden determinar a travez de relacionar el índice de masa corporal (IMC) con los datos que arroja el test "EAT 26" La mayoría de estos estudios epidemiológicos han sido llevados a cabo en los grupos de alto riesgo, de diferentes sexos, dentro de la franja etaria de 15 a 20 años. Sin embargo estudios recientes han incluido jóvenes adultos de hasta 25 años de edad. Si bien Mengel y Schwiebert en "Medicina Ambulatoria" (1993), citan estudios epidemiológicos sobre estos trastornos en los cuales, la edad de comienzo varía entre los 12 y hasta los 25 años de edad afectando principalmente a mujeres. El presente trabajo amplía el rango a edades de hasta 30 años, con un nivel de instrucción formal universitario.

OBJETIVO

Por ello en esta investigación se fijó como objetivo determinar los valores resultantes del entrecruzamiento de los datos arrojados por el EAT test y los valores del IMC a fin de analizar el impacto del trastorno alimentario en la población estudiada.

MATERIAL Y MÉTODOS

El estudio se realizó en la Universidad de la Cuenca del Plata sede Formosa, entre los meses de julio a octubre de 2016, sobre una muestra de 103 alumnos seleccionados al azar entre aquellos que cursaron las carreras de: Licenciatura en Psicología, Abogacía y Contador Público; de manera tal que se pudieran representar los diferentes rangos de edad. El cuestionario que se realizo es el "Eating Attitudes Test" (EAT 26) que en castellano significa "Test de actitud hacia la comida", el cual fue suministrado a los alumnos por los investigadores durante el horario de dictado de clases. Las respuestas de las encuestas fueron anónimas y voluntarias.

La entrevista estructurada (test) incluyó los datos de edad, peso actual, talla, peso ideal y preguntas basadas en los criterios diagnósticos del DSM-IV para trastornos de la conducta alimentaria, lo



que permitió pesquisar y/o confirmar la presencia de trastornos de la conducta alimentaria en los encuestados; La edad y el sexo, así como la talla y el peso fueron datos proporcionados por los participantes. Con ellos se calculó el Índice de Masa Corporal (IMC) para posteriormente determinar los rangos dentro de los cuales se encontraban los encuestados, categorizándose en 5 grupos, de acuerdo con la clasificación de la Organización Mundial de la Salud: IMC <18,5 Bajo peso (o delgadez); IMC 18,5 a 24,9 Peso normal (o peso saludable); IMC de 25 a 29,9 Sobrepeso grado I (sobrepeso); IMC de 30 a 39,9 Sobrepeso grado II (obesidad); >40 Sobrepeso grado III (obesidad mórbida).

Los aspectos de ética científica fueron considerados y resultó válido como consentimiento informado la realización completa de las entrevistas estructuradas, por lo cual fueron excluidas todas aquellas que no realizaron adecuadamente la misma.

RESULTADOS

La investigación se realizó en 103 estudiantes de los cuales 71 fueron mujeres (68,9 %) y 32 varones (31,1 %), con un rango de edades entre 18 a 30 años. La edad media de los estudiantes fue de 24 años.

Se realizó el análisis de las conductas alimentarias (EAT 26), incluyendo la prevalencia de las conductas alimentarias de riesgo, luego el análisis del IMC y la relación entre IMC y score de EAT.

La comparación entre ambos sexos mostró un mayor porcentaje de mujeres con scores de EAT mayores a 10.

En el presente estudio fueron utilizadas 3 categorías de EAT para clasificar a los estudiantes respecto a sus conductas alimentarias en: grupo 1 sin riesgo (0 a 9 puntos), grupo 2 de bajo riesgo (10 a 19 puntos), grupo 3 de alto riesgo (20 o más puntos).

De los varones, el 28,1 % (9 casos) no tuvo riesgo, el 46,8 % (15 casos) tuvo bajo riesgo, y el 25,1 % (8 casos) tuvo alto riesgo. En cuanto a las mujeres la distribución de las categorías de riesgo fue la siguiente: el 22,5 % (16 casos) no tuvo riesgo, el 31 % (22 casos)

tuvo bajo riesgo, y el 46,5 % (33 casos) tuvo alto riesgo. El 77,3 % (52 casos) de las mujeres y el 71,8 % (23 casos) de los varones mostró conductas alimentarias alteradas en los rangos de riesgo del EAT (scores mayores o iguales a 10).

La relación entre IMC y scores de EAT mostró que 13,5% de las mujeres y 5,8% de los varones estuvieron dentro del rango normal con respecto al IMC y categorías de EAT. Hay varios patrones de desviación desde el rango normal.

El Índice de Masa Corporal promedio en este estudio fue de 23.68 para varones y 21.56 para mujeres, ambos correspondientes a un peso saludable. Los estudiantes fueron categorizados en los cinco grupos mencionados según la Organización Mundial de la Salud (OMS).

En la siguiente tabla se muestra la frecuencia de distribución de clases de IMC y categorías de EAT separadamente para ambos sexos en porcentual sobre el total de la población estudiada:

MC	<18,5 Bajo peso		18,5 a 24,9 Peso		25 a 29,9 Sobrepeso		30 a 39,9 Obesidad		≥40 Obesidad mórbida	
	Normal				ad					
	Feme- nino	Mascu- linino	Feme- nino	Mascu- linino	Feme- nino	Mascu- linino	Feme- nino	Mascu- linino		
EAT 0-9	1,94%		13,59%	5,8%		2,91%				
EAT 10-19	1,94%		19,41%	10,6%		1,94%		1,94%		
EAT ≥20	2,91%		21,35%	4,85%	5,89%	2,91%	0,98%			
Total porcentaje por rango	6,79%		54,35%	1,25%	5,89%	7,76%	0,98%	1,94%		

CONCLUSIÓN

Es importante destacar que el presente trabajo es el primero que investiga las conductas alimentarias de riesgo en la Universidad de la Cuenca del Plata sede Formosa y además es innovador al incluir personas de hasta 30 años de ambos sexos, siendo que la mayoría de las investigaciones incluyen solo al sexo femenino hasta la edad en que finaliza la adolescencia.

Se ha observado una diferencia significativa de mayor proporción de conductas alimentarias de riesgo en personas del sexo femenino (30,9% de mujeres con scores mayores a 20 contra 7,7% de varones con scores mayores a 20).

Este trabajo resalta la existencia de trastornos alimentarios en zonas como la estudiada, la que carece de atención pública especializada para la atención de este tipo de pacientes; pero consideramos que los aportes del presente trabajo permitirían discutir la implementación de alternativas terapéuticas en el ámbito de la salud pública Provincial.

Un subgrupo de interés consiste en individuos con IMC normal y altos índices de score. Podría asumirse que se trata de sujetos con conducta bulímica o que mantienen su peso con dietas restrictivas.

Comparando los patrones de desviación de peso y trastornos en la conducta alimentaria en mujeres y varones se observa que los varones muestran menos conductas alteradas que las mujeres. Las mujeres pueden presentar más conductas bulímicas. Esto podría explicarse por el hecho de que las mujeres sólo mantendrían su peso dentro del rango normal con énfasis especial en la ingesta controlada, mientras los varones no estarían tan preocupados por un peso corporal que no fuera el ideal.

Por el estilo de alimentación y vida de la sociedad moderna ha aumentado el problema del sobrepeso y la obesidad. Como formación reactiva se han forjado unos valores estéticos de delgadez y unas actitudes sociales de marginación a los obesos. Estos valores y actitudes toman más fuerza entre las mujeres. Precisamente, en este grupos ha disminuido el porcentaje de obesidad y sobrepeso y ha

aumentado el bajo peso y los trastornos de la conducta alimentaria. Así, la sociedad parece enfrentarse a un dilema de engordar o sufrir un trastorno alimentario. Dilema del que se puede salir con una adecuada educación de hábitos alimentarios y de ejercicios físicos.

Por ello sería interesante profundizar en la población estudiada (en tanto agentes de salud) el grado de conocimiento sobre los impactos que tienen los trastornos alimentarios tanto sobre el estado de salud como desde lo social.

La propuesta del trabajo se basó en promover acciones de promoción y educación de la salud, para que los integrantes de la población estudiantil mantengan su condición psicofísico y emocional y no enfermen por problemas de mal nutrición, manteniendo hábitos adecuados de alimentación, con lo que se evitará que exista obsesión por el tema de la delgadez y previniéndose trastornos alimentarios que los mismos ocasionan.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bear A., Manzo G., Casanova Z., et al.; *"Trastornos de la conducta Alimentaria"*; (2006).
- Cyra, S., Daroca, O. y Velazco Arce, C.; *"Trastornos de la Alimentación en adolescentes de la ciudades de La Paz y Tarija"*; (2010).
- Torresani M. y Somosa M. *"Lineamientos Para el Cuidado Nutricional"*; (2003).
- Mengel y Schwiebert *"Medicina Ambulatoria"*; (1995).

