

**PERCEPCIÓN CORPORAL COMO FACTOR PARA EL DESARROLLO DE
ANOREXIA Y BULIMIA EN ADOLESCENTES MEXICANOS**

CUT Universidad de Tijuana

PERCEPCIÓN CORPORAL COMO FACTOR PARA EL DESARROLLO DE ANOREXIA Y BULIMIA EN ADOLESCENTES MEXICANOS

RESUMEN

Los trastornos alimentarios son enfermedades mentales las cuales se desarrollan tanto en hombres como en mujeres y se pueden presentar en diferentes etapas de la vida, siendo los más comunes la anorexia y la bulimia. Aunque los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) se pueden presentar en cualquier momento, una de las etapas de más riesgo a padecer estas patologías es la adolescencia. Los adolescentes suelen estar más propensos a presentar este tipo de trastornos, por diferentes factores dentro de lo que se destaca la percepción corporal, este factor se encuentra estrechamente relacionado con los TCA. El objetivo de este artículo fue realizar una revisión sistemática, mediante la revisión de artículos en los buscadores Scielo, Elsevier, Redalyc y Medigraphic, con las siguientes palabras clave: *trastornos alimentarios, factores de riesgo, adolescentes, anorexia, bulimia, imagen corporal*. Analizando en ellos la relación en los índices de la presencia de TCA y la forma en que se ven afectados por la insatisfacción corporal de los adolescentes, principalmente en mujeres, tal inconformidad causada por un conjunto de componentes tanto psicológicos como el descontento a la figura propia y ambientales, la sociedad y los estándares propuestos sumamente estrictos.

Palabras clave: percepción corporal, anorexia, bulimia, adolescentes, México.

SUMMARY

Eating disorders are a mental illness which can develop in both women and men and can occur in different stages of a person's life, with the most common disorders being anorexia and bulimia. Although eating disorders can develop at any time, adolescence is one of the stages with

the highest risk of developing these pathologies. Adolescents are individuals who are more prone to developing these types of disorders, because of different factors of which body image stands out, with this factor being intricately related to eating disorders. The objective of this article was to conduct a systematic review by reviewing articles in search engines such as Scielo, Elsevier, Redalyc and Medigraphic with the following keywords: eating disorders, risk factors, adolescents, anorexia, bulimia, body image. Analyzing in them the relationship in the indices of the presence of ED and the way in which they are affected by the corporal dissatisfaction of adolescents, mainly in women, such disagreement caused by a set of both psychological components; such as discontent with the self and environmental figure; society and the extremely strict proposed standards.

Key words: body image, anorexia, bulimia, adolescents, Mexico.

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son considerados enfermedades psiquiátricas caracterizadas por alteraciones en las conductas alimentarias, estos constituyen un problema de salud debido al aumento de personas que lo padecen y del riesgo de las consecuencias. De acuerdo con el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales [DSM-5] (2014), los TCA son el trastorno por rumiación, trastorno de evitación/restricción de la ingesta de alimentos, Anorexia Nerviosa, Bulimia Nerviosa y Trastornos de atracones.

Las enfermedades de la conducta alimentaria son muy frecuentes y cada vez se presentan con más facilidad en cualquier grupo de población. Sin embargo, con base en diferentes estudios se comprueba que estos trastornos se presentan de manera más frecuente en adolescentes (López, 2011). Aunque las mujeres se ven más vulnerables a presentar dichas patologías mentales, los

hombres también son propensos a presentarlas (Loreto, 2006). La anorexia y la bulimia nerviosas son de los TCA que se presentan con mayor frecuencia entre los adolescentes de ambos sexos (del Rio y Cols, 2002).

La anorexia nerviosa es considerada un trastorno psiquiátrico peligroso y complejo, se define como la acción de dejar de ingerir alimentos de forma voluntaria, ocasionando con ello una pérdida de peso. De acuerdo con Guadarrama y Mojica (2011), existe un temor excesivo a subir de peso o engordar, inclusive cuando se cuenta con un peso excesivamente bajo. Se encuentra generalmente acompañada de la distrofia corporal, lo cual impide que la persona pueda percibir su estado físico real, además de presentarse amenorrea. Según la Asociación Americana de Psiquiatría [APA por sus siglas en inglés] (2017), se diagnostica anorexia nerviosa cuando la persona pesa menos de 15% de lo que se considera un peso saludable de acuerdo con su Índice de Masa Corporal (IMC).

Respecto a la Bulimia, es definida por Duarte y Mendieta (2019) como un trastorno de la conducta alimentaria, caracterizada por un atracón de comida en cierto periodo de tiempo. Los alimentos son ingeridos sin un control por la persona y viene seguido de un sentimiento enorme de culpa, y debido a éste sentimiento se recurre a acciones que puedan mitigar lo ocurrido. Algunas de las actividades que se realizan son provocación de vomito, utilización de laxantes, ejercicio excesivo, entre otras.

Para que cualquiera de estos dos trastornos de la conducta alimentaria se presenten, se debe involucrar uno o más factores que predisponen a los adolescentes a padecerlos como el entorno social, el impacto constante de imágenes publicitarias a través de la televisión o cualquier otro medio de comunicación, el entorno familiar, la escuela, etc. Dicho esto, se pretende enfatizar en la percepción corporal como una variable primordial para establecer un TCA, la cual se

encuentra relacionado con los componentes mencionados, ya que ésta se ve impactada por ellos (Ramos, 2003).

La precepción corporal es una de las principales razones para que se desarrollen estos trastornos en la adolescencia, debido a que en esta etapa de la vida los jóvenes se encuentran preocupados por el cómo se ve su apariencia y debido a la necesidad de aceptación por el entorno social esta preocupación se torna aún más aguda (Moreno, 2010). La imagen corporal es la representación del cuerpo que cada persona construye en su mente (Raich, 2000). Según Cash, Pruzinsky y Thompson (1990), se compone de tres variables: aspectos perceptivos, cognitivos-afectivos y conductuales.

La forma en cómo los adolescentes se ven así mismos es altamente sensible a ser influenciada por su medio ambiente, sin duda la exposición de estereotipos de cuerpos perfectos los alcanza y los afecta tanto como para llevarlos a abstenerse de ingerir alimentos o ingerirlos para posteriormente expulsarlos de su cuerpo usando técnicas obligadas, no naturales y no saludables (Moreno, 2010). Al momento de llegar a la adolescencia, algunos chicos comienzan a ser más conscientes de los cambios que ocurren en su cuerpo y suelen estar más al tanto o al cuidado de éstos, lo cual puede convertirse en una preocupación alarmante cuando perciben que estos cambios no van conforme a los estereotipos establecidos (Santrock, 2004).

Por otro lado, en México la anorexia y la bulimia han incrementado un 300% en los últimos 20 años en niños y adolescentes, según datos planteados por la diputada Bernal Camarena (2019); destaca que en el país existen 22 mil casos anuales de trastornos alimentarios, principalmente en jóvenes de entre 13 y 18 años. Estos datos resultan impactantes dado la gravedad de estas afecciones.

En los estudios seleccionados, se busca analizar si la percepción corporal se aborda como un factor primordial para ser relacionada con el desarrollo y presencia de un TCA, específicamente anorexia y bulimia, en adolescentes mexicanos en los últimos 10 años.

La recolección de datos de artículos de investigación se llevó a cabo en buscadores como Scielo, Elsevier, Redalyc y Medigraphic utilizando las siguientes palabras clave: *trastornos alimentarios, factores de riesgo, adolescentes, anorexia, bulimia, imagen o percepción corporal*, en diversas combinaciones. El tiempo para evaluar fue de 2010 a 2020 y la selección de los artículos se dio de acuerdo con los criterios próximos a mencionar.

Los criterios de inclusión para la recopilación de información fueron artículos donde se mostrará o evaluará el factor de la percepción corporal con los trastornos de la conducta alimentaria, especialmente en anorexia y bulimia. Estudios en adolescentes que cubrieran un rango de edad de entre 10 y 19 años, tanto mujeres y hombres, además de que los estudios fueran realizados en México.

En cuanto a los criterios de exclusión para la selección fueron aquellos que se trataran de metaanálisis y revisiones sistemáticas, que tuvieran fecha anterior a 2010, que no hayan sido realizados en México y que su población fuera cualquier otra que no sea adolescencia y que dentro de sus resultados no mostrara la relación de la percepción corporal con el desarrollo de TCA.

En la búsqueda se lograron identificar 16 posibles artículos de SciELO, 50 de Medigraphic y 31 de Elsevier, obteniendo un total de 97, de los cuales se descartó 1 por ser duplicado, posteriormente con la lectura del título como siguiente criterio se excluyeron 58 artículos. El siguiente paso fue la revisión del resumen y su especificidad en cuanto a los criterios por lo que se

excluyeron 26 artículos. Finalmente, por medio de la lectura, se eliminaron 8 quedando un total de 4 artículos elegidos con base en las especificaciones (figura 1).

Para el análisis de los artículos de investigación se consideraron los criterios según la escala de la lista de comprobación de CONSORT 2010, donde se verificó cumplieran con por lo menos 18 puntos para poder ser utilizados. Contar principalmente con los apartados básicos tales como el título, introducción, método y que dentro de este detallaran claramente a los participantes, instrumentos y procedimiento, resultados, discusión y/o conclusiones.

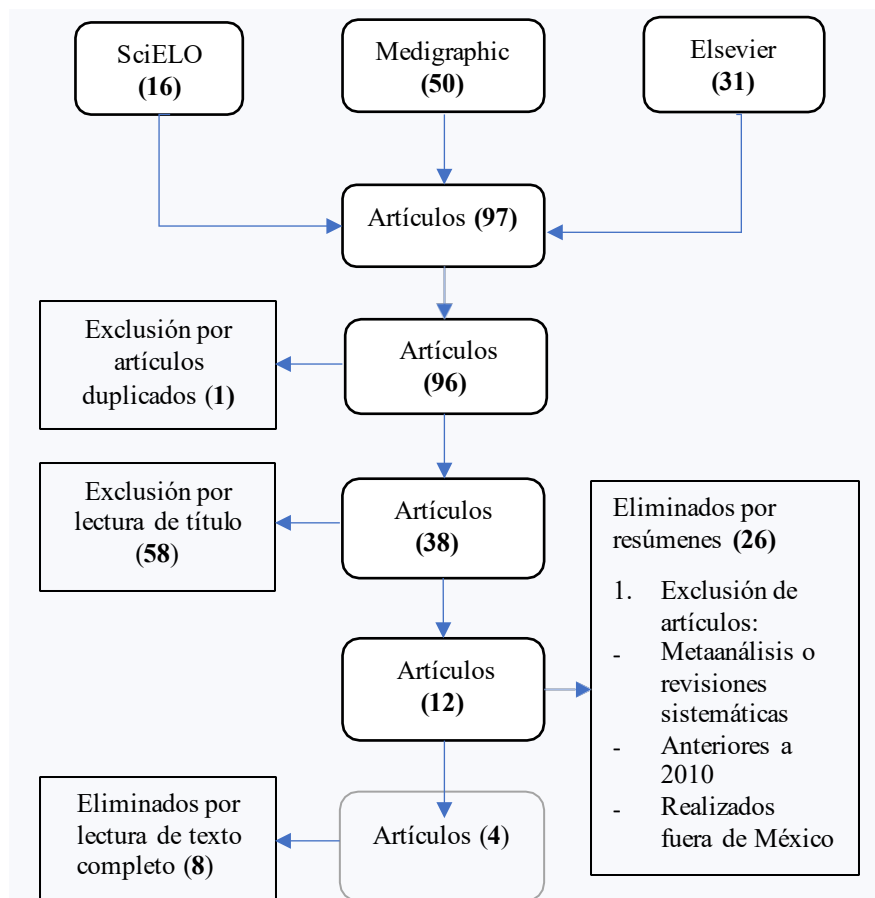


Figura 1. Diagrama de la selección de artículos.

La prevalencia de un TCA como lo es la anorexia o la bulimia en los adolescentes mexicanos resultó ser más notorio en mujeres que en los hombres. Se demostró que uno de los factores para predisponer anorexia, bulimia o distorsión de la percepción corporal es ser del sexo femenino y tener sobrepeso u obesidad.

Se hizo una comparación con los artículos que tienen mayor similitud entre ellos, como se muestra en la Tabla 1, donde se explica cómo los adolescentes mexicanos presentan una problemática con respecto a su apariencia física sin poner como prioridad su salud. Debido a ello, es necesario implementar estrategias para la solución de dicha situación que se expone en México.

Tabla 1. Datos representativos de los artículos revisados.

Referencia	n	M	H	Edad	IMC	Estado	Tipo de estudio	Instrumentos utilizados
Camarillo-Ochoa et al. (2013)	273	13 8	13 5	M=13 .89 H=14.02	M=22.69 kg/m ² H=21.09 kg/m ²	Veracruz	Descriptivo, observacional, prospectivo y transversal.	-Eating Attitudes (EAT-26) -Escala de Evaluación de la imagen corporal de Gardner.
Sámano et al. (2012)	671	33 9	33 2	13	-	Ciudad de México	Observación, transversal y descriptivo.	-Evaluación de las conductas alimentarias de riesgo.
Meléndez-Torres et al. (2012)	383	21 3	17 0	16.1	-	Hermosillo, Sonora	Descriptivo.	-Cuestionario desarrollado por Garner, Olmstead, Bohr y Garfinkel (1982)
Guadarrama-Guadarrama et al. (2011)	316	17 5	14 1	16.71 +/- 1,21	-	Tejupilco, Estado de México.	Descriptivo.	-Test de Actitudes Alimentarias (EAT-40) -Test de Bulimia (BULT)

En la percepción corporal se ven influenciados mayormente aquellos adolescentes quienes se encuentran por encima de su peso total. Quienes presentan mayor peso, se perciben a ellos mismos por lo general más delgados. Por otro lado, quienes tienen una mayor preocupación por

su percepción corporal resultan ser las mujeres, de la misma manera, también pueden predisponer a presentar síntomas para desarrollar anorexia o bulimia (ver tabla 2).

Tabla 2. Resultados de los artículos analizados.

Referencias	Resultados
Camarillo-Ochoa et al. (2013)	Hay una gran distorsión de la percepción corporal, sobre todo a mayor peso corporal. Mujeres presentan mayor grado de distorsión de la imagen que hombres.
Sámano et al. (2012)	El desarrollo de TCA y ser mujer, tener sobrepeso u obesidad Existe correlación entre el IMC y las CAR que conllevan al desarrollo de TCA.
Meléndez-Torres et al. (2012)	Se presenta una gran cantidad de adolescentes con distorsión de la imagen corporal, tal distorsión corporal va de la mano con el aumento del peso quienes tienen mayor peso corporal se perciben generalmente más delgado.
Guadarrama-Guadarrama et al. (2011)	Las mujeres presentan mayor preocupación y distorsión de la imagen, así como mayor sintomatología para el desarrollo de algún TCA, específicamente anorexia.

El porcentaje de población mexicana con algún TCA, principalmente anorexia y bulimia, ha sufrido un incremento considerable durante las últimas décadas. Hasta el momento no se tiene identificado un único factor para su aparición, sino que se debe al conjunto de diversos elementos que interactúan entre sí. La prevalencia de TCA se manifiesta mayormente en adolescentes, la razón de esto radica generalmente en que durante esta etapa se sufre de numerosos cambios tanto físicos como emocionales que los pueden hacer vulnerables y propensos a desarrollar conductas alimentarias de riesgo, de este modo, el aumento por el interés en la figura y la apariencia corporal toma uno de los puntos de más atención por parte de los jóvenes.

Se pudo constatar que en México son las mujeres el grupo que presenta mayor riesgo a iniciar y desarrollar un TCA, y uno de los elementos principales es la insatisfacción corporal; esta afecta de tal forma que el individuo tiene una imagen negativa e irreal en cómo se percibe y siente

físicamente, aunado a que se encuentran en la búsqueda de lo que consideran o perciben como un cuerpo ideal.

Es esta insatisfacción corporal lo que conlleva al individuo a actuar de forma perjudicial hacia su propio cuerpo con la intención de llegar a esa figura idealizada, lo cual provoca el surgimiento de los TCA adoptando comportamientos como la restricción alimenticia, conductas purgativas y el ejercicio excesivo.

Es de gran importancia que los TCA sean reconocidos como las patologías tal cuales son, ya que el peligro y efectos generados afectan tanto a corto como a largo plazo, y son sumamente relevantes en la vida de quienes los padecen. Este reconocimiento es imprescindible para obtener mejores resultados durante el tratamiento, pero principalmente en la prevención con la aplicación de planes o proyectos que puedan ser efectivos para los jóvenes, especialmente en las mujeres.

REFERENCIAS

- Acerete, D. M., Trabazo, R. L., & Ferri, N. L. (2013). Trastornos del comportamiento alimentario: Anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. Protocolo AEPED. Capítulo, 7. Recuperado de https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/anorexia_bulimia.pdf
- Asociación Americana de Psiquiatría. (enero 2017). *¿Qué son los trastornos alimentarios?* Recuperado de <https://www.psychiatry.org/patients-families/eating-disorders/what-are-eating-disorders>
- Asociación Americana de Psiquiatría (2014). Trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos. En Asociación Americana de Psiquiatría (Eds.), *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-V* (pp. 329-354). Barcelona: Panamericana

- Ávila, S., M. J., & Jáuregui, D., J. A. (2015). Comportamientos de riesgo de trastornos alimentario entre los adolescentes y jóvenes de Nuevo León. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, (6), 1-2. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-mexicana-trastornos-alimentarios--110-pdf-S2007152315000099>
- Benjet, C., Méndez, E., Borges, G., & Medina-Mora, M. E. (2012). Epidemiología de los trastornos de la conducta alimentaria en una muestra representativa de adolescentes. *Salud mental*, 35(6), 483-490. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2012/sam126e.pdf>
- Bojorquez, I., Saucedo-Molina, T., D. J., Juárez-García, F., & Unikel-Santoncini, C. (2013). Medio ambiente social y conductas alimentarias de riesgo: una exploración en mujeres adolescentes en México. *Cadernos de Saúde Pública*, 29, 29-39. Recuperado de https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000100005&lang=es
- Cámara de Diputados H. congreso de la Unión. (2019). *Boletín n. 2383. En los últimos 20 años, anorexia y bulimia crecieron 300 por ciento en México*. Recuperado de <http://www5.diputados.gob.mx/index.php/esl/Comunicacion/Boletines/2019/Octubre/27/2583-En-los-ultimos-20-anos-anorexia-y-bulimia-crecieron-300-por-ciento-en-Mexico#:~:text=Bernal%20Camarena%20destac%C3%B3%20que%20en,proporci%C3%B3n%20de%20nueve%20a%20uno.>
- Duarte, J. M., & Mendieta Z., H. (2019). Trastornos de la Conducta Alimentaria. Problema de Salud Pública. *Inteligencia epidemiológica*. Recuperado de https://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/revistas/rinteligenciaepi/revista_1_19in_teli.pdf

- Figueroa-Rodríguez, A., García-Rocha, O., Revilla-Reyes, A., Caballero-Villarreal, L., & Unikel-Santoncini, C. (2010). Modelo estético corporal, insatisfacción con la figura y conductas alimentarias de riesgo en adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 48(1), 31-38. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2010/im101f.pdf>
- Gayou-Esteva, U., & Ribeiró-Toral, R. (2014). Identificación de casos de riesgos de trastornos alimentarios entre estudiantes de Querétaro. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, (5), 115-123. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-mexicana-trastornos-alimentarios--110-pdf-S2007152314720075>
- Guadarrama, R. G., & Mojica, S., A. M. (2011). Factores de riesgo de anorexia y bulimia nerviosa en estudiantes de preparatoria: un análisis por sexo. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 16(1), 125-136. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29215963011.pdf>
- López, G., C., & Treasure J., (2011). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: descripción y manejo. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 22(1), 85-97. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864011703960#:~:text=Resumen,anorexia%20nervosa%20y%20bulimia%20nervosa.>
- Martínez, M., B. A., Lamotte, B. V., & Santoncini, C. U. (2011). Continuo de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de México. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 30, 401-407. Recuperado de <https://scielosp.org/article/rpsp/2011.v30n5/401-407/>
- Meléndez, T., J. M., de la Fuente, G., M. C., & Jaramillo, H. F. (2012). Comportamiento alimentario durante la adolescencia. ¿Nueva relación con la alimentación y el cuerpo?.

- Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 99-11. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2012/mipM121j.pdf>
- Ochoa, N. C., Ramos, E. C., Méndez, A. J. G., & Alamilla, E. K. M. (2013). Prevalencia de trastornos de la alimentación en adolescentes. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 18(1), 51-55. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/quirurgicas/rmq-2013/rmq131h.pdf>
- Pérez-Lugo, A. L., Gabino-Campos, M., & Baile, J. I. (2016). Análisis de los estereotipos estéticos sobre la mujer en nueve revistas de moda y belleza mexicana. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, (7), 40-45. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-mexicana-trastornos-alimentarios--110-pdf-S2007152316000033>
- Portela de Santana, M., L., da Costa, H., Mora, M., & Raich R., M. (2012). La epidemiología y los factores de riesgo de los trastornos alimentarios en la adolescencia; una revisión. *Nutrición Hospitalaria*. 27(2), 391-401. Doi:10.3305/nh.2012.27.2.5573
- Ramos, P., Rivera, F. & Moreno, C. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 22(1), 77-83. Recuperado de http://www.infocop.es/view_article.asp?id=2812#:~:text=La%20adolescencia%20es%20una%20etapa.preocupaci%C3%B3n%20por%20la%20aparici%C3%A9n
- Salaberria K., Rodríguez S., & Cruz S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Fac. de Psicología. Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos*, (8), 171-183. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/11499839.pdf>

Sámamo, R., Zelonka, R., Martínez-Rojano, H., Sánchez-Jiménez, B., Ramírez, C., & Ovando, G. (2012). Asociación del índice de masa corporal y conductas de riesgo en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes mexicanos. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 62(2), 145-154. Recuperado de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222012000200007&lang=es