

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**

**FACULTAD DE MEDICINA**

**ESCUELA DE PSICOLOGÍA**



**REVISIÓN DOCUMENTAL DE LOS TRASTORNOS DE LA  
CONDUCTA ALIMENTARIA EN UNIVERSITARIOS**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**MILAGROS DEL CARMEN ALVITES MESTANZA**

**ASESOR**

**RONY EDINSON PRADA CHAPOÑAN**

**<https://orcid.org/0000-0002-4268-6325>**

**Chiclayo, 2022**

## Revisión teórica

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>10%</b> ÍNDICE DE SIMILITUD	<b>10%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>3%</b> PUBLICACIONES	<b>2%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>tesis.usat.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>idoc.pub</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>issuu.com</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>lookformedical.com</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>puedesmejorar.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>6</b>	<b>pesquisa.bvsalud.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>7</b>	<b>vidasana.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>8</b>	<b>ddd.uab.cat</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	<b>search.bvsalud.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>10</b>	<b>www.clinicbarcelona.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>11</b>	<b>www.clubensayos.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>12</b>	<b>www.tasa.com.co</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>13</b>	<b>arteblog-teo.blogspot.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>14</b>	<b>inba.info</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>15</b>	<b>www.consumer.es</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>16</b>	<b>"60º Congreso de AEPNYA - una iniciativa compartida con la AACAP", Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil, 2016</b> Publicación	<b>&lt;1%</b>
<b>17</b>	<b>www.msmanuals.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>

## Índice

Resumen .....	4
Abstract .....	5
Revisión documental de los trastornos de la conducta alimentaria en universitarios .....	6
Métodos .....	8
Resultados y Discusión .....	9
Conclusiones .....	15
Recomendaciones.....	16
Referencias .....	17

## Resumen

Una de las problemáticas que ha tenido y sigue teniendo gran relevancia a nivel mundial, sobre todo en el siglo en el que actualmente nos encontramos, son los trastornos de conducta alimentaria. Por ello, se realizó un trabajo no experimental-teórico, donde el objetivo general fue conceptualizar los trastornos de la conducta alimentaria en universitarios y como objetivos específicos definir los trastornos de conducta alimentaria, identificar los factores de riesgo y reconocer sus clasificaciones. La información recolectada fue extraída de las bases de datos Dialnet, Scielo y Scopus, así como también de las editoriales científicas. Los resultados demostraron que el trastorno de conducta alimentaria se entiende como enfermedades psiquiátricas de múltiples causas que están relacionadas con la ingesta de alimentos, además de ello se considera que el factor sociocultural es el que más predomina dentro de la anorexia y bulimia. Se concluye que los trastornos de conducta alimentaria han evolucionado con el transcurso del tiempo y a su vez han generado en los jóvenes diversas consecuencias en los diferentes ámbitos de su vida.

**Palabras clave:** trastornos alimentarios, universitarios, insatisfacción corporal, anorexia y bulimia.

## **Abstract**

One of the problems that has had and continues to have great relevance worldwide, especially in the century in which we currently find ourselves, are eating disorders. For this reason, a non-experimental-theoretical work was carried out, where the general objective was to conceptualize eating behavior disorders in university students and as specific objectives to define eating behavior disorders, identify risk factors and recognize their classifications. The information collected was extracted from the Dialnet, Scielo and Scopus databases, as well as from scientific publishers. The results show that the eating behavior disorder is understood as psychiatric diseases of multiple causes that are related to food intake, in addition to this it is considered that the sociocultural factor is the most predominant within anorexia and bulimia. It is concluded that eating behavior disorders have evolved over time and in turn have generated various consequences in young people in the different areas of their lives.

**Keywords:** eating disorders, university, body dissatisfaction, anorexia and bulimia.

## Revisión Documental de los Trastornos de la Conducta Alimentaria en Universitarios

Una de las problemáticas que ha tenido y sigue teniendo gran relevancia a nivel mundial, sobre todo en el siglo en el que actualmente nos encontramos, son los trastornos de conducta alimentaria. Debido a que, los jóvenes están constantemente sometidos a factores sociales que pueden desencadenar este trastorno, con lo cual el problema debe ser resaltado ya que son estas personas los más susceptibles a padecerla, pues empiezan a experimentar nuevos cambios en su cuerpo donde muchas veces tienden a sentir un rechazo o disconformidad.

Por ejemplo, la adolescencia es una de las etapas del crecimiento en donde comienzan a tener diferentes estereotipos de belleza, ya que están expuestos a los medios de comunicación donde aparecen diferentes tendencias que aspiran cumplir y por ello creen que deben poseer estas características para que así puedan ser aceptados ante la sociedad, sin embargo, en la mayoría de casos confunden dicho significado y comienzan a realizar diversas acciones que desencadenan estas conductas de riesgo con la finalidad de cambiar su aspecto físico y bajar de peso.

Por ende, este tipo de trastorno no solo afectará físicamente a las personas sino también de forma emocional y psicológica, lo cual puede perjudicar su forma de pensar y su calidad de vida. Por esto, uno de los conceptos más relacionados a dicho tema es la percepción e insatisfacción de la imagen corporal, la cual Schilder (como se cita en Perpiñá & Baños., 2007) la define como la imagen que forma nuestra mente de cómo nuestro propio cuerpo se va a manifestar.

Además de ello, se considera que a lo largo de los años los enfoques de trastornos de conducta alimentaria han ido evolucionando desde la perspectiva de diferentes autores, es por esto por lo que son considerados como eventos infrecuentes ya que es difícil establecer su prevalencia, no obstante, a nivel mundial se considera que las adolescentes y adultas jóvenes son las que tienen una mayor probabilidad de padecerlo en comparación con los hombres (Portela de Santana et al., 2012)

Por consiguiente, la presente investigación se centró de manera específica en el estudio de los trastornos de la conducta alimentaria en universitarios, las cuales son definidas como alteraciones severas y enfermedades psiquiátricas complejas, de múltiples causas en la ingesta de los alimentos, que están relacionadas a la intensa preocupación por perder peso (Méndez et al., 2008).

Por esta razón en base a lo expuesto, se formuló la siguiente interrogante: ¿Cómo se conceptualiza los trastornos de la conducta alimentaria en universitarios?

Del mismo modo, se planteó como objetivo general conceptualizar los trastornos de la conducta alimentaria en universitarios y, como objetivos específicos: definir los trastornos de conducta alimentaria, identificar los factores de riesgo y, por último, reconocer sus clasificaciones.

En consecuencia, se considera importante el abordaje de estos trastornos en nuestro medio, debido a que, según las diferentes investigaciones y bibliografías, los jóvenes son la población más vulnerable para presentar los trastornos de conducta alimentaria. Por ello, esta investigación permitió ampliar el conocimiento a los estudiantes de psicología acerca de los diversos conceptos de dicho trastorno. Asimismo, fomentó la toma de conciencia tanto en los estudiantes universitarios como en los profesionales comprometidos en el área de salud mental, ya que permitió detectar el trastorno, establecer estrategias para poder prevenirlo y elaborar programas de intervención. Y agregado a ello, sirve de una guía para futuras investigaciones debido a que los estudios que abarcan esta variable en poblaciones similares son escasas.

## **Métodos**

La investigación tuvo un diseño de tipo teórico narrativo (Ato et al., 2013), puesto que se realizó una recopilación sobre una temática específica.

Asimismo, en relación con la búsqueda de información se utilizó las bases de datos: Dialnet, Scielo y Scopus, al igual que los repositorios de tesis y de la plataforma Google Scholar, a través de las palabras clave como trastornos alimentarios, universitarios, insatisfacción corporal, anorexia y bulimia, en inglés y español.

Respecto a los criterios de inclusión se verificó que las fuentes revisadas respondan a la problemática, objetivos y variable de investigación. En cuanto a los criterios de exclusión, no se tomó en cuenta las páginas web, blog o estudios relacionados a otras variables, ya que son poco confiables.

Por otro lado, para la síntesis y organización de la información se utilizó la técnica de análisis de documentos, identificándose a las fuentes consultadas como definición, factores del riesgo y consecuencias.

En cuanto a los aspectos éticos, se hizo uso de las normas de especialidad de la Asociación Americana de Psicología (APA) 7ma edición, ya que el uso de la información recolectada se utilizó para fines de la investigación, respetando los derechos del autor en las fuentes bibliográficas. Por último, como evidencia, se utilizó el programa Turnitin para corroborar la autenticidad del trabajo, obteniendo un porcentaje de 10%.

## Resultados y Discusión

### Conceptualización de los Trastornos de Conducta Alimentaria

#### *Definición de los Trastornos de Conducta Alimentaria*

Los trastornos de conducta alimentaria son definidos como alteraciones severas y enfermedades psiquiátricas complejas de múltiples causas que están relacionadas con la ingesta de los alimentos y con intensa preocupación por perder peso (Méndez et al, 2008), de la misma manera Gómez (2014) propone una definición similar y refiere que son alteraciones que se caracterizan porque existe una exagerada preocupación por su peso y su imagen corporal. Es por ello que, se les considera como patologías psiquiátricas que traen consigo un riesgo para la salud psicológica y física de quien lo presenta.

Por otro lado, Vargas (2013) menciona que, el tema de los trastornos de conducta alimentaria ha sido de gran importancia en la actualidad debido a que ha ido en aumento, y en base a ello, lo define como enfermedades crónicas que necesitan de un tratamiento extenso para poder contrarrestarlo, ya que presentan patrones distorsionados en la ingesta de los alimentos. Asimismo, Gómez et al. (2008) propone que se encuentran dentro de la clasificación de trastornos mentales, el cual se caracteriza por presentar patrones alterados que conlleva a realizar acciones para mantener un peso que resulte satisfactorio.

De la misma manera, Olesti et al., (2007), consideran que estos trastornos se desarrollan debido a una inadecuada regulación en la ingesta de los alimentos que se caracterizan por cambios en el comportamiento y alteraciones en el pensamiento, los cuales están asociados con la nutrición, el peso y las formas corporales del individuo. Además, Moreno y Ortiz (2009) mencionan que, en la actualidad los trastornos alimentarios son considerados una de las problemáticas con mayor prevalencia en el área de salud mental, debido a la sintomatología y resistencia al tratamiento que los jóvenes presentan.

Por tal motivo, las definiciones propuestas por los autores tienen mucha similitud porque mencionan que están relacionadas a la intensa preocupación que las personas tienen por perder peso, por ello cabe resaltar que es uno de los principales síntomas que suele destacar en dicho trastorno, ya que por esto es que comienzan a realizar acciones inadecuadas que desencadenan consecuencias en los diferentes ámbitos de su vida y están asociados a los pensamientos distorsionados que suelen presentar, especialmente en la etapa de adolescencia y juventud.

### ***Factores de riesgo de los Trastornos de Conducta Alimentaria***

Los factores de riesgo se dividen en tres categorías; en primer lugar, menciona a los factores biológicos, los cuales refiere que se encuentran en la genética, y se estima que, durante la etapa de la adolescencia, las variaciones genéticas son las responsables de que las personas estén propensas a desarrollar estos trastornos con un aproximado de 50 a un 85%. Asimismo, los factores socioculturales, están relacionados con la frecuente exposición de los medios de comunicación, y por ello se les considera como los únicos agentes que tienden a difundir un determinado concepto de belleza que conlleva a que las personas comiencen a sentir una disconformidad con su físico y a que estén pendientes de los ideales de la sociedad. Por último, los factores psicológicos, se ven reflejados en la preocupación por el peso, esto se da porque las personas tienen el constante deseo de tener un peso ideal, así como también se encuentra relacionado con las dietas o restricción de los alimentos ya que es uno de los métodos más utilizados para obtener un cuerpo delgado, y en base a ello, las personas piensan que, realizando dicha acción, obtendrán los resultados fácilmente, sin embargo, olvidan que este método puede conllevar a presentar problemas en la salud mental y física (Portela de Santana et al., 2012).

Sin embargo, existen otras clasificaciones de factores de riesgo, los cuales se dividen en factores individuales, estos implican la constante insatisfacción por el peso y la figura corporal, así como también el estar expuesto a sucesos que les resultan traumáticos o difíciles de sobrellevar. Luego el factor psicosocial, significa el estar pendientes a la aprobación de los demás, lo cual conlleva a compararse constantemente con personas que se encuentran a su alrededor, y debido a ello comienzan a tener una baja autoestima que trae consigo como consecuencia no poder expresar sus emociones y sentimientos con facilidad. Por último, se menciona al factor sociocultural, donde se destacan los ideales de belleza que los medios de comunicación exponen como conductas normales y los jóvenes tienden a seguirlo como ejemplo, es por esto que tienen altas expectativas sobre la pérdida repentina del peso, aún más cuando los familiares comienzan a comentar de forma constante sobre su contextura (Unikel et al., 2017).

Por otro lado, los factores de riesgo se dividen en cuatro tipos; en primer lugar, se encuentran los factores genéticos, los cuales se relacionan a los problemas que presentan los individuos al no poder diferenciar las sensaciones de hambre y saciedad. En segundo lugar, los factores individuales, se caracterizan porque el sobrepeso, el sexo y la edad son las causas

más comunes que desencadenan este trastorno, sin embargo, la baja autoestima es un factor bastante importante de recalcar debido a que estas personas necesitan de una aprobación constante. En tercer lugar, los factores familiares, se encuentran relacionados a desencadenar la sintomatología de los trastornos de conducta alimentaria, ya que muchas veces los padres critican el peso de sus hijos, y esto conlleva a que haya una disconformidad constante con su cuerpo. Por último, los factores socioculturales, se ven reflejados en los medios de comunicación debido a que exponen ideales de belleza y delgadez que posteriormente se convierten en estereotipos que las personas siguen como ejemplo (Rodríguez et al., 2006).

En base a lo expuesto, se puede inferir que existen diversos factores de riesgo que son propuestos por diferentes autores, sin embargo a pesar de que la denominación de los factores sean diferentes, el significado es muy similar, y por tanto cabe resaltar que uno de los factores que más predomina en los jóvenes universitarios son los socioculturales ya que, desde muy pequeños han estado expuestos a los medios de comunicación donde el significado de belleza se basa solo en el peso y por eso esto es que muchas veces tienden a pensar que todo lo que observan o escuchan es adecuado y lo siguen como un ejemplo para lograr una figura ideal. Además, se debe mencionar que en la actualidad los casos de trastornos de conducta alimentaria se han incrementado debido a la coyuntura por la cual se está atravesando, y esto se da porque las personas creen que dejar de comer es algo que los beneficiará a largo plazo, no obstante, traerán consigo repercusiones en los diferentes ámbitos de su vida.

### ***Clasificación de Trastornos de Conducta Alimentaria***

#### **Anorexia Nerviosa**

Ibarzábal et al. (2015) define a la anorexia como una pérdida significativa de peso que se caracteriza por la restricción intensa en la ingesta calórica, puesto que las personas que padecen este trastorno presentan un miedo excesivo a ganar peso, lo cual conlleva a que exista una alteración en la forma que perciben el tamaño o forma de su cuerpo. De modo similar, Gómez et al. (2008) refieren que pertenece a la clasificación de trastornos de conducta alimentaria y mencionan que la persona que presenta dicho trastorno tiende a realizar acciones que son dañinas para su salud, con la finalidad de bajar de peso rápidamente sin tomar en cuenta las consecuencias que traerán consigo dichas conductas.

Asimismo, se considera que este trastorno es más frecuente en las mujeres y se caracteriza dado que estas personas tienen una habilidad para tolerar el hambre, ya que no se

evidencia la pérdida del apetito, sino que se niegan a comer con el objetivo de adelgazar. Por ello, cabe destacar que llega un momento donde están susceptibles a perder el control y ponen en práctica el uso del mecanismo del vómito autoinducido (Bravo et al., 2020). Del mismo modo, Martínez (2020), refiere que el trastorno es más frecuente en personas jóvenes, especialmente del sexo femenino, la cual se caracteriza por la constante pérdida de peso que es provocada por las alteraciones del trastorno como la insatisfacción de la imagen corporal y el miedo a la obesidad.

Por otra parte, Núñez et al., (1995) mencionan que dentro de la anorexia nerviosa existen dos clasificaciones; los anoréxicos restrictivos, los cuales se caracterizan porque las personas bajan de peso debido a que existe una restricción severa en la ingesta de los alimentos, y, por otro lado, los anoréxicos bulímicos, se describen como personas que recurren al vómito inducido para conseguir su único objetivo, el cual es bajar de peso por medio de los intentos recurridos por controlar la ingesta de los alimentos. Asimismo, Rodríguez et al., (2006) refieren que existen dos subtipos; restrictivo, donde la principal característica es que la persona que presenta este trastorno no recurre a las conductas purgativas o a los atracones para bajar de peso, sin embargo, en el tipo purgativo-compulsivo, sucede lo contrario, y el individuo recurre continuamente a conductas que están relacionadas con los atracones.

Además de ello, es importante mencionar que el concepto de anorexia ha evolucionado con el transcurso del tiempo, por ello se dice que, en el inicio de la Edad Media, se ubicada en una clasificación de trastornos conocidos como enfermedades misteriosas. Más adelante, en el siglo XIX, las diferentes investigaciones posicionaron a la anorexia nerviosa como una enfermedad con un origen mental. Y por ello, en la actualidad ha generado múltiples ideas acerca sus causas debido a la constante aparición de casos a nivel mundial (Bravo et al., 2000). También, García (2014) considera que el cuerpo femenino ideal ha sido sobre enfatizado a lo largo de la historia y por ello, en la actualidad nos encontramos ante diferentes estereotipos que son influenciados por los medios de comunicación. Agregado a ello, menciona que la figura femenina siempre ha sido más importante que la masculina en las diferentes culturas y que sus vestimentas se han ido modificando a partir de aquel momento.

En síntesis se puede mencionar que, desde las primeras décadas siempre ha existido una fuerte presión porque las mujeres tengan un cuerpo esbelto, esto se debe a que el concepto de belleza ha variado con el tiempo por medio de las diferentes culturas, lo cual ha generado que los medios de comunicación sean una de las fuentes principales que reflejen los

estereotipos que los jóvenes tienden a seguir y por ello comienzan a desarrollar la anorexia nerviosa ya que necesitan la constante aprobación de su entorno.

### **Bulimia Nerviosa**

Se define a la bulimia como una preocupación persistente por la comida, la cual se caracteriza por la existencia de episodios compulsivos en periodos muy cortos de tiempo, los cuales se denominan atracones. Además, se considera que las personas que presentan este trastorno tienen un miedo excesivo a engordar y se fijan continuamente en su peso, tratando de eliminar toda la ingesta de los alimentos por medio de la provocación de vómito, dietas restrictivas y el uso de laxantes (Rava & Silber, 2004). Así también, Gómez et al. (2008) definen a la bulimia como un trastorno que se caracteriza por constantes episodios de atracones que presenta el individuo al ingerir los alimentos. Además de ello, se conoce que este trastorno muchas veces pasa desapercibido ya que no se pueden detectar con facilidad debido a que los síntomas no suelen ser visibles.

Asimismo, se considera que es más común que la anorexia nerviosa y que la población más susceptible a padecer este trastorno son las adolescentes del sexo femenino ya que están constantemente pendientes a las aprobaciones sociales de su medio, y se le considera en cierto modo contagioso porque al fijarse en los distintos medios de comunicación, comienzan a realizar acciones que ocasionan consecuencias para su salud, con el objetivo de igualar o superar la belleza que toman como ejemplo (Berny et al., 2020). Por otro lado, Olesti et al., (2008), mencionan que la bulimia se caracteriza por comer con avidez grandes cantidades de comida en un corto período de tiempo, seguido de intensos sentimientos de culpa y autodesprecio, por ello a menudo representa un comportamiento purgativo o compensatorio hacia la persona que presenta este trastorno.

Por ello, en la actualidad, existen diversos tipos de trastornos de conducta alimentaria, sin embargo, la bulimia y anorexia son los que más afectan a la población a nivel mundial, por tanto, se les considera como los más comunes, ya que los adolescentes tienden a presentar un miedo excesivo a engordar, por ello es que realizan conductas inadecuadas que permite al organismo desencadenar la sintomatología de estos trastornos. Asimismo, es importante hacer un hincapié en el síntoma clave que muestran las personas cuando presentan el trastorno, el cual consiste en la constante disconformidad o rechazo con su figura, lo cual equivale a

rechazar la comida constantemente o a presentar atracones de forma involuntaria con el objetivo de bajar de peso.

## Conclusiones

Los trastornos de conducta alimentaria son definidos como alteraciones psiquiátricas que están relacionados con la ingesta de los alimentos debido a que las personas presentan patrones y pensamientos distorsionados que son generados por la intensa preocupación por perder peso.

Con respecto a los factores de riesgo, se dividen en tres grupos; biológicos, los cuales están relacionados con la genética, los factores socioculturales, que son generados por los medios de comunicación debido a que exponen ideas erróneas del concepto de belleza y, por último, los factores psicológicos, que se caracterizan por el constante deseo de los jóvenes por ser aprobados ante la sociedad.

En consecuencia, los trastornos de conducta alimentaria se clasifican en diversos tipos, sin embargo, los trastornos más comunes que presentan los jóvenes en la actualidad, son la bulimia y la anorexia, ya que sienten una disconformidad hacia su cuerpo y comienzan a presentar atracones o a rechazar la comida, con el objetivo de bajar de peso.

## **Recomendaciones**

Se recomienda fomentar estudios relacionados a los trastornos de conducta alimentaria con el objetivo de generar mayor conciencia en la población, especialmente en tiempos de pandemia debido a que su incidencia ha ido incrementándose y a su vez ha generado consecuencias que han perjudicado la calidad de vida de quien lo presenta.

Se sugiere realizar estudios de tipo teórico en las poblaciones jóvenes, donde se analice los factores de riesgo, ya que según la revisión presentada los jóvenes son los más susceptibles a desarrollar estos trastornos porque se encuentran en una etapa de desarrollo que se ve influenciada por diversas causas.

## Referencias

- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29 (3), 1038-1059. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16728244043.pdf>
- Berny, M., Rodríguez, D., Cisneros, J. & Guzmán, G. (2020). Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Boletín Científico De La Escuela Superior Atotonilco De Tula*, 7(14), 15-21. [https://www.researchgate.net/publication/342705943\\_Trastornos\\_de\\_la\\_Conducta\\_Alimentaria](https://www.researchgate.net/publication/342705943_Trastornos_de_la_Conducta_Alimentaria)
- Bravo, M., Pérez, A. & Plana, R. (2000). Anorexia Nerviosa: características y síntomas. *Rev Cubana Pediatr*, 72(4). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312000000400011](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312000000400011)
- García, S. (2014). *La anorexia a través del tiempo*. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/6907/TFG-M105.pdf?sequence=1>
- Gómez, J., Gaité, L., Gómez, E., Carral, L., Herrero, S. & Vásquez, J. (2008). Guía de prevención de trastornos de la conducta alimentaria y el sobrepeso. *Dirección General de Ordenación y Atención Sanitaria. Gobierno de Cantabria*. <https://saludcantabria.es/uploads/pdf/ciudadania/Guia%20Prevencion%20Trastornos%20Conducta%20Alimentaria-2012.pdf>
- Gómez, K. (2014). *Factores de riesgo asociados a trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de nutrición y dietética*. [Tesis de licenciatura, Universidad Javeriana]. <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/16062/GomezCuevasKarenDahana2014.pdf?sequence=1>
- Ibarzábal, E., Hernández, J., Luna, D., Vélez, J., Delgadillo, M., Manassero, V., Bernal, E., González, L., Ortiz, A., Moguel, A., Córdova, A. & Ramos, M. (2015). Anorexia nervosa: revisión de las consideraciones generales. *Médica Sur*, 22(3), 112-117. <https://www.medigraphic.com/pdfs/medsur/ms-2015/ms153a.pdf>
- Martínez, E. (2020). *Trastornos alimentarios y familia*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8150/Trastornos\\_MartinezDiaz\\_Elena.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8150/Trastornos_MartinezDiaz_Elena.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Méndez, J., Vásquez, V., & García, E. (2008). Los trastornos de la conducta alimentaria. *Boletín Médico Del Hospital Infantil de México*, 65(6), 579–592. <https://n9.cl/ojd5a>
- Moreno, M. & Ortiz, G. (2009). Trastorno alimentario y su relación con la imagen corporal y la autoestima en adolescentes. *Terapia psicológica*, 27(2), 181-190. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v27n2/art04.pdf>
- Núñez, C., Moreiras, O. & Carbajal, A. (1995). *Anorexia nerviosa y nutrición*. Fundación Española de Nutrición. <https://fen.org.es/storage/app/media/imgPublicaciones/19-Anorexia.pdf>
- Olesti, M., Piñol, J., Martín, N., De la Fuente, M., Riera, A., Bofarull, J. & Ricomá, G. (2007). Prevalencia de anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y otros TCA en adolescentes femeninas de Reus. *An Pediatr (Barc)*, 68(1):18-23. <https://www.analesdepediatria.org/en-pdf-S1695403308700377>
- Perpiñá, C., & Baños, R. (2007). Distorsión de la imagen corporal: un estudio en adolescentes. *Cadernos de Psicopedagogia*, 6(11). [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1676-10492007000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-10492007000100004)
- Portela de Santana, M., da Costa Ribeiro, H., Mora, M., & Raich, R. (2012). La epidemiología y los factores de riesgo de los trastornos alimentarios en la adolescencia: una revisión. *Nutrición Hospitalaria*, 27(2), 391–401. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112012000200008#:~:text=Entre%20los%20factores%20que%20aumentan,insatisfacci%C3%B3n%20con%20la%20imagen%20corporal%2C](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112012000200008#:~:text=Entre%20los%20factores%20que%20aumentan,insatisfacci%C3%B3n%20con%20la%20imagen%20corporal%2C)
- Rava, M., & Silber, T. (2004). Bulimia nerviosa (Parte 1): Historia. Definición, epidemiología, cuadro clínico y complicaciones. *Archivos argentinos de pediatría*, 102(5), 353-363. [https://www.sap.org.ar/docs/archivos/2004/arch04\\_5/A5.353-363.Rava.pdf](https://www.sap.org.ar/docs/archivos/2004/arch04_5/A5.353-363.Rava.pdf)
- Rodríguez, L., Antolín, M., Vaz, F., & García, M. (2006). Trastornos del comportamiento alimentario: anorexia y bulimia. Documento de apoyo a las actividades de educación para la salud. <https://www.inmujeres.gob.es/publicacioneselectronicas/documentacion/Documentos/DE1488.pdf>
- Unikel, C., Díaz, C., & Rivera, J. (2017). Conductas alimentarias de riesgo y factores de riesgo asociados: Desarrollo y validación de instrumentos de medición. *Universidad*

*autónoma*

*metropolitana.*

[https://www.casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronico/Conductas\\_alimentarias\\_2.pdf](https://www.casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronico/Conductas_alimentarias_2.pdf)

Vargas, M. (2013). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 70(607), 475-482.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2013/rmc133q.pdf>