



**Ciencia Latina**  
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2024,  
Volumen 8, Número 2.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2)

## **ESTADO NUTRICIONAL Y TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADOLESCENTES DE DOS COMUNIDADES RURALES**

**NUTRITIONAL STATUS AND EATING DISORDER IN  
ADOLESCENTS FROM TWO RURAL COMMUNITIES**

**Claudia Marcela De La Torre Rodríguez**

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

**Claudia Araceli Reyes Estrada**

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

**Rosalinda Gutiérrez Hernández**

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

**Mónica Rodríguez Borroel**

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

**Christian Starlight Franco Trejo**

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

**Cynthia Ivett Campos Ramos**

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.10629](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10629)

## Estado Nutricional y Trastorno de la Conducta Alimentaria en Adolescentes de dos Comunidades Rurales

**Claudia Marcela De La Torre Rodríguez<sup>1</sup>**  
[delatorrerodriguezclaudiamarce@gmail.com](mailto:delatorrerodriguezclaudiamarce@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0001-7764-4486>  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
México

**Rosalinda Gutiérrez Hernández**  
[rosalinda@uaz.edu.mx](mailto:rosalinda@uaz.edu.mx)  
<https://orcid.org/0000-0001-6803-925X>  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
México

**Christian Starlight Franco Trejo**  
[fate007694@uaz.mx](mailto:fate007694@uaz.mx)  
<https://orcid.org/0000-0002-4250-5483>  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
México

**Claudia Araceli Reyes Estrada**  
[c\\_reyes13@uaz.edu.mx](mailto:c_reyes13@uaz.edu.mx)  
<https://orcid.org/0000-0002-2979-6159>  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
México

**Mónica Rodríguez Borroel**  
[mrb180974@uaz.edu.mx](mailto:mrb180974@uaz.edu.mx)  
<https://orcid.org/0009-0006-1027-279X>  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
México

**Cynthia Ivett Campos Ramos**  
[cynthia.campos@uaz.edu.mx](mailto:cynthia.campos@uaz.edu.mx)  
<https://orcid.org/0000-0002-8775-2058>  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
México

### RESUMEN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son enfermedades psiquiátricas que se caracterizan por distorsiones en la imagen corporal y el peso, lo que afecta la alimentación y la salud mental. Factores como aspectos socioculturales, individuales, biológicos y familiares contribuyen a su desarrollo. La falta de educación nutricional en comunidades rurales agrava el problema, limitando a los adolescentes a dietas poco variadas y desequilibradas debido a la escasez de recursos económicos y acceso limitado a la educación. Este trabajo se realizó en dos Telesecundarias rurales, donde se evaluó el estado nutricional y la presencia de TCA en 165 adolescentes. Se encontró que la mayoría tiene una estatura y peso normales, pero un porcentaje significativo presenta problemas de peso y obesidad. Respecto a los TCA, la mayoría no está preocupada por engordar, algunos tienen episodios de atracones y pocos experimentan preocupaciones constantes. La variabilidad en el estado nutricional rural se atribuye a la falta de recursos económicos, aunque la obtención de alimentos del campo puede ser beneficiosa. La baja incidencia de TCA se relaciona con la limitada exposición a estereotipos de belleza debido al aislamiento de estas comunidades.

**Palabras clave:** estado nutricional, adolescentes, trastornos de la conducta alimentaria

---

<sup>1</sup> Autor principal.

Correspondencia: [delatorrerodriguezclaudiamarce@gmail.com](mailto:delatorrerodriguezclaudiamarce@gmail.com)

# Nutritional Status and Eating Disorder in Adolescents from two Rural Communities

## ABSTRACT

Eating disorders (ED) are psychiatric diseases characterized by distortions in body image and weight, which affect eating and mental health. Factors such as sociocultural, individual, biological and family aspects contribute to its development. The lack of nutritional education in rural communities aggravates the problem, limiting adolescents to poorly varied and unbalanced diets due to scarce economic resources and limited access to education. This work was carried out in two rural telesecondary schools, where the nutritional status and the presence of eating disorders were evaluated in 165 adolescents. It was found that the majority have a normal height and weight, but a significant percentage has weight problems and obesity. Regarding EDs, most are not worried about gaining weight, some have episodes of binge eating, and few experience constant worries. The variability in rural nutritional status is attributed to the lack of economic resources, although obtaining food from the countryside can be beneficial. The low incidence of ED is related to limited exposure to beauty stereotypes due to the isolation of these communities.

**Keywords:** nutritional status, adolescents, eating disorders

*Artículo recibido 20 febrero 2024  
Aceptado para publicación: 25 marzo 2024*



## INTRODUCCIÓN

La alimentación y el estado nutricional son aspectos fundamentales en la vida de los adolescentes, ya que juegan un papel crucial en su crecimiento, desarrollo físico y mental. Sin embargo, en la actualidad, se ha observado un aumento preocupante en la prevalencia de trastornos de la TCA entre esta población, lo que puede tener graves consecuencias para su salud a corto y largo plazo (Martínez, 2021). En este contexto, resulta indispensable estudiar la relación entre el estado nutricional y los TCA en adolescentes, especialmente en comunidades rurales donde las condiciones socioeconómicas y culturales pueden influir en estos aspectos de manera significativa (Bermúdez, Chacón y Rojas, 2021). El presente estudio se centra en analizar el estado nutricional y la presencia de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de dos comunidades rurales. El objetivo es identificar factores de riesgo y desarrollar estrategias efectivas para prevenir y tratar estas condiciones. Se ha realizado una revisión de la literatura científica disponible para contextualizar el estudio y destacar la importancia de abordar esta problemática a nivel comunitario.

La elección de las comunidades rurales como escenario de estudio responde a la necesidad de ampliar la comprensión de los factores que influyen en la alimentación y nutrición de los adolescentes en entornos menos urbanizados, donde las condiciones de vida y acceso a recursos pueden ser diferentes. Además, se considera que las particularidades culturales de estas comunidades pueden tener un impacto significativo en las prácticas alimentarias de sus habitantes, lo que justifica la relevancia de investigar esta población específica.

En cuanto al estado nutricional de los adolescentes, se entiende como la condición en la que se encuentran sus reservas de energía y nutrientes, en relación con sus necesidades fisiológicas y el crecimiento esperado para su edad y sexo. La evaluación del estado nutricional se basa en indicadores como el peso, la talla, el índice de masa corporal (IMC) y la composición corporal, los cuales permiten identificar posibles deficiencias o excesos en la ingesta de alimentos y nutrientes, así como valorar el riesgo de desarrollar enfermedades asociadas a la malnutrición.

Por otro lado, los TCA son afecciones psicológicas que se caracterizan por alteraciones en los hábitos alimentarios y una percepción distorsionada del peso y la imagen corporal. Entre los trastornos de la conducta alimentaria más comunes en adolescentes se encuentran la anorexia nerviosa, la bulimia

nerviosa y el trastorno por atracón, los cuales pueden tener consecuencias graves para la salud física y emocional de quienes las padecen (Duarte et al., 2022).

En consecuencia, este trabajo busca explorar la relación entre el estado nutricional y los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de comunidades rurales, con el fin de contribuir al diseño de estrategias de salud pública que promuevan hábitos alimentarios saludables y prevengan la aparición de estas condiciones. Se espera que los resultados obtenidos aporten información relevante para la formulación de políticas y programas de intervención que mejoren la calidad de vida de los adolescentes y contribuyan a la prevención de enfermedades asociadas a la malnutrición y los trastornos de la conducta alimentaria.

### **Importancia del estado nutricional y la incidencia de TCA**

El estado nutricional es un aspecto fundamental para la salud y el bienestar de las personas. Una dieta equilibrada y adecuada proporciona los nutrientes necesarios para el óptimo funcionamiento del organismo, fortaleciendo el sistema inmunológico, manteniendo un peso saludable y previniendo enfermedades (Albizzati, 2024). En este sentido, los TCA son condiciones psicológicas que afectan la manera en que las personas perciben su cuerpo y su alimentación, y pueden tener graves consecuencias en la salud física y mental. Estos trastornos, como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón, suelen estar relacionados con una alimentación inadecuada y desequilibrada, lo que puede llevar a deficiencias nutricionales y complicaciones graves (Arijal et al., 2022; Gómez et al., 2018).

El estado nutricional influye directamente en la incidencia de los TCA, ya que una dieta deficiente o desequilibrada puede desencadenar estos trastornos en personas vulnerables (Ramírez, 2018). Por otro lado, la presencia de un TCA puede afectar negativamente al estado nutricional de la persona, provocando deficiencias de vitaminas, minerales y otros nutrientes esenciales para el buen funcionamiento del organismo (Palmer, 2015). Por ello, es fundamental prestar atención al estado nutricional de las personas y promover una alimentación saludable y equilibrada para prevenir la aparición de los TCA y sus complicaciones. Además, es importante detectar a tiempo los signos y síntomas de estos trastornos para poder intervenir de manera adecuada y brindar el tratamiento necesario para la recuperación de la salud física y mental de quienes los padecen (Salazar y Crujeiras, 2023).

Algunos autores mencionan que el estado nutricional y el TCA en comunidades rurales son deficientes debido a la falta de información nutricional disponible en estas áreas y al aumento de la escasez de recursos, lo que contribuye a una mala alimentación en la población rural (Illescas, León, León y Coral, 2021; Martínez y Martínez, 2011). A pesar de que la producción de alimentos en el campo suele ser rica en nutrientes, diversos factores dificultan su acceso y aprovechamiento por parte de los habitantes de estas zonas. Además, los adolescentes que viven en entornos rurales enfrentan limitaciones en su educación, ya que los hombres suelen estar involucrados en labores agrícolas y las mujeres en tareas domésticas, lo que les dificulta asistir a la educación secundaria (Banco Mundial, 2023; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), 2022; Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2023). En cuanto a los TCA, su prevalencia en áreas rurales también es alta debido a la distancia de estas zonas respecto a las urbanas y la limitada accesibilidad a los medios de comunicación, lo que puede mitigar los efectos de los estándares de belleza en la población rural (Fuentes y Estrada, 2021).

Es crucial comprender los estilos de vida que prevalecen en las comunidades rurales actualmente y cómo los jóvenes aprenden acerca de asuntos como la nutrición y los TCA. La adolescencia es una etapa de especial vulnerabilidad para el desarrollo de estos trastornos, así como para problemas de malnutrición. Sin embargo, la información actualizada sobre el estado nutricional en zonas rurales, en relación a los TCA, es escasa (Villalobos et al., 2022). Por tanto, resulta fundamental ampliar y actualizar la investigación en este ámbito, tomando como base estudios previos (Clavería y Espallargas, 2022).

Ramos (2019) exploró el tema "El papel de las relaciones y la satisfacción vital en la percepción de la autoimagen en una muestra de adolescentes mexicanos" con el objetivo de evaluar la influencia de diferentes tipos de relaciones con el grupo de pares y la satisfacción con la vida en el desarrollo del Trastorno Dismórfico Corporal en adolescentes. Se destacó que contar con una red social positiva actúa como un factor protector ante la aparición de este tipo de trastornos, mientras que estar expuesto a un entorno crítico hacia la apariencia física aumenta la vulnerabilidad del adolescente a desarrollar un TCA.



En su estudio realizado en 2022, Agreda abordó el tema de la "Relación entre el trastorno dismórfico corporal y los trastornos de la conducta alimentaria en adultos jóvenes de la ciudad de Quito". El objetivo principal fue investigar la conexión entre el trastorno dismórfico corporal y los TCA en adultos jóvenes de la ciudad de Quito. Se encontró que existe una correlación significativa entre el Trastorno Dismórfico Corporal y el Trastorno por Déficit de Atención, lo cual lleva al individuo a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

En una investigación más reciente llevada a cabo por Meza et al. (2023), se abordó el tema del "Estado Nutricional de Adolescentes: una comparación de la clasificación según los patrones de crecimiento de NCHS 1977 y OMS 2007". El objetivo de este estudio fue realizar un análisis comparativo de la evaluación nutricional realizada en un grupo de adolescentes chilenos, empleando las referencias de NCHS/OMS y los nuevos patrones de crecimiento de la OMS para niños, niñas y adolescentes del grupo de 5 a 19 años, aprobados en junio de 2016 en Chile.

Los resultados encontrados indicaron que al evaluar el estado nutricional utilizando los parámetros de NCHS, se obtuvo un porcentaje del 59% de nutrición normal, mientras que al aplicar los parámetros de la OMS 2007 se obtuvo un 49%. Se observaron diferencias significativas en la detección de obesidad, siendo más alta la prevalencia al utilizar los parámetros de NCHS en comparación con los de la OMS, 2007. En relación a esto se plantea como hipótesis que la deficiencia en el estado nutricional de las comunidades rurales puede atribuirse a la falta de acceso a información nutricional y la ausencia de trastornos de la conducta alimentaria, posiblemente debido al aislamiento social de estas comunidades. El objetivo principal de este estudio es evaluar el estado nutricional y la presencia de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de dos comunidades rurales, utilizando el Índice de Masa Corporal (IMC), peso para la edad y talla para la edad como indicadores.

## **METODOLOGÍA**

La siguiente investigación corresponde a un estudio cuantitativo, transversal de tipo observacional. El universo de estudio fue una población de adolescentes pertenecientes a dos comunidades rurales en el estado de Zacatecas. La muestra consistió en un total de 165 adolescentes de dos Telesecundarias, siendo 65 adolescentes de la primera y 160 de la segunda. Los criterios de inclusión fueron adolescentes de 11 a 15 años de edad que presentaban malos hábitos y asistían a Telesecundarias en esas dos

comunidades. Para la detección de trastornos de la conducta alimentaria, se empleará el cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo diseñado por Unikel-Santoncini et al. (2004), con el fin de identificar los principales factores asociados en el entorno familiar.

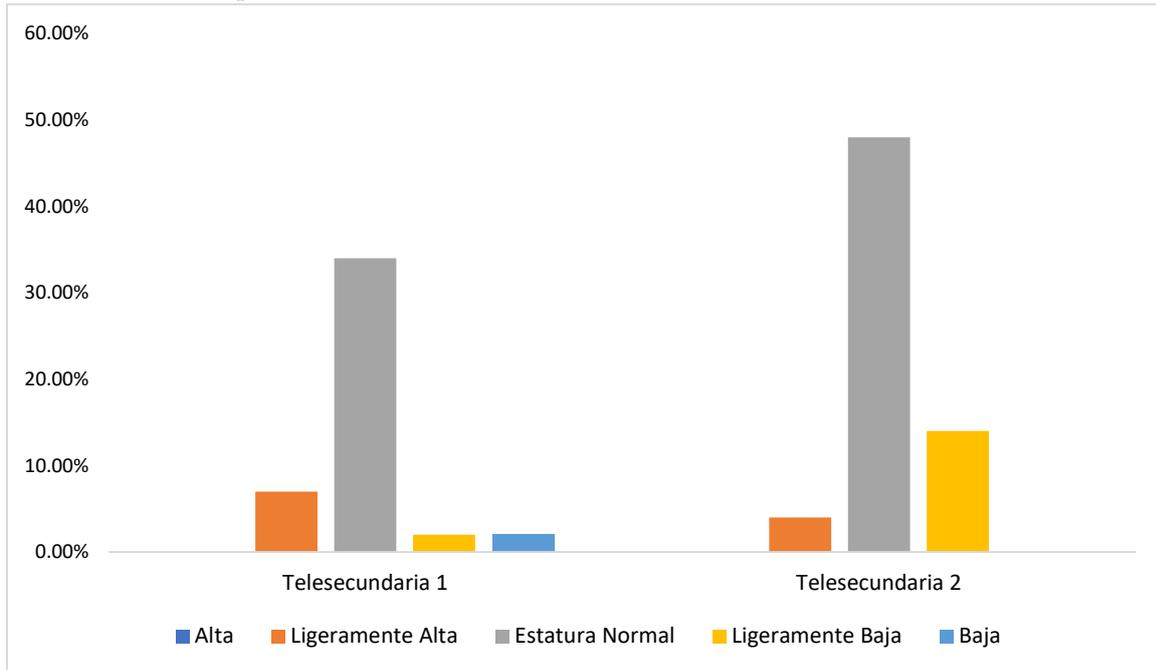
La recopilación de datos antropométricos, se realizó mediante una báscula con un rango de capacidad máxima de 150 kg para medir el peso de los adolescentes. Se les indicó a los adolescentes que se subieran sin calcetas, sudadera y accesorios, manteniéndose en posición plana. Para estimar la estatura, se utilizó un estadiómetro fijado a la pared con un rango de medición de 0 a 2 metros. Se pidió a los adolescentes que se recargaran en la pared, de pie y con los pies juntos, para estimar su estatura. Para evaluar la talla para la edad y el Índice de Masa Corporal (IMC) para la edad, se utilizó la aplicación WHO Anthro Plus con referencias del año 2007 para edades de 5 a 19 años.

Para diagnosticar la presencia de un trastorno de la conducta alimentaria, se empleó el cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo desarrollado por Unikel-Santoncini et al. (2004), basado en los criterios de diagnóstico del DSM-IV. Este cuestionario consta de 10 ítems que abordan preocupaciones por el peso, comportamientos de atracones, purgativos y uso de laxantes. Cada ítem presenta cuatro opciones de respuesta que van desde 1 (nunca) hasta 4 (más de 2 veces en una semana).

## **RESULTADOS**

El objetivo de este trabajo fue evaluar el estado nutricional y la presencia de TCA en 165 adolescentes de dos Telesecundarias rurales. En el gráfico 1 se presenta una comparación entre ambas Telesecundarias en relación con la Talla/Edad. Se observa que en general, ambas Telesecundarias presentan estaturas dentro de la normalidad. Sin embargo, se destaca que en la Telesecundaria 2 se evidencia una leve tendencia a estaturas más bajas en comparación con la Telesecundaria 1. En la Telesecundaria 1, mientras que la incidencia de estaturas ligeramente bajas es muy baja, se nota la presencia de algunas estaturas ligeramente altas. Se puede decir que ambas instituciones presentan en su mayoría estaturas normales, la Telesecundaria 2 muestra una tendencia ligeramente más baja en comparación con la Telesecundaria 1.

**Grafica N 1. Talla para la edad**

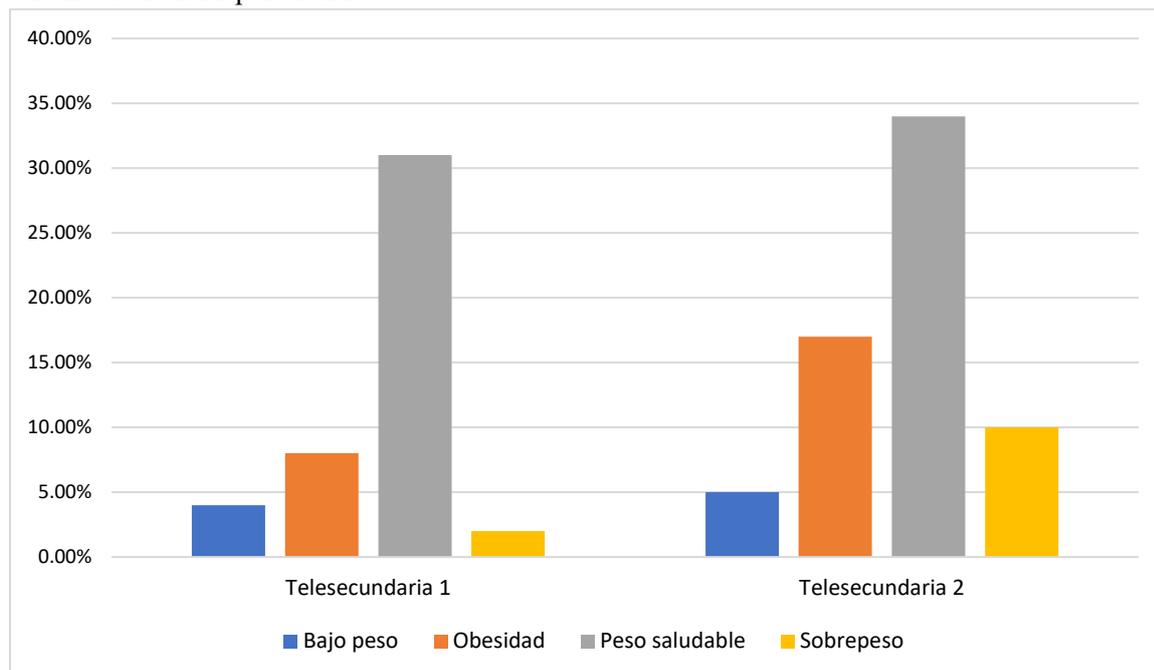


Fuente: elaboración propia a partir de recolección de datos.

En la gráfica 2 se muestra el índice de masa corporal (IMC) de los estudiantes de dos Telesecundarias en función de su edad, utilizando líneas de percentil para comparar las distribuciones de ambas escuelas. Los resultados revelan que los estudiantes de la Telesecundaria 1 tienen un IMC promedio más alto que los de la Telesecundaria 2, y en ambas instituciones se observa que existen estudiantes con sobrepeso y obesidad. Es importante destacar que el problema de la obesidad es más pronunciado en la Telesecundaria 2.

De acuerdo con la información presentada en el gráfico 2, se puede observar que, siguiendo los parámetros de la Organización Mundial de la Salud de 2007, en un principio se encuentra un peso considerado saludable en ambas Telesecundarias, seguido de una clasificación de obesidad en ambas instituciones. Estos hallazgos subrayan la importancia de vigilar de cerca el peso de los estudiantes en ambas escuelas, con el objetivo de fomentar hábitos alimenticios saludables y abordar el problema de la obesidad en la comunidad estudiantil. Se recomienda abordar este problema mediante la implementación de programas educativos sobre alimentación y nutrición, la promoción de la actividad física a través de distintas actividades recreativas, la creación de entornos escolares saludables y la participación activa de las familias en la promoción de hábitos saludables entre los estudiantes.

**Grafica N 2. IMC para la Edad**

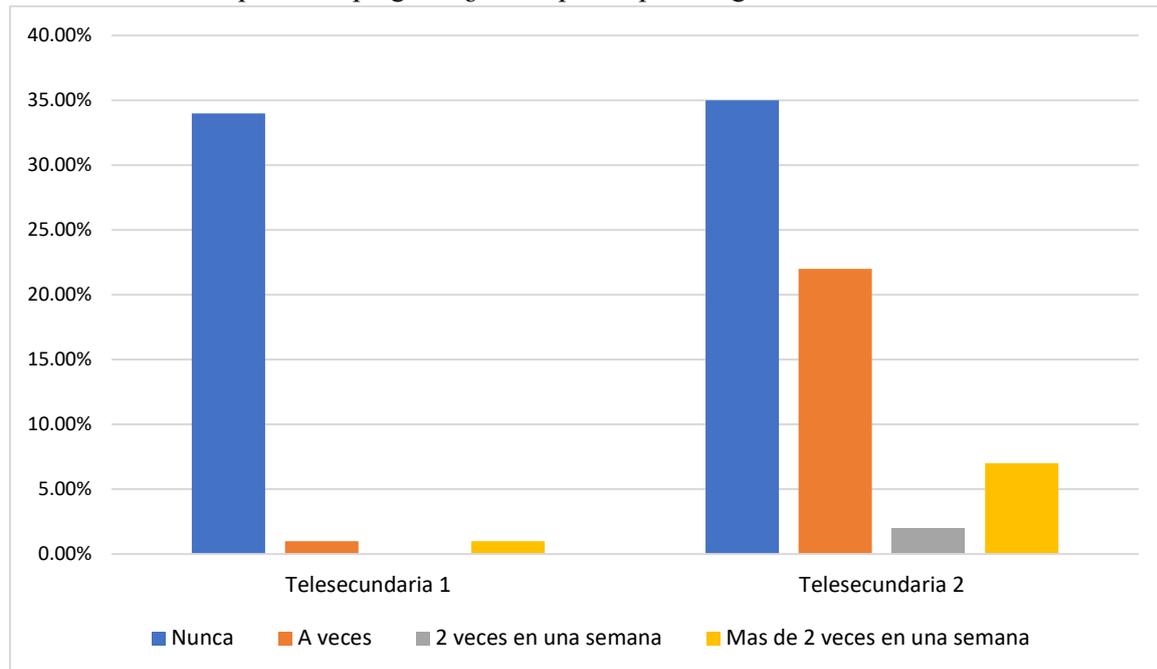


Fuente: elaboración propia a partir de recolección de datos.

Para analizar los riesgos de conducta alimentaria en base al cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo elaborado por Unikel-Santoncini et al. (2004), se seleccionaron preguntas que permiten identificar comportamientos relacionados con la preocupación por ganar peso, la cual es un aspecto alarmante en poblaciones adolescentes. Existe una preocupación temprana en torno a la apariencia física de los adolescentes, lo cual puede influir en su relación con la alimentación.

En el gráfico 3, se observa que en ambas Telesecundarias no se reportó una preocupación significativa por ganar peso. Sin embargo, algunos adolescentes mencionaron que ocasionalmente sí experimentan dicha preocupación. Es importante tener en cuenta que este tipo de inquietudes pueden ser indicativas de posibles problemas de conducta alimentaria en desarrollo, por lo que es fundamental estar atentos a estas señales y brindar el apoyo necesario a los jóvenes que lo necesiten.

**Gráfica No. 3.** Respuestas a pregunta ¿Me ha preocupado engordar?



Fuente: elaboración propia a partir de recolección de datos.

Al analizar la pregunta "¿En ocasiones he comido demasiado (atasco alimentario)?" y las respuestas obtenidas, se encontró que en el caso de la Telesecundaria 1, el 13.33% indicó que nunca experimentaron este problema, el 23.33% respondió que a veces lo hacen, y el 0.83% afirmó hacerlo dos veces en una semana. Por otro lado, en la Telesecundaria 2, el 20% afirmó nunca haber comido en exceso, el 30.83% mencionó que a veces lo hacen, el 5.83% admitió hacerlo dos veces en una semana, y otro 5.83% afirmó hacerlo más de dos veces en una semana, ambos porcentajes iguales.

## DISCUSIÓN

Según Porras et al. (2022), la adolescencia es una fase crucial en la vida de un individuo, caracterizada por cambios significativos en el desarrollo físico y emocional. Durante esta etapa, la hormona del crecimiento, también conocida como somatotropina, juega un papel fundamental en la promoción de cambios en la longitud y en la composición corporal de los individuos en crecimiento. Estos cambios incluyen un aumento en la estatura y alteraciones en la distribución de la masa corporal. Además, es importante destacar que tanto el Ministerio de Salud Pública de Ecuador como la Organización Mundial de la Salud consideran que la adolescencia abarca el rango de edades comprendido entre los 10 y los 19 años. Esta definición es fundamental para establecer políticas y programas de salud dirigidos

específicamente a esta etapa de la vida, ya que durante la adolescencia se presentan una serie de desafíos y requerimientos únicos en términos de cuidado y atención.

Para poder determinar el estado nutricional de un grupo de población, el Índice de Masa Corporal (IMC) es una herramienta útil para evaluar el estado nutricional de acuerdo con la edad, población y localidad. Según Meza et al. (2023), el IMC es una herramienta práctica de tamizaje inicial para identificar sobrepeso y obesidad, especialmente en niños y adolescentes donde la edad juega un papel importante en esta evaluación. Además, en otras investigaciones se ha demostrado que el IMC es efectivo para determinar el estado nutricional de un grupo de población. Por ejemplo, en el estudio realizado por Meza et al. (2023) se evaluó el estado nutricional de adolescentes en Chile utilizando los estándares de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Centro Nacional para la Estadísticas de Salud (NCHS). En este estudio, se encontró que la talla para la edad en ambas comunidades era normal, lo que se corrobora con hallazgos previos. La muestra de 442 adolescentes mostró una talla para la edad dentro de los parámetros normales según el NCHS.

En relación al IMC en ambas comunidades, se observa un peso saludable seguido de un aumento en la obesidad, siendo esta situación más significativa en la Telesecundaria 2. Este hallazgo es consistente con otras investigaciones, como la llevada a cabo por Meza et al. (2023) en una población adolescente de Chile. En dicho estudio se encontró un peso saludable según los estándares del NCHS, pero con prevalencias bajas de obesidad y sobrepeso.

Por otro lado, al analizar la presencia de trastornos de conducta alimentaria, se observa que la preocupación por engordar es nula en ambas comunidades estudiadas. Esto contrasta con la investigación realizada por Ramírez et al. (2021) en adolescentes de Tehuantepec, donde un 20.9% mostró preocupación por el tema. En las Telesecundarias estudiadas, la preocupación por engordar es inexistente en ambas, con un 28.33% en la Telesecundaria 1 y un 35% en la Telesecundaria 2 respectivamente.

Asimismo, en cuanto a la presencia de atracones alimentarios, Ramírez et al. (2021) señalan que un 8.6% de los adolescentes evaluados presentaba esta conducta al menos dos veces por semana. En contraste, en las Telesecundarias estudiadas se observó un aumento en la incidencia de atracones alimentarios, con un 23.33% en la Telesecundaria 1 y un 30.83% en la Telesecundaria 2



respectivamente. Estos resultados sugieren la necesidad de abordar de manera proactiva los hábitos alimentarios y la salud en ambas comunidades.

La determinación del riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en ambas Telesecundarias mostró un riesgo moderado en comparación con una investigación llevada a cabo por Padros-Blázquez et al. (2022). En el estudio realizado por Padros-Blázquez et al., se llevó a cabo un análisis factorial utilizando el cuestionario breve de conductas alimentarias de riesgo desarrollado por Unikel-Santoncini et al. (2004). Este cuestionario fue aplicado a una población de 1.185 universitarios en Michoacán, donde se encontró un alto riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria. La comparación de los resultados entre las Telesecundarias y la población universitaria michoacana sugiere diferencias en los niveles de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria entre los grupos estudiados.

## **CONCLUSIONES**

En el estudio realizado en ambas Telesecundarias, se observó que los estudiantes presentan una talla adecuada para su edad, así como un IMC acorde a los parámetros de crecimiento establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2007. Sin embargo, se ha identificado una presencia moderada de posibles TCA, a pesar de que estas comunidades se encuentran alejadas de los centros urbanos. Esta situación podría estar relacionada con la falta de información sobre educación nutricional y la poca importancia que se le da a la salud mental en estas poblaciones, debido a sus tradiciones y costumbres.

Además, se ha identificado la presencia de casos de acoso escolar entre los mismos compañeros, lo que puede tener un impacto negativo en la salud mental de los adolescentes. Por lo tanto, es crucial continuar con las visitas de profesionales de la salud que ofrezcan charlas informativas, para que los jóvenes se sientan incentivados a acercarse y expresar sus inquietudes sobre este tema. Este enfoque preventivo y educativo puede jugar un papel significativo en la mejora de la salud física y mental de estos estudiantes a largo plazo.

Se puede argumentar que el estado nutricional y los TCA en adolescentes de ambas Telesecundarias podrían estar relacionados directamente. Es factible que en estas comunidades rurales, donde los recursos y la educación sobre nutrición pueden ser limitados, los adolescentes se enfrenten a dificultades



para mantener una dieta saludable y equilibrada. Esto a su vez podría incrementar el riesgo de desarrollar TCA, ya sea por una obsesión con el peso o por la falta de acceso a alimentos nutritivos. Es crucial abordar estos temas de manera integral, incluyendo educación nutricional, facilitando el acceso a alimentos saludables y brindando apoyo psicológico, con el fin de prevenir y tratar los trastornos de la conducta alimentaria en esta población adolescente.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Agreda, E. (2022). Relación entre el trastorno dismórfico corporal y los trastornos de la conducta alimentaria en adultos jóvenes de la ciudad de Quito. Recuperado de:

[AGREDA ESPINOZA ALEX JESUS.pdf \(uti.edu.ec\)](#).

Albizzati, M. (2024). *Terapia celular: Vitaminas en altas dosis para potenciar la salud*. Editorial Galerna.

Arijal, V., Santi, M., Nóvalos, J., Canals, J., y Rodríguez, A., (2022). Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Nutrición Hospitalaria*, vol. 39.

DOI: <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04173> . Recuperado de:

[Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria \(isciii.es\)](#)

Banco Mundial (2023). Panorama general de la pobreza en América Latina y el Caribe 2023. Disponible en: <https://www.bancomundial.org/es/region/lac/overview> Consultado el 13 de marzo de 2024. 16:00 pm.

Bermúdez, L., Chacón, M., y Rojas, D. (2021). Actualización de conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosa. *Revista Medica Sinergia*, Vol. 6, (Num. 8). Recuperado de: [Vista de Actualización en trastornos de conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosa | Revista Medica Sinergia](#).

Clavería, O. E., & Espallargas, R. E. (2022). La alimentación sostenible, clave para la salud ambiental, humana y para el desarrollo del medio rural. *Las Universidades Populares, un compromiso social con la ciudadanía en torno a la salud planetaria*, 162.

Duarte, C., Maciel, A., Melgarejo, S., y Alatorre, F. (2022). Caracterización Alimentaria nutricional de adolescentes de la comunidad campesina del Barrio Ybyraty de Paraguari. Recuperado de:



[scielo.iics.una.py/pdf/iics/v18n1/1812-9528-iics-18-01-22.pdf](https://scielo.iics.una.py/pdf/iics/v18n1/1812-9528-iics-18-01-22.pdf)

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2022). La infancia en el mundo 2021: Situación de los niños y niñas en el mundo rural. Disponible en: <https://www.unicef.org/es>  
Consultado el 10 de marzo de 2024. 17:00 pm.

Fuentes, S., y Estrada, B (2021). Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. *Revista Educación*, vol 47, (num. 1). DOI: <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i1.51724>. Recuperado de: [44072432016.pdf \(redalyc.org\)](https://www.redalyc.org/pdf/44072432016.pdf)

Gómez Candela, C., Palma Milla, S., Miján de la Torre, A., Rodríguez Ortega, P., Matía Martín, P., Loria Kohen, V., ... & Martín Palmero, Á. (2018). Consenso sobre la evaluación y el tratamiento nutricional de los trastornos de la conducta alimentaria: bulimia nerviosa, trastorno por atracón y otros. *Nutrición Hospitalaria*, 35(SPE1), 49-97.

Illescas, P. L. A., León, K. C., León, E. V., & Coral, B. V. (2021). Estado nutricional y caries de infancia temprana en niños de 0 a 3 años: Revisión de la literatura. *Revista odontología pediátrica*, 20(1), 49-59.

Martínez, A. M., & Martínez, A. M. B. (2011). La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional. *Contribuciones a las ciencias sociales*, 13, 1-22.

Martínez, B. (2021) Influencia de los medios de comunicación en el desarrollo de TCA en adolescentes. Recuperado de: [bmartinezgomezTFM0621memoria.pdf \(uoc.edu\)](https://www.uoc.edu/bmartinezgomezTFM0621memoria.pdf).

Meza, s., Rozas, N., Vargas, S., e Ibarra, J., (2023). Estado nutricional de adolescentes, una comparación de la clasificación según los patrones de crecimiento NCHS 1977 y OMS 2007. *Revista South Florida Journal of Health*, Miami, vol (4), 91-101. DOI: 10.46981/sfjhv4n1-008 . Recuperado de: [file:///C:/Users/Dra\\_Reyes/Downloads/16+SFJH+02-05+DOI+008.pdf](file:///C:/Users/Dra_Reyes/Downloads/16+SFJH+02-05+DOI+008.pdf)

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) (2023). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023. Disponible en: <https://www.fao.org/documents/card/en?details=cc3017en> Consultado el 14 de marzo de 2024. 14:00 pm.



Padrós-Blázquez, Ferran, Pintor-Sánchez, Blanca Edith, Martínez-Medina, María Patricia, & Navarro-Contreras, Gabriela. (2022). Análisis factorial confirmatorio del Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo en universitarios mexicanos. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 26(1), 83-91. Epub 20 de junio de 2022.

<https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.26.1.1487>

Palmer, A. (2015). A review of the evidence: the nutritional and functional effects of vitamin A biofortified crops. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 65 (Suplemento 1).

Porras et al, (2022). Caracterización del Índice de Masa Corporal y Talla para la Edad en adolescentes de la zona andina central del Ecuador. Doi: 10.12873/383jara. Recuperado de:

<https://revista.nutricion.org/PDF/JARA.pdf>

Ramírez Díaz, María del Pilar, Luna Hernández, Jorge Fernando, & Velázquez Ramírez, Doireyner Daniel. (2021). Conductas alimentarias de riesgo y su asociación con el exceso de peso en adolescentes del Istmo de Tehuantepec, Oaxaca: un estudio transversal. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 25(2), 246-255. Epub 17 de enero de 2022.

<https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.25.2.1170>

Ramírez, A. G. (2018). *Anorexia y bulimia: Transtornos de conducta alimentaria*. UNAM, Dirección General de Divulgación de la Ciencia.

Ramos, I. (2019). El papel de las relaciones y la satisfacción vital en la percepción de la auto-imagen en una muestra de adolescentes mexicanos. Doi:

<https://doi.org/10.30554/archmed.19.1.2742.2019>. Recuperado de: [El papel de las relaciones y la satisfacción vital en la percepción de la auto-imagen en una muestra de adolescentes mexicanos \(redalyc.org\)](https://redalyc.org).

Salazar, C., y Crujeiras, V. (2023). Nutricion en el adolescente. *Protoc diagn ter pediatri*, 467-480. Recuperado de: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfefindmkaj/

[https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/38\\_nutricion\\_adolescente.pdf](https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/38_nutricion_adolescente.pdf)

Unikel-Santoncini, C., Bojórquez-Chapela, I., & Carreño-García, S. (2004). Validación de un cuestionario breve para medir conductas alimentarias de riesgo. *Salud pública de México*, 46, 509-515.



Villalobos, A., Bojórquez, I., Hernández, M., y Unikel, C., (2022) Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes mexicanos: Ensanut Continua 2022. Doi: <https://doi.org/10.21149/14800>. Recuperado de: [13-Conductas.alimentarias.de.riesgo-ENSANUT2022-14800-72372-2-10-20230619.pdf](https://doi.org/10.21149/14800) ([insp.mx](http://insp.mx))

