



DOI: <https://doi.org/10.56124/tj.v7i13ep.013>

**“TRASTORNOS ALIMENTICIOS Y PENSAMIENTOS O
CONDUCTAS SUICIDAS”**

***“EATING DISORDERS AND SUICIDAL THOUGHTS OR
BEHAVIORS”***

Tite Haro Ángela Camila¹

<https://orcid.org/0009-0004-2375-4734>

Estudiante de la Unidad Educativa San Pío X

Correo: angela.tite.haro@uepiox.edu.ec.

Bonifaz Díaz Diego Raúl²

<https://orcid.org/0000-0002-4235-7089>.

Médico Especialista Hospital Docente Regional Ambato y Docente
Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera de
Medicina. Correo: diego88191@hotmail.com

Haro Lara Aída Patricia, Lcda. Mg.³

<https://orcid.org/0000-0002-1472-1365>

Docente Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Jurisprudencia y
Ciencias Sociales, Carrera de Trabajo Social. ap.haro@uta.edu.ec

Poaquiza Aguilar Patricia Alejandra.⁴

<https://orcid.org/0009-0002-9424-5983>

Estudiante de la Carrera de Medicina Universidad Técnica de Ambato
pattypoquiza@hotmail.com



RESUMEN

El objetivo del estudio realizado fue fomentar una cultura escolar que valore la diversidad de cuerpos y promueva una imagen corporal positiva, desafiando los estereotipos de belleza y fomentando la aceptación de sí mismos y de los demás. Independientemente de su apariencia física; como contribución del bienestar emocional y físico de los estudiantes. Generando un ambiente escolar inclusivo que promueva la salud integral. La investigación se realizó desde la propia experiencia de los adolescentes que cursan estudios de bachillerato. Amparándose en un nivel descriptivo, mediante un modelo cuantitativo centrado en la aplicación de una encuesta que abordó aspectos relacionados con las variables trastornos alimenticios y conductas suicidas; el mismo que fue aplicado a una muestra estratificada probabilística en relación con la edad y nivel de estudio. La verificación de la hipótesis mediante cálculo de chi cuadrado ha revelado que los trastornos alimenticios predisponen a la aparición de las conductas o pensamientos suicidas en los estudiantes de bachillerato.

PALABRAS CLAVE: Adelgazar, estereotipo, pensamientos suicidas, trastorno alimenticio

ABSTRACT

The objective of the study carried out was to foster a school culture that values the diversity of bodies and promotes a positive body image, challenging beauty stereotypes and encouraging acceptance of themselves and others, regardless of their physical appearance; as a contribution to the emotional and physical well-being of students, generating an inclusive school environment that promotes comprehensive health. The research was conducted from the own experience of adolescents who are studying high school. Relying on a descriptive level, through a quantitative model focused on the application of a survey that addressed aspects related to the variables eating disorders and suicidal behaviors; the same that was applied to a probabilistic stratified sample in relation to age and level of study. The verification of the hypothesis using the chi-square calculation has revealed the existence of a meaningful relationship between eating disorders and suicidal thoughts or behaviors in high school students.

KEYWORDS: *Weight loss, stereotype, suicidal thoughts, eating disorder*



INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) cerca de 700 000 personas se quitan la vida cada año, y el suicidio ocupa el cuarto lugar como causa de mortalidad en jóvenes entre 15 y 29 años (Organización Mundial de la Salud, 2021).

Los trastornos alimentarios constituyen un problema grave, especialmente en el grupo de adolescentes y adultos jóvenes que cursan el bachillerato. Sugiriendo que las personas con trastornos alimentarios son propensas a desarrollar pensamientos o comportamientos suicidas. Lo mencionado justifica la importancia del estudio realizado frente a la necesidad urgente de este tema sea de atención pública dentro de los contextos de la salud. Pues, en el Ecuador durante el periodo comprendido entre 2001 y 2014, se contabilizaron un total de 4.855 fallecimientos por suicidio en la población adolescente y juvenil. (Rebekka Maria Gerstner, Ismael Soriano, Antonio Sanhueza, Sonia Caffè, Devora Kestel, 2018).

El análisis de esta estadística resultó alarmante, evidenciando el elevado índice de suicidios que se presenta en nuestra nación. Además, el incremento de los trastornos alimentarios en los últimos tiempos es una cuestión que impacta en gran medida a la población adolescente. Siendo necesario la implementación de estrategias de prevención y tratamiento eficaces que puedan contribuir a la promoción de la salud mental, en respuesta al interrogante: ¿Qué acciones se pueden tomar para disminuir el índice de trastornos alimenticios en los adolescentes y así evitar la aparición de conductas o pensamientos suicidas en los estudiantes de bachillerato?

La anorexia, la bulimia, el atracón son considerados de atención pública en el ámbito de la salud; por su afectación física y mental, especialmente en jóvenes estudiantes. Estos pueden ser causados por una variedad de factores, incluyendo presiones sociales, emocionales, familiares, académicas, sentimentales y más.



La relación entre los trastornos alimentarios y los pensamientos o comportamientos suicidas fue significativa reflejando tanto la investigación bibliográfica y de campo que existe relación entre los trastornos alimentarios y las conductas o pensamientos suicidas en los estudiantes de bachillerato.

La cultura predominante y los estándares de belleza actuales han establecido un canon que enfatiza la delgadez como ideal, lo cual puede generar la adopción de medidas extremas para alcanzar esta imagen corporal, por lo que se mediante el estudio se buscó fomentar una cultura escolar que valore la diversidad de cuerpos y promueva una imagen corporal positiva.

Marco Conceptual

El comer mucho más o menos no es un simple hábito. Actualmente varios estudios realizados por instancias anexas al sistema de salud han demostrado que es una molestia seria sobre cómo se piensa de la comida y la conducta alimenticia. Aspecto entendido como enfermedad mental grave con afectaciones física y mental desencadenante en pensamientos suicidas, inclusive en quitarse la propia vida (Medline Plus, 2021) .

Ayuzo & Covarrubias (2019,p.80) “Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen un grupo de enfermedades multifactoriales y graves. Junto con el asma y la obesidad”. A través de la historia la cultura ha sido fundamental. Etiquetando en sus inicios que la mujer era la más propensa por su histeria. En los últimos años se ha dejado de lado estas apreciaciones y se considera que cualquier persona está en situación de riesgo de ser atrapado por los desórdenes alimenticios.

Sin ser tema de la investigación el COVID 2019; es necesario puntualizar que se agudizaron a nivel mundial situaciones anexas a problemas relacionados con la alimentación y el autoestima. Recayendo en alteraciones en la ingesta de alimentos. La afectación se evidenció en la salud psicosocial y física; especialmente en las edades cuyo rango oscila entre 12 a 18 años con un porcentaje significativo



del 16% en mujeres; siendo las más vulnerables de bulimia nerviosa (Samatán & Ruíz , 2021).

Independientemente de lo acontecido en el construir y reconstruir de la historia en las diferentes civilizaciones; la apariencia física entendida desde la percepción del otro ha limitado la libertad humana. Convirtiéndose incluso en aspecto fundamental de la comunicación no verbal (Tu Significado, 2023).

Según, la Real Academia Española (2023) “adelgazar es disminuir en grosor y generalmente perder peso”. Convirtiéndose en moda de la silueta perfecta el bajo peso. Especialmente en los adolescentes esta idea asociada con la anorexia identificada con pesar menos de los indicadores saludables de acuerdo a la estatura y edad (Biblioteca Nacional de Medicina, 2023).

El canon perfecto de la belleza está relacionado con la tristeza constante, ante la sensación de no alcanzar lo esperado o exigido. Generando trastorno depresivo acompañado de problemas físicos y emocionales. Reflejado en la pérdida del amor propio y desinterés por realizar las actividades diarias necesarias para vivir (Fundación Mayo para la Educación y la Investigación Médica, 2022).

Lo mencionado según estudios realizados ha generado comportamientos suicidas que abarca un espectro de conductas, desde el intento de quitarse la vida, preparación y ejecución del suicidio completo (American Foundation For Suicide Prevention, 2021).

En varias investigaciones específicamente de la conducta suicida en adolescentes se hace referencia a la definición de suicidio. Destacándose la acepción de Durkheim quien entiende a este acto como: el proceso negativo realizado por la propia persona aquejada en el sufrimiento y dolor para quitarse la vida. Producto de eventos autodestructivos (Londoño & Cañón, 2020).



Según la OMS (2020,p.1) “a nivel mundial, cerca de 800.000 personas se suicidan cada año”, significando que una persona muere cada cuarenta segundos. Siendo la segunda causa de defunción en las edades comprendidas de 15 a 29 años a nivel mundial. Evidenciándose un aumento progresivo ante los eventos forzados; especialmente por los que atraviesan los adolescentes (Londoño & Canón,2020).

La adolescencia es un espacio de transición. Aspecto caracterizado por cambios físicos, biológicos, emocionales, entre otros, recurrentes en áreas biológicas, psico-lógicas y sociales. Se generan a la vez tareas producto de la búsqueda y consolidación de la identidad, relacionados con su aspecto personal situación que ha acreado a trastornos alimenticios cuya culminación ha implicado en muchos casos quitarse la vida (Martínez, Vianchá, Pérez, & Avendaño).

El desencadenante principal de los trastornos alimenticios es cuando el sujeto decide dar fin a su vida de manera intencional. Varias son los atenuantes de la decisión destacándose la: desesperación y padecimiento por molestias y enfermedades físicas y emocionales graves, especialmente, trastornos mentales: depresión, bipolaridad, esquizofrenia, alcoholismo, o el abuso en el consumo de ciertas sustancias y más (Concepto Definición, 2021).

METODOLOGÍA

En consideración que el objetivo del estudio fue fomentar una cultura escolar que valore la diversidad de cuerpos y promueva una imagen corporal positiva en los estudiantes, se recurrió a un estudio de naturaleza descriptivo para entender a detalle la forma en que los trastornos alimenticios se relacionan con la aparición de conductas o pensamientos suicidas en los de los estudiantes de bachillerato. El trabajo se diseñó bajo el planteamiento metodológico del enfoque cuantitativo. La metodología cuantitativa es un enfoque de investigación que se concentra en la adquisición y examen de información numérica con el propósito de abordar preguntas de investigación y evaluar hipótesis. Se fundamenta en la



utilización de técnicas estadísticas y se orienta hacia la medición objetiva y la extrapolación de resultados a una población extensa.

El enfoque cuantitativo se amparó en la técnica de encuestas para medir la relación de los trastornos alimenticios en las conductas o pensamientos suicidas, así como la percepción que tienen los estudiantes al respecto de los trastornos alimenticios.

La población de estudio fueron 30 estudiantes de segundo año de bachillerato, durante el año lectivo 2022-2023. Gracias a un muestreo probabilístico estratificado, en relación con limitaciones como: acceso a la población, características específicas entre las que se destacaron: edad y nivel.

La técnica de recolección de datos que se utilizó fue la encuesta, mediante un cuestionario estructurado en respuesta las variables trastornos alimenticios, y pensamientos suicidas.

El cuestionario se estructuró por escalas validadas y preguntas específicas. Se solicitó el consentimiento informado de los estudiantes. Los cuestionarios se administraron de manera individual, presencial en un entorno adecuado dentro de la Unidad Educativa, respetando los principios éticos de confidencialidad, anonimato y protección de los participantes.

Los datos cuantitativos fueron comprobados mediante el análisis del chi cuadrado y analizados utilizando técnicas estadísticas descriptivas e inferenciales. Respetando los principios éticos de confidencialidad, anonimato y protección de los participantes.



RESULTADOS

Para la verificación de hipótesis de las diez preguntas aplicadas se tomaron dos. Se abordaron aspectos relacionados con: familiarización con los trastornos alimenticios como la anorexia y la bulimia, consideración de que los trastornos alimenticios pueden afectar la salud mental de los estudiantes, culpabilidad después de comer, sentimientos al observar su propio cuerpo por comer en exceso y no saber hacer dieta y sentir miedo de tener peso alto. Las preguntas determinadas para aplicar el chi cuadrado fueron: observada ¿Se ha sentido usted culpables después de comer? y, esperada ¿Ha sentido miedo de tener peso alto?

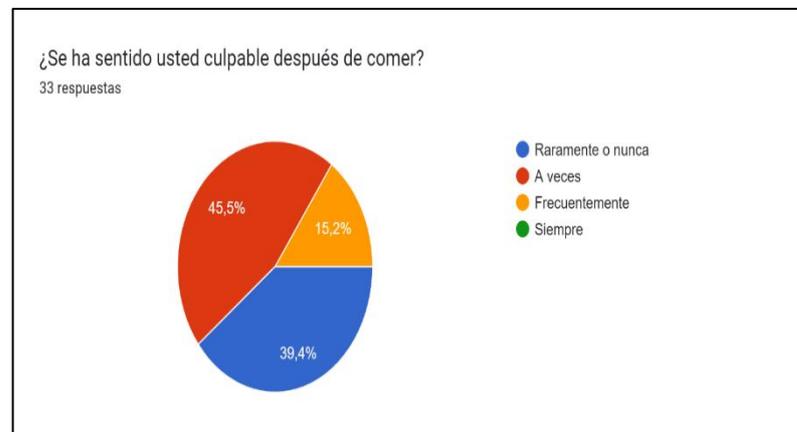
Se formuló la hipótesis:

H_0 = Los trastornos alimenticios predisponen a la aparición de las conductas o pensamientos suicidas.

H_1 = Los trastornos alimenticios no predisponen a la aparición de las conductas o pensamientos suicidas.

Con un nivel de significancia $X^2_{0.02} = 9,3 / 0.01$ al aplicar la fórmula $X^2 = \sum (O - E)^2 / E$ se comprobó la regla de decisión $X^2_t > X^2_c$, rechazando la hipótesis nula H_0 y aceptando la alterna H_1 .

Gráfico N. 1



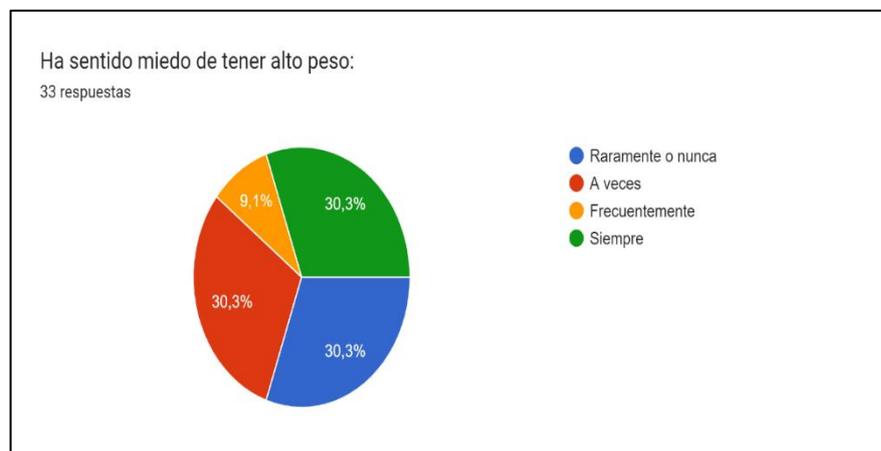
Fuente: investigadores



A los estudiantes se les planteó la pregunta acerca de si se han sentido culpables después de comer. En respuesta a esto, 13 estudiantes, representando el 39,4%, indicaron que raramente o nunca se han sentido culpables.

Por otro lado, 15 estudiantes, lo que equivale al 45,5%, respondieron que a veces han experimentado sentimientos de culpa. Un 15,2%, correspondiendo a 5 estudiantes, afirmaron que frecuentemente han sentido esta culpa, mientras que ningún estudiante indicó haber experimentado este sentimiento de manera constante.

Gráfico N. 2



Fuente: investigadores

Los resultados obtenidos reflejaron que el 30,3% de estudiantes raramente o nunca han experimentado este miedo. En un porcentaje igual indicaron que lo han experimentado a veces y siempre y el 9,1% respondieron que frecuentemente han sentido miedo con relación a su peso.



DISCUSIÓN

El trabajo realizado evidenció que el 57,6% se mostraron familiarizados con los trastornos alimenticios como la anorexia y la bulimia. Considerando el 65,6% que era un problema relevante en los adolescentes. El 39,4% se sentía insatisfechos con su forma corporal generando un impacto en la salud mental de los estudiantes; especialmente por sentirse culpable después de comer en exceso y buscaba corregirlo de alguna manera, recayendo en un control excesivo del peso; por ende, en trastornos de conducta alimentaria.

Según Gaeta & López (2020,p.784) “los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades muy serias que se inician habitualmente en la adolescencia y en general han ido en aumento en los países en desarrollo”. Pese a lo cual diversos factores obstaculizan su prevención, tratamiento e intervención oportuna.

Solis, 2022 (2022,p.2) “El suicidio y las conductas suicidas tienen estrecha relación con la insatisfacción corporal que ha denotado conductas nocivas para la salud”, específicamente en mujeres, sin embargo en los últimos años estudios como el de Caldera – Montes 2019 ha evidenciado que no hay diferencia significativa especialmente producto de la insatisfacción corporal, la impulsividad, depresión.

Dentro de la característica de la historia humana no es desconocido el tema del suicidio el mismo que ha existido desde los inicios de la humanidad. Entendido como quitarse la vida por sí mismo. Lo modificable en cada época y cultura son las razones. Por ejemplo por amor fue en la época del romanticismo. Se podría seguir ejemplificando pero lo central radica en el contraste frente a la existencia que acarrea a conductas riesgosas que enfrentan a la vida con la muerte que aumenta el riesgo suicida. Siendo necesario la atención urgente de la salud pública con un modelo operativo intervencionista (Campillo & Fajardo, 2021).



CONCLUSIONES

Para llevar a cabo el estudio, se utilizó un enfoque metodológico descriptivo de naturaleza cuantitativa. Se administró una encuesta a 30 estudiantes, recopilando información sobre la presencia de trastornos alimentarios, pensamientos suicidas, conocimiento y percepciones. Los resultados preliminares de la encuesta revelaron que una parte significativa de los estudiantes está familiarizada con los trastornos alimentarios y considera que son un problema relevante entre los estudiantes de su edad. Además, la mayoría reconoce que los trastornos alimentarios pueden afectar la salud mental de los estudiantes. Es importante destacar que estos hallazgos revelaron la presencia de actitudes y comportamientos relacionados con la imagen corporal y la alimentación entre los estudiantes de Bachillerato. Estos resultados pueden ser de utilidad para la implementación de programas de prevención y promoción de la salud mental, así como para el desarrollo de estrategias de intervención dirigidas a mejorar la percepción del cuerpo y fomentar una relación saludable con la alimentación en esta población.

Existe de una relación significativa entre los trastornos alimentarios y las conductas o pensamientos suicidas en los estudiantes segundos de bachillerato de una Unidad Educativa del Ecuador. Los trastornos alimentarios, como la anorexia y la bulimia, son enfermedades mentales graves que pueden tener efectos dañinos tanto en la salud física como en la mental de los individuos afectados. Estos trastornos representan un problema relevante entre los jóvenes estudiantes y pueden ser desencadenados por presiones sociales, trastornos emocionales y familiares, entre otros factores. La preocupación por la apariencia física y la adopción de medidas extremas para alcanzar los estándares de belleza predominantes en la sociedad actual han generado un aumento en los trastornos alimentarios en los adolescentes. Esto, a su vez, ha llevado a un incremento en la incidencia de pensamientos y comportamientos suicidas en esta población. Los resultados obtenidos en este estudio confirmaron la existencia de esta relación y resaltan la necesidad de tomar medidas para prevenir y abordar estos problemas de manera



efectiva. Es crucial fomentar una cultura escolar que valore la diversidad de cuerpos y promueva una imagen corporal positiva, desafiando los estereotipos de belleza y fomentando la aceptación de sí mismos y de los demás, independientemente de su apariencia física. Para lograr esto, se sugiere implementar charlas y talleres dirigidos a estudiantes, profesores y padres de familia, con el objetivo de crear conciencia y brindar información sobre los trastornos alimentarios, sus causas, efectos y la importancia de una alimentación saludable. Estas actividades pueden contribuir al bienestar emocional y físico de los estudiantes, generando un ambiente escolar inclusivo y promotor de la salud integral.

Sin embargo, es importante tener en cuenta las limitaciones de este estudio, como el temor de los estudiantes a revelar su situación actual de manera honesta debido al miedo al juicio de los demás. Para abordar esta preocupación, se recomienda implementar enfoques anónimos en las encuestas y garantizar la confidencialidad y protección de los participantes. En resumen, este estudio destaca la necesidad de investigar y abordar los trastornos alimentarios y su relación con las conductas o pensamientos suicidas en los estudiantes de bachillerato. Al comprender mejor esta problemática se podrá implementar estrategias de prevención y tratamiento efectivas, promoviendo así la salud mental y el bienestar de esta población estudiantil.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ayuzo, N., & Covarrubias, J. (2019). Trastornos de la conducta alimentaria. *Mexicana de pediatría*, 86(2), 80-86. doi:ISSN 0035-0052
<https://www.scielo.org.mx/pdf/rmp/v86n2/0035-0052-rmp-86-03-80.pdf>
- American Foundation For Suicide Prevention. (2021). Conducta suicida. Obtenido de <https://www.merckmanuals.com/es-us/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/conducta-suicida-y-autoagresi%C3%B3n/conducta-suicida>, Biblioteca Nacional de Medicina. (2023). *MedlinePlus*. Obtenido de Anorexia: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000362.htm>
- Campillo Serrano, Carlos y Fajardo Dolci, Germán. Prevención del suicidio y la conducta suicida. *Gac. Méd. Méx* [online]. 2021, vol.157, n.5 [citado 2024-



- 03-15], pp.564-569. Disponible en:
<http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-38132021000500564&lng=es&nrm=iso>. Epub 13-Dic-2021. ISSN 2696-1288. <https://doi.org/10.24875/gmm.21000205>.
- Concepto Definición. (05 de Febrero de 2021). Suicidio. Obtenido de <https://conceptodefinicion.de/suicidio/>
- Fundación Mayo para la Educación y la Investigación Médica. (14 de Octubre de 2022). Depresión (trastorno depresivo mayor). Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases/conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>
- Gaeta, V., & López, C. (2020). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. Una mirada integral. *Revista chilena de pediatría*, 91(5), 784-793. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i5.1534>
- Londoño-Muriel V, Cañón-Buitrago SC. Factores de riesgo para conducta suicida en adolescentes escolarizados: revisión de tema. *Archivos de Medicina (Manizales)* Julio-diciembre 2020; 20(2):472-480. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/09/1118907/18-revi-factores-de-riesgo-para-conducta-suicida.pdf>
- Martínez Baquero, L. C., Vianchá Pinzón, M. A., Pérez Prada, M. P., y Avendaño Prieto, B. L. (2017). Asociación entre conducta suicida y síntomas de anorexia y bulimia nerviosa en escolares de Boyacá, Colombia. *Acta Colombiana de Psicología*, 20(2), 178-188. <https://doi.org/10.14718/ACP.2017.20.2.9>
- Maria Gerstner, Ismael Soriano, Antonio Sanhueza, Sonia Caffé, Devora Kestel. (2018). Epidemiología del suicidio en adolescentes y jóvenes en Ecuador. *Revista Pan Americana Salud Publica*.
- Medline Plus, I. (2021). Trastornos de la alimentación. *Salud mental y conducta*. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/eatingdisorders.html>
- Organización Mundial de la Salud. (17 de junio de 2021). *Suicidio*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Samatán-Ruiz, E. M. ., & Ruiz-Lázaro, P. M. (2021). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes durante pandemia covid-19: estudio transversal. *Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 38(1), 40-52. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v38n1a6>
- Solis, M. (Junio de 2022). Suicidio: autolesión e insatisfacción. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 22(1), 1-15. doi:DOI: 10.18270/chps..v22i1.4037
- Tu Significado. (2023). Apariencia Física: ¿Qué es y qué significa? Obtenido de <https://tusignificado.com/salud/apariencia-fisica>