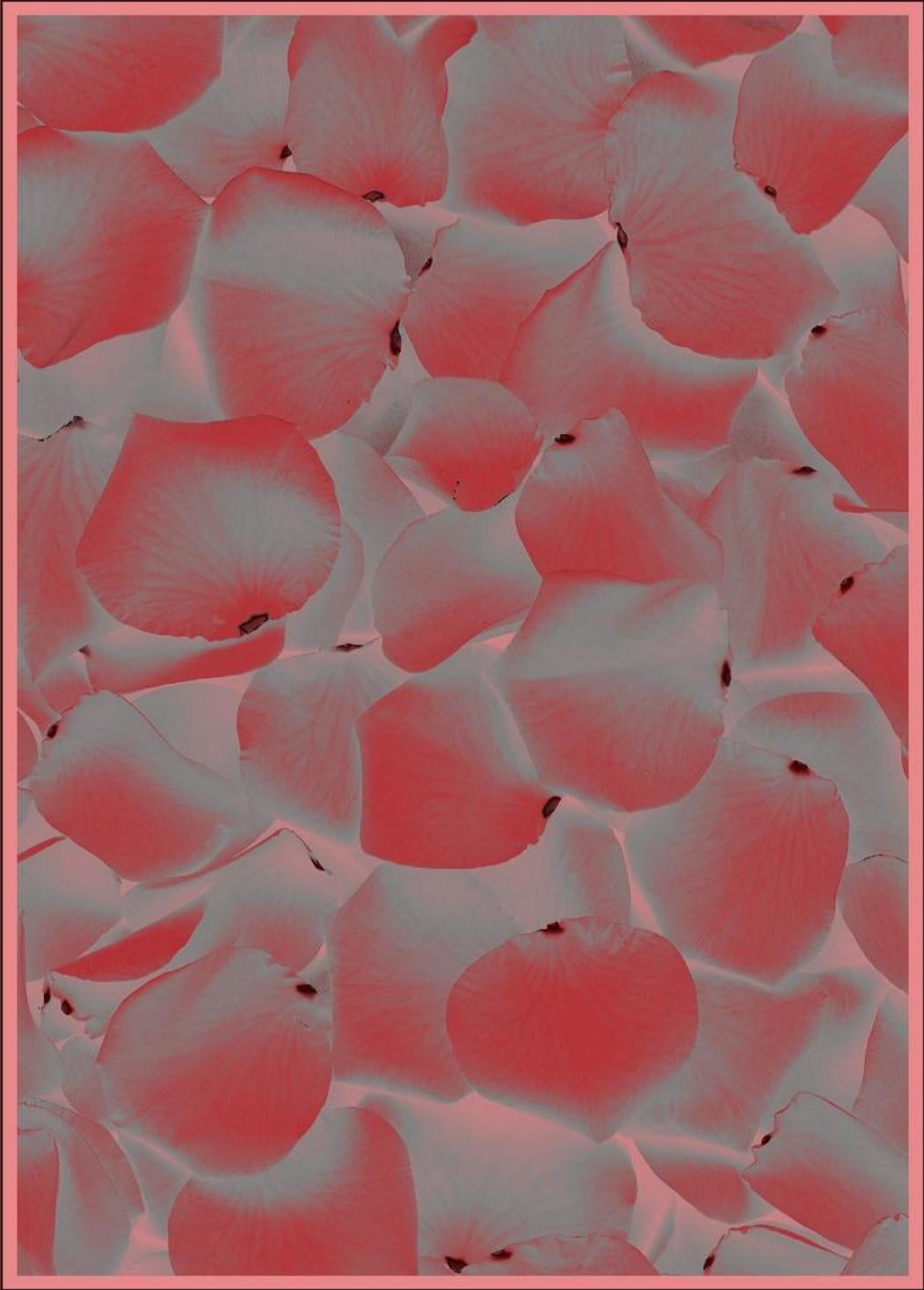


ALTAmira²³

REVISTA ACADÉMICA

U NIVERSIDAD
DE TIJUANA | *cut*





CONTENIDO

7. EDITORIAL

Por Juan José Luna.

8. Relación entre alimentación, obesidad y sobrepeso como factores determinantes en Cáncer de mama: Revisión sistemática.

Por Medina Sánchez Abigail, Flores Ayala Guadalupe y Gamiño Ramos Vanessa.

16. Interpretación de la obesidad en programas escolares. Revisión Sistemática.

Por Orozco Molina Angela, Mozo Cruz Melany Lizeth, Romero Flores Tania Andrea y Zavala Pedraza Josué Roberto.

24. Percepción corporal como factor para el desarrollo de Anorexia y Bulimia en adolescentes Mexicanos.

Por Solís Aguirre Yessenia, Valencia Partida Cinthya America y Vargas Villa Flor Yazmin.

DIRECTORIO

Mtro. Jesús Ruiz Barraza
Rector de la Universidad de Tijuana.

Mtra. Yeni Marmolejo Mariscal
Vicerrectora de la Universidad de Tijuana.

Dr. Jorge Mario Flores Osorio
Director de la Unidad Transdisciplinar
de Investigación.

Mtra. Lorena Pulido Rios
Directora de Posgrado e Investigación.

Juan José Luna Ruiz
Coordinador Editorial.

Alejandra Moreno Acevedo
Diseño Editorial.

Articulistas.

Medina Sánchez Abigail
Flores Ayala Guadalupe
Gamiño Ramos Vanessa
Orozco Molina Angela
Mozo Cruz Melany Lizeth
Romero Flores Tania Andrea
Zavala Pedraza Josué Roberto
Solís Aguirre Yessenia
Valencia Partida Cinthya America
Vargas Villa Flor Yazmin

CONTACTO

altamira.cut@gmail.com

Versión online
www.issuu.com/altamiracut
www.cut.edu.mx

DOI: 10.15418

LEGAL

ALTAMIRA REVISTA ACADÉMICA. Año 6, No.23, mayo-agosto 2020, es una publicación cuatrimestral editada y publicada por el Centro de Estudios Superiores de Baja California, S. C., avenida "J" No.1010, Colonia Altamira, Tijuana, Baja California, C.P. 22054, Tel (664) 687-9412, www.cut.edu.mx, juricut@gmail.com. Editor responsable: Juan José Luna Ruiz. Reserva de Derechos al uso exclusivo No. 04-2016-051811553900-203, ISSN 2007-6584, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número: Departamento Editorial de la Universidad de Tijuana, Alejandra Moreno Acevedo, avenida "J" No.1010, Colonia Altamira, Tijuana, Baja California, C.P. 22054, Fecha de última modificación, 14 de Octubre de 2014.

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos o imágenes de la publicación sin previa autorización del Centro de Estudios Superiores de Baja California, S. C.

EDITORIAL

La nutrición hace la diferencia entre una vida saludable físicamente, mentalmente, anímicamente, profesionalmente... No se puede entender a un individuo sano sin una buena nutrición, tampoco se puede entender a una sociedad sana si no está bien nutrida. ¿Es México un país bien nutrido? ¿Somos una sociedad bien alimentada? ¿Sabemos nutrarnos adecuadamente? O lo que es más: ¿podemos nutrarnos como es debido, tenemos los alcances económicos, sabemos cómo hacerlo? Evidentemente no. México ocupa uno de los primeros lugares en obesidad, lo cual se refleja en enfermedades que deterioran la vida o la aniquilan. Por una parte, existen 30 millones de mexicanos que apenas pueden alimentarse con el mínimo para subsistir; por otro lado, existen otros tantos que cuentan con los recursos económicos para comer “como es debido” pero que por ignorancia o por cultura optan por una dieta poco saludable.

En este número, estudiantes de la carrera de Nutrición de la Universidad de Tijuana abordan este importante tema desde diversas perspectivas. Es necesaria e indispensable una educación alimenticia y promover la cultura de la sana alimentación.

Bienvenidos a ALTAmira 23.

Juan José Luna Ruiz.
 Editor



RELACIÓN ENTRE ALIMENTACIÓN, OBESIDAD Y SOBREPESO COMO FACTORES DETERMINANTES EN CÁNCER DE MAMA: REVISIÓN SISTEMÁTICA.

MEDINA SÁNCHEZ ABIGAIL, FLORES AYALA GUADALUPE Y GAMIÑO RAMOS VANESSA.*

Resumen: Actualmente, el sobrepeso y la obesidad tienen un alto impacto para desarrollar diversas entidades patológicas desde enfermedades crónico-degenerativas hasta cancerígenas y se ha demostrado que llevar un estilo de vida saludable constituye un factor protector para el desarrollo de estas. Se realizó una revisión sistemática de seis artículos en los que se evaluaron mujeres mexicanas de entre 18 y 76 años, todas diagnosticadas y tratadas entre los años 2001 y 2020, sin previo tratamiento, se utilizó el IMC para establecer el sobrepeso y obesidad en relación con el porcentaje de cáncer de mama. Se estableció una relación significativa de cáncer de mama dependiendo si la mujer presentaba normopeso, sobrepeso y obesidad. Los resultados muestran que el sobrepeso y la obesidad son factores ligados con el cáncer de mama.

Palabras clave: Obesidad; Cáncer de mama; Alimentación; Nutrición.

Abstract: Currently, overweight and obesity have a high impact to develop various pathological entities from chronic-degenerative to carcinogenic diseases, while carrying out a healthy lifestyle has developed that constitutes a protective factor for their development. A systematic review of 6 articles was carried out in which Mexican women between 18 and 76 years old were evaluated, all diagnosed and treated between 2001 and 2020, without prior treatment, the BMI was used to establish overweight and obesity in relation to the percentage of breast cancer. A significant relationship will be affected, from breast cancer it will be determined if the woman was normal, over weight, and obese. The showed that overweight and obesity are factors linked to breast cancer.

Keywords: Obesity; Breast Cancer; Diet; Nutrition.



La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) define como obesidad y sobrepeso a la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. En este sentido, se ha identificado a México como un país donde la gran mayoría de su población padece sobrepeso y obesidad. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), en 2012 identificó que el 35.5% de las mujeres mexicanas presentaban sobrepeso y 37.5% obesidad; sin embargo, para el 2018 estas cifras se elevaron ya que se estimó con sobrepeso al 36.6% y con obesidad al 40.2%, lo que representó un aumento del 3.8% a nivel nacional, que sin duda alguna las predispone a padecer alguna comorbilidad (ENSANUT, 2018; 2012).

De acuerdo con la OMS (2020), una forma simple de medir la obesidad es el índice de masa corporal (IMC), esto calculando el peso de una persona en kilogramos dividido por el cuadrado de la talla en metros. Una persona con un IMC igual o superior a 30kg/m² es considerada obesa y con un IMC igual o superior a 25kg/m² se conoce con sobrepeso.

Así mismo, el sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, como el síndrome metabólico, enfermedad venosa crónica, enfermedades respiratorias, apnea obstructiva del sueño, diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer de mama.

Por otra parte, el término cáncer engloba a un grupo de más de 100 diferentes tipos de la enfermedad que tienen como característica principal el rápido y desordenado crecimiento de células anormales (Bustamante, 2012). En México, la mortalidad por cáncer de mama superó al cáncer cervicouterino (CCU) en el periodo de 2014 a 2015, obteniendo 15.4% y 9.9% respectivamente (Secretaría de Salud, 2015).

Asimismo, la Secretaría de Salud (2015) señaló que el sobrepeso y la obesidad son factores que predisponen al cáncer de mama, además de mencionar que la ingesta de alcohol, la poca actividad física y una baja proporción de lactancia materna se ve relacionada con este tipo de cáncer. También cabe resaltar que es de gran importancia tener en cuenta los factores de riesgo relacionados con el estilo de vida que pueden ser modificados y así disminuir la posibilidad de desarrollar cáncer de mama, principalmente en pacientes con predisposición genética. (Navarro-Ibarra, Caire-Juvera, Ortega-Vélez, Bolaños-Villar & Saucedo-Tamayo, 2015).

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2018) informa que el cáncer de mama destaca como la tercera causa de muerte por tumores malignos, así mismo señala que existen factores de riesgo que incrementan su probabilidad de aparición; entre ellos resaltan la edad, la predisposición genética, la obesidad, el tabaco, la ingesta de alcohol, usar terapia de reemplazo hormonal, no tener hijos o tener el primero después de los 35 años de edad, no dar leche materna y llevar una vida sedentaria (Aguilar, Sánchez, Padilla, Pimentel, García & Mur, 2012; Monroy et al., 2014; Navarro-Ibarra et al., 2015).

En otro contexto, la evaluación antropométrica es una técnica que se mide por medio de indicadores utilizados para determinar la composición corporal del cuerpo humano, ya sea del niño o adulto, ayuda a conocer el estado de salud o bien detectar posible malnutrición o desnutrición. Dentro de los más utilizados son la talla, el peso, IMC, circunferencia de cintura, circunferencia de cadera y perímetro cefálico (en niños). Estos parámetros permiten fácilmente detectar un exceso de peso (sobrepeso y obesidad) y poder prevenir futuras enfermedades no transmisibles (ENT) (OMS, 2020; Suverza & Haua, 2010).

Cabe señalar que la nutrición forma un papel importante para la prevención de sobrepeso, obesidad y cáncer de mama. La OMS (2018) señala que una sana alimentación ayudará a prevenir la malnutrición así como enfermedades no transmisibles, ingerir mayormente verduras, frutas, cereales integrales y legumbres, presentando un mejor beneficio a diferencia de productos industrializados y con alto contenido de azúcares, esto en adultos. En México el más alto consumo de alimentos no recomendados es de bebidas no lácteas endulzadas, seguido de botanas, dulces y postres, lo que quiere decir que la mayor parte de la población mayor a 20 años se predispone a presentar sobrepeso y obesidad (ENSANUT, 2018). Se ha encontrado que los productos derivados de la soya logran proteger del cáncer de mama, principalmente si son consumidos en la etapa de adolescencia, también disminuye el riesgo de reincidir al cáncer de mama y la mortalidad, al adecuar la dieta, se pueden prevenir o mejorar distintos aspectos clínicos de gran importancia, entre ellos el cáncer (Hernando & Rubio, 2015).

En la actualidad, el cáncer de mama ataca a las mujeres en temprana edad, dentro de los grupos de mujeres más vulnerables se encuentran entre los 40 y los 59 años. Sin embargo, existen mujeres de 30 años que llegan a desarrollar cáncer de mama. Las muertes por cáncer de mama pueden disminuir si se detecta a tiempo; sin embargo, algunas mujeres aún desconocen los síntomas o presentan miedo al acudir a realizarse la mastografía, a pesar de eso se ha logrado tener una mayor cobertura en mujeres de 40 a 69 años para una detección primaria (Secretaría de Salud, 2015).

De acuerdo con Gonzales de Cosío y Hernández (2016), argumentan que el proceso biológico por el cual se reduce el riesgo de cáncer de mama puede deberse a la mayor diferenciación de las células de mama, menor secreción de estrógeno y mayor excreción de sustancias cancerígenas durante la lactancia. Además, tiene múltiples beneficios que representa para el recién nacido y la madre, cuando la etapa de la lactancia se extiende por más de 12 meses se considera protector. Lamentablemente, la lactancia materna ha disminuido y por lo tanto se considera que ha incrementado el diagnóstico de cáncer de mama en los últimos años.

La relación del sobrepeso con el cáncer de mama se vuelve cada vez más frecuente, de acuerdo con valores antropométricos evaluados

en las pacientes, donde los indicadores de IMC tienden a ser elevados en poblaciones jóvenes y por lo tanto ser un factor de riesgo que predispone a las mujeres a presentar esta enfermedad. Además, el sobrepeso y la obesidad son un factor de riesgo para futuras patologías. Es importantes destacar que una adecuada alimentación desde temprana edad modifica los hábitos alimenticios en un mejor estado de salud y, por ende, se convierte en un factor importante para prevenir múltiples enfermedades como el cáncer de mama.

Se realizó una revisión sistemática con el objetivo de determinar que el exceso de peso es un factor importante en mujeres mexicanas de 18 a 76 años para padecer cáncer de mama.

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en los buscadores pudMed, medigraphic y scielo, utilizando como estrategias de búsqueda los términos, cáncer de mama, obesidad, alimentación y nutrición, obteniendo 161 artículos de investigación, del total, solo se incluyeron artículos en población mexicana en edades de 18 a 76 años, con evaluación antropométrica, mujeres ya diagnosticadas con cáncer de mama y sin previo tratamiento.

Excluyendo artículos menores al año 2000, con muestra menor a 40 pacientes, menores de 18 años, mujeres con etapa de tratamiento avanzado y si padecían enfermedades que afectara su composición corporal. Finalmente, se obtuvieron 6 artículos que cumplían con los criterios mencionados, los cuales se evaluaron por medio de la escala CONSORT 2010 (ver Figura 1).

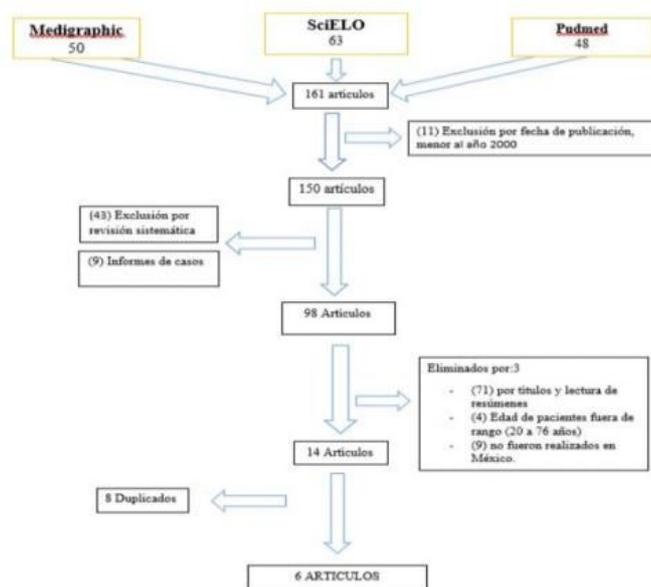


Figura 1. Estrategia de selección y exclusión de artículos.

Los estudios muestran un valor de metodología significativo, en los que se encontró la obesidad relacionada como factor de riesgo en el cáncer de mama. En el caso de Aguilar et al. (2012) señalan que se encuentra una correlación significativa entre la edad y el estado nutricional de las mujeres con cáncer de mama y aquellas con sobrepeso y obesidad fueron diagnosticadas a más temprana edad que las que tenían normopeso (ver tabla 1).

Artículos	Factores de riesgo
<i>Aguilar, 2012</i>	Obesidad, Antecedentes familiares.
<i>Bertelli-Cardona, 2018</i>	Antecedentes familiares, Obesidad.
<i>Cardona-Sosa, 2018</i>	Exceso de peso
<i>Dávila, 2011</i>	Antecedentes familiares, frecuencia en la ingesta elevada de grasas saturadas.
<i>Monroy, 2014</i>	Antecedentes familiares.
<i>Navarro-Ibarra, 2015</i>	Obesidad, antecedentes familiares.

Tabla 1. Factores de riesgo para desarrollar cáncer de mama de acuerdo a cada artículo.



Navarro-Ibarra et al. (2018) expone que la edad promedio en el estudio de casos y controles fue en edades menores de 50 años. El IMC > 25, lo que indicó sobrepeso y obesidad en la mayoría de los casos. Además, se señala como factor protector la lactancia materna ya que representó un 66% de menor riesgo en mujeres que si amamantaron a diferencia de las que no lo hicieron.

En el trabajo de Cardona-Sosa, Estrella-Catillo y Rubio-Zapata (2018), se obtuvo como resultado la edad promedio entre 36.08 y 62.42, por otro lado, señaló que el exceso

de peso representó el 59% de los casos y una asociación del cáncer de mama en mujeres con sobrepeso y obesidad, al igual que Bertehelli-Cardona, Ángeles-Casas, Mejía-Miranda y Martínez-Ángeles (2018) donde se determinó con sobrepeso y obesidad a más de 37% de los pacientes (ver tabla 2).

Referencia	Tipo de estudio	Estado	N	Edad de muestra	Edad promedio
<i>Aguilar, 2012</i>	Observacional, descriptivo y transversal	Estado de México	118	32-76	37.8-58 35.9-53.3
<i>Bertehelli-Cardona, 2018</i>	Transversal, observacional y descriptivo	Hidalgo	58	23-86	56.2
<i>Cardona-Sosa, 2018</i>	Casos y controles	Mérida	400	20-65	36.08-62.42
<i>Dávila, 2011</i>	Casos y controles	Jalisco	200	+18	39.06-60.74 38.8-61.38
<i>Monroy, 2014</i>	Cuasiexperimental	Hermosillo	40	32-61	No expresado
<i>Navarro-Ibarra, 2015</i>	Casos y controles	Sonora	162	+25	51.5 51.8

Tabla 2. Análisis de referencias en función del tipo de estudio, estado, tamaño de muestra y promedio de edad.

Por otra parte, se analizó la alimentación con predisposición a padecer cáncer de mama, Dávila, Torres-Mendoza, Barajas, Vázquez- Torres y Vázquez-Valls (2011) encontraron en su estudio que el consumo de grasas saturadas como carne de res, manteca de cerdo, leche entera, yema de huevo, quesos, chorizos, carne de cerdo, entre otros, con alto consumo en la población, que se vieron relacionados con más del 40% de ingesta y una menor en grasas poliinsaturadas.

CONCLUSIONES

En esta revisión sistemática, realizada en la población femenina de la República Mexicana y de acuerdo con la clasificación de la OMS al respecto del sobrepeso y obesidad, se concluye que estas patologías si influyen de manera considerable, así como una vida sedentaria, consumo de tabaco y alcohol, estos son indudablemente factores importantes para desarrollar cáncer de mama; cabe señalar que las mujeres entre los 30 y 50 años presentaron el mayor porcentaje de este padecimiento.

Por otro lado, es importante señalar que una alimentación de acuerdo con los requerimientos nutricionales de las pacientes es uno de los factores que intervienen favorablemente para el estado de salud de las mujeres. Por último, se observó que la lactancia materna influye como efecto protector, debido a que estudios demuestran que las mujeres con periodo de lactancia mayor a 6 meses presentan un riesgo menor para desarrollar cáncer de mama.

REFERENCIAS.

- Aguilar, Ma, J., Sánchez, M. N., Padilla, C. A., Pimentel, M. L., García, A., & Mur, N. (2012). Sobrepeso/obesidad en mujeres y su implicación en el cáncer de mama; edad de diagnóstico. *Nutrición hospitalaria*, 27(5), 1643-1647. doi: 10.3305/nh.2012.27.5.5998
- Bertehelli-Cardona, I., Ángeles-Casas, M., Mejía-Miranda, N., & Martínez-Ángeles, J. (2018). Obesidad en mujeres con cáncer de mama en un hospital de general de zona de Hidalgo, México. *Medigraphic*, 25, 3-6. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2018/af181b.pdf>
- Bustamante, A., Marín, S. J., & Cardona, D. (2012). Mortalidad por cáncer: segunda causa de muerte del adulto mayor en Medellín, 2002-2006. *Salud pública*, 30, 17-25. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfinsp/v30n1/v30n1a03.pdf>
- Cardona-Sosa, M. P., Estrella-Castillo, D. F., & Rubio-Zapata, H. A. (2018). El exceso de peso y la malignidad de los tumores mamarios en mujeres yucatecas. *Medigraphic*, 29, 5-11. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revbio/bio-2018/bio181b.pdf>
- Dávila, O. G., Torres-Mendoza, B. M., Barajas, L. J., Vázquez-Torres, B. M., & Vázquez- Valls, E. (2011). Asociación del consumo de ácidos grasos saturados, monoinsaturados y poliinsaturados con cáncer de mama. *Medigraphic*, 5, 6-13. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/residente/rr-2011/rr111b.pdf>
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, (2012). Resultados Nacionales 2012. Recuperado de: <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2012/doctos/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, (2018). Presentación de resultados. Recuperado de: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf
- Esparza, J., Guevara, A. J., Valencia, M. E., Méndez, R. O., Tortoledo, O., Pacheco, B. I., & Monroy, K. (2014). Impacto del tratamiento antineoplásico en el estado nutricional en pacientes con cáncer de mama. *Nutrición Hospitalaria*, 30(4), 876-882. doi: 10.3305/nh.2014.30.4.7646
- González de Cosío, T., & Hernández, S. (2016). Lactancia materna en México. México, D.F.: Intersistemas, S.A de C.V.
- Hernando, O., & Rubio, Ma, C. (2015). Nutrición y Cáncer. *Nutrición Hospitalaria*, 32, 5- 72. doi: 10.3305/nh.2015.32.sup1.9483
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). Estadística a propósito del día mundial contra el cáncer. Recuperado de: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/cancer2018_nal.pdf
- Juárez, J. C., Soto, A., Martínez, A., & Navarro, N. (2018). Obesidad y cáncer de mama: una relación entre epidemias modernas. *Ciencias Bilógicas y de Salud*, 21. Recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/330117527>
- Navarro-Ibarra, M. J., Caire-Juvera, G., Ortega-Vélez, M. I., Bolaños-Villar, A. V., & Saucedo-Tamayo, M. (2015). Influencia de los factores reproductivos, la lactancia materna y la obesidad sobre el riesgo de cáncer de mama en mujeres mexicanas. *Nutrición hospitalaria*, 32, 291-298. doi: 10.3305/nh.2015.32.1.9049
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Alimentación sana. Recuperado de: [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet#:~:text=Frutas%2C%20verduras%2C%20legumbres%20\(tales,mandioca%20y%20otros%20tub%C3%A9rculos%20feculentos.](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet#:~:text=Frutas%2C%20verduras%2C%20legumbres%20(tales,mandioca%20y%20otros%20tub%C3%A9rculos%20feculentos.)
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Obesidad y sobrepeso. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Secretaría de Salud. (2015). Cáncer de la Mujer. Recuperado de: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/248801/CancerdeLaMujer.pdf>
- Suverza, F. A., & Haua, N. K. (2010). El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. México D. F.: McGraw-Hill





INTERPRETACIÓN DE LA OBESIDAD EN PROGRAMAS ESCOLARES. REVISIÓN SISTEMÁTICA.

ANGELA OROZCO MOLINA, MELANY LIZETH MOZO CRUZ,
TANIA ANDREA ROMERO FLORES Y JOSUÉ ROBERTO ZAVALA PEDRAZA.*

Resumen: El desarrollo de esta enfermedad fue el resultado de una serie multifactorial de acuerdo con el contexto socioeconómico, consumo y fácil acceso provocando lo que hoy en día conocemos como obesidad. El objetivo de esta revisión sistemática es analizar el impacto de la educación nutricional de los infantes con obesidad en el país.

Se llevó a cabo una investigación sobre programas de alimentación escolar en niños de entre seis y doce años al interior de la república mexicana para conocer su efecto en la etapa escolar mediante estrategias nutricionales. A través de una búsqueda sistemática con los términos descritos en palabras clave, obteniendo inicialmente 6,734 artículos, de los cuales se logró obtener tres artículos de scielo, dos artículos de elsevier y uno de reseek, teniendo un total de ocho documentos. Un modelo cognitivo-conductual acerca de los beneficios de actividad física, modificación, selección y lectura de etiquetado de alimentos es efectivo en la consolidación de hábitos alimentarios. La intervención a nivel primario dentro de la etapa escolar ha demostrado efectividad ante los cambios y adherencias nutricionales individual como de forma colectiva.

Palabras clave: Nutrición; Obesidad; Escolar; Programas.

Abstract: The development of this disease was the result of a multifactorial series according to the socioeconomic context, consumption and easy access causing what today we know as obesity. The objective of this systematic review is to analyse the impact of nutritional education for children with obesity in the country.

Method: Research were carried out on school feeding programs in children between six and twelve years old in the interior of the Mexican Republic to learn about their effect on the school stage through nutritional strategies. A systematic search was made with the terms described in key words, obtaining initially 6,734 articles, of which it was possible to obtain five articles of scielo, two articles of elsevier and one from reseek, having a total of eight articles. **Results:** A cognitive-behavioural model about the benefits of physical activity, food labelling modification, selection, and reading is effective in consolidating eating habits. **Conclusions:** The intervention at the primary level within the school stage, has shown effectiveness individual nutritional changes and adhesions as well as in a collective way.

Keywords: Nutrition; Childhood; School Programs; Nutritional Education.



Contemplamos cada día las nuevas cifras en incremento de enfermedades crónicas no transmisibles en el país, desde edades adultas hasta afectar a las más tempranas. Dado que la obesidad infantil ha llegado a ser algo totalmente normal, natural e inclusive saludable para la familia y la escuela, ha desencadenado una serie de ideología y respuestas a una menor calidad de vida, poca adherencia nutricia e irresponsabilidad social, principalmente de los adultos hacia los infantes provocando el desarrollo de la malnutrición en la población mexicana.

El desarrollo de esta enfermedad es un resultado multifactorial de un medio socioeconómico, consumo y fácil acceso provocando lo que hoy en día conocemos como obesidad. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2020), se identifica como la acumulación de grasa fuera del parámetro normal y elevada siendo perjudicial para la vida, determinada por patrones dietéticos con base en la selección y desbalance energético de su ingesta.

Tomando en consideración estos padecimientos, las creencias y gustos, afectan desde la nueva forma de nutrir a los infantes, como directamente en su desarrollo y crecimiento. Menciona Fernández (2005) que, debido al nuevo ritmo de vida en los niños y adolescentes, se tiene más probabilidades de padecer sobrepeso y obesidad, además de iniciar durante esta edad por un desequilibrio al gasto energético, posteriormente al no ser utilizada provoca un aumento de grasa.

La conexión, vínculo e influencia social son determinantes ante la consolidación de actitudes alimentarias, a partir de ellos, su adherencia alimentaria e ideología de una vida saludable hace

hincapié hacia la educación nutricional, conceptos obtenidos durante la infancia, que con los años es complejo de modificar, teniendo un estímulo hacia la obesidad infantil (Arpe & Villarino, 2012).

Por tanto, la obesidad no solo aparece por malas conductas alimenticias o una baja actividad física, sino por factores externos que puedan influir en el patrón dietético, que en consenso con Sánchez-García, Reyes-Morales y González-Unzaga (2014), determinan los comportamientos y preferencia alimentaria por una adecuación a través del reflejo, disponibilidad, nivel socioeconómico y aprendizaje al ambiente englobado.

Un segundo medio al que se tiene contacto directo tiene precedente al conocimiento y aprendizaje dentro del rendimiento académico, al igual que la mayor instancia en el día para el escolar. En los primeros años de vida se forman conductas y hábitos, por lo tanto, la escuela es un sitio donde se pueden emprender acciones contra la obesidad, aunque dicha implementación en programas escolares sea compleja por la concientización colectiva (Arpe & Villarino, 2012).

Durante la estancia escolar se tomen medidas preventivas de trascendencia nutricional futura, por medio de los colectivos de las instituciones como en el grado de conocimiento al brindar alimentos de alto valor y biodisponibilidad que cubran las necesidades ante sus demandas energéticas.

La educación nutricia en los comedores radica en la implementación e intervención de la variedad, aprendizaje y enseñanza de los alimentos, teniendo como resultado nutrir, conocer, desarrollar hábitos con base en la formación de criterio y responsabilidad conscientes.

Otro factor al que debemos agregar es el sedentarismo, que no solo afecta al adulto sino a los menores de edad. Las escuelas están tratando de mejorar la situación con actividades que puedan aumentar el movimiento, ya sea por medio de juegos y deportes. Principalmente al considerar que los recreos no son lo mismo como antes. Cornejo-Barrera, Llanas-Rodríguez y Alcázar-Castañeda (2008) mencionan en su investigación que la actividad física moderada, como subir escaleras, trotar, correr, mejora la autoestima, baja el estrés y aumenta la felicidad; entonces podemos afirmar que un niño activo tiende a mejorar su rendimiento académico.

Moverse puede beneficiar la actitud tanto física y emocional de los niños en relación con las nuevas tecnologías que pueden afectar esta etapa, no sólo por un aumento de peso sino por padecimientos como ansiedad, presión social y estrés. Promover el ejercicio en

menores de edad puede bajar los índices de obesidad y sobrepeso, asimismo que no desarrollen enfermedades cardiovasculares en el futuro (Jennings, Nava, Bonvecchio, Safdie & González, 2009).

Conociendo dichas variables, la nueva normalidad provoca un obstáculo en la vida diaria de los niños, en consecuencia, las campañas contra la obesidad infantil e institutos escolares están teniendo presencia al ser parte del cambio y atención primaria, pues como menciona Hernández- Mondragón et al (2020), la organización en su intervención de distintas disciplinas puede brindar oportunidades para tener una vida saludable y feliz para los niños.

De acuerdo con Alvirde-García et al (2012) “la experiencia en México es muy baja en eficiencia sobre campañas escolares contra el sobrepeso y obesidad infantil, asimismo se limitan a estudios no controlado” (p. 409).

Es decir, las campañas realizadas por el gobierno no han tenido eficacia por no retirar alimentos de alto contenido calórico en los colectivos.

En el momento en que las escuelas puedan realizar la cruzada contra la obesidad infantil tanto por actividades como en educación nutricional, debe ser enfocada en los diferentes participantes, entre ellos niños, padres y docentes. “Es necesario una educación alimentaria y nutricional reglada, especializada y con un componente de conocimiento científico, en dirección a madres y padres” (Arpe & Villarino, 2012, p. 49). Por consiguiente, se deberá educar a los padres o tutores sobre la buena, como mala alimentación, sus consecuencias e importancia en el estado de salud para sus seres queridos.

La falta de tiempo de los padres puede afectar la dieta familiar por la clase de preparaciones procesados, por lo tanto, se debe intervenir en mayor impacto hacia un estilo saludable, además de la práctica de actividad física y deporte en familia es benéfica tanto para niños como para adultos.

Se realizó una revisión sistemática acerca de la eficacia en los programas nutricionales para contrarrestar la obesidad infantil con la finalidad de analizar el impacto de una intervención dentro de la etapa escolar. La búsqueda bibliográfica se realizó en las bases de datos de Elsevier, Scielo y Reesek con los siguientes términos: nutrición, obesidad, escolar y programas, agregando también criterios como investigaciones menores a diez años, a nivel nacional y dentro de la etapa escolar, específicamente en nivel de primaria. Inicialmente en la exploración de los artículos se tuvo un total de 6,734 estudios pertenecientes a 880 escritos de Elsevier, 154 artículos de Scielo y 5,700 de Reesek; sin embargo, se descartaron aquellos documentos que fueran investigaciones internacionales, que tuvieran participantes menores a seis y mayores a doce años, así como estar fuera de la etapa escolar y tener una antigüedad bibliográfica mayor a 10 años. Finalmente, se trabajó con ocho artículos (ver figura 1).



Figura 1. Búsqueda sistemática.

Dichos artículos fueron evaluados a través de la escala CONSORT 2010, determinando la calidad y sustentabilidad acorde al tema, objetivo y criterios de selección para su utilización de esta revisión. De los ocho artículos, cuatro fueron programas de intervención contra la obesidad mientras que los otros fueron bases de información nutricional en escuelas primarias.

La obesidad es cada vez más frecuente destacando este incremento en los alumnos de nivel básica, acontecimiento desencadenante a una secuencia de intervenciones para mejorar el estado nutricional por parte de programas escolares por un método cognitivo-conductual.

Durante la estrategia nutricional, se brinda conocimientos generales, beneficios y un lazo comunicativo de conceptos básicos de nutrición, alimentación y ejercicio por sesiones de dos horas, además de un incentivo personal y familiar. La concientización alimentaria dentro de esta intervención generó un incremento en el nivel de actividad física, al igual que un entendimiento, modificación y preferencia hacia nuevos hábitos alimentarios.

La actividad física dentro de las escuelas primarias es muy escasa recortada por uno o dos días a la semana. Dentro de los programas educativos nutricionales se ha tratado de aumentar esta actividad, generando como intervención la práctica de caminatas o carrera ligeras como moderada, su importancia y efecto en la salud. En cuanto los resultados de los programas para el aumento de actividad física en menores de edad se vio un cambio en el índice de masa corporal (IMC), se redujo el tejido adiposo evidente a largo plazo, demostrando así la importancia de realizarlo diario.

La actividad física dentro de las escuelas primarias es muy escasa recortada por uno o dos días a la semana. Dentro de los programas educativos nutricionales se ha tratado de aumentar esta actividad, generando como intervención la práctica de caminatas o carrera ligeras como moderada, su importancia y efecto en la salud. En cuanto los resultados de los programas para el aumento de actividad física en menores de edad se vio un cambio en el índice de masa corporal (IMC), se redujo el tejido adiposo evidente a largo plazo, demostrando así la importancia de realizarlo diario.

Dentro de las estrategias nutricionales en educación alimentaria se encuentran la lectura de etiquetas, desde la comprensión de la información nutricional y selección de alimentos según su contenido calórico hasta la toma de decisiones sobre los alimentos que se consumen. Además, se demostró que los niños en edades escolares son capaces de interpretar información nutricional acerca del cambio positivo en relación con los hábitos alimenticios, por ende, también su estado nutricional, resultado de una estrategia educativa efectiva. (Ver tabla 2).

Referencia	Edad	Etapa	Educación	Participantes		
				Masculinos	Femeninos	Totales
CATCH (2010)	9.1 ± 1.7	Escolar	Primaria	110	104	214
Instituto Nacional de Salud Pública de México (2010)	8-14	Escolar	Primaria	1,335	1,347	2,682
Nutrición para llevar (2012)	6-8	Escolar	Primaria	80	79	159
Torres Tamayo y Cols (2015)	9-12	Escolar	Primaria	33	29	62

Tabla 2. Resultados en la aplicación de programas nutricionales en escolares mexicanos.

La obesidad infantil es un problema en México en el que se debe de intervenir con medidas de educación nutricional. Las conductas saludables más allá del hecho convencional de elección y gustos son parte por las condicionantes alimentarias. La intervención primaria demostró efectividad en un modelo cognitivo-conductual ante los cambios de hábitos y adherencias nutricionales teniendo un efecto positivo en ambos participantes ante la responsabilidad social.

REFERENCIAS.

- Alvirde-García, U., Rodríguez-Guerrero, A., Henao-Moran, S., Gómez-Pérez, F., & Aguilar-Salinas, C. (2012). Resultados de un programa comunitario de intervención en el estilo de vida en niños. *Salud pública de México*, 55(3), 406-414. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v55s3/v55s3a7.pdf>
- Arpe, C. & Villarino, A. (2012). La nutrición y el comedor: su influencia sobre la salud actual y futura de los escolares. En Martínez, J: *Nutrición y alimentación en el ámbito escolar*. (p.37-46). Majadahonda, Madrid, España: Ergon.
- Ayala-Moreno, M., Hernández-Mondragón, A., & Vergara-Castañeda, A. (2020). Educación multidisciplinaria en la prevención de obesidad en educandos de la Ciudad de México. *Alteridad*, 15(1), 102-116. doi: 10.17163.
- Barreras-Gi, C., Martínez-Villa, F., & Salazar-Gana, C. (2017). Efectos de una estrategia educativa sobre el estado nutricional y lectura de etiquetas de alimentos en escolares con sobrepeso y obesidad. *Elsevier*, 24(2), 72-76. Recuperado de: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-familiar-223-articulo-efecto-una-estrategia-educativa-sobre-S1405887117300226?referer=buscador>
- Beckmann, L.A. (2012). Experiencia de la implantación de un sistema de calidad en un comedor escolar. En Martínez, J: *Nutrición y alimentación en el ámbito escolar*. (p.127-136). Majadahonda, Madrid, España: Ergon.
- Gatica-Domínguez, G., Moreno-Saracho, J., Cortés, J., Henao-Moran, S., & Rivera, A. (2019). Condición física de escolares tras intervención educativa para prevenir obesidad infantil en Morelos, México. *Salud pública de México* 61(1),78-85. doi: 10.21149.
- Jasso, L. & López, M. (2014). El impacto de los Determinantes Sociales de la Salud en los niños. *Elsevier*, 71(2), 117-124. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462014000200009
- Mateos, A. (2012). Comer bien en la escuela. La gastronomía y su papel en la mejora de la nutrición. En Martínez, J: *Nutrición y alimentación en el ámbito escolar*. (p.137-150). Majadahonda, Madrid, España: Ergon.
- Organización Mundial de la Salud (2020). Obesidad y sobrepeso. Recuperado de: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight?fbclid=IwAR07yU_Ud1sriNfAiW3MMslhQVQKzmCqNFBVdYLQFiwzgLr7MAG3G92Q
- Pérez-Salgado, D., Rivera-Márquez, J., & Ortiz-Hernández, L. (2010). Publicidad de alimentos en la programación de la televisión mexicana: ¿los niños están más expuestos? *Scielo*, 52(2), 119-126. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pidhttp://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342010000200003
- Sánchez-García, R., Reyes-Morales, H., & González-Unzaga, M., (2014). Preferencias alimentarias y estado de nutrición en niños escolares de la Ciudad de México. *Hospital Infantil de México*, 71(6), 358-366. doi: 10.1016.
- Urquidez-Romero, et al. (2019). Promoción de la actividad física en niños del norte de México: efectividad de una intervención educativa. *Acta universitaria*, 27(2), 32-38. doi: 10.15174.



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

SOLIS AGUIRRE YESSENIA, VALENCIA PARTIDA CINTHYA AMERICA Y VARGAS VILLA FLOR YAZMIN.*

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.

Abstract: 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.

Keywords: 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 Río 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 percepción 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.

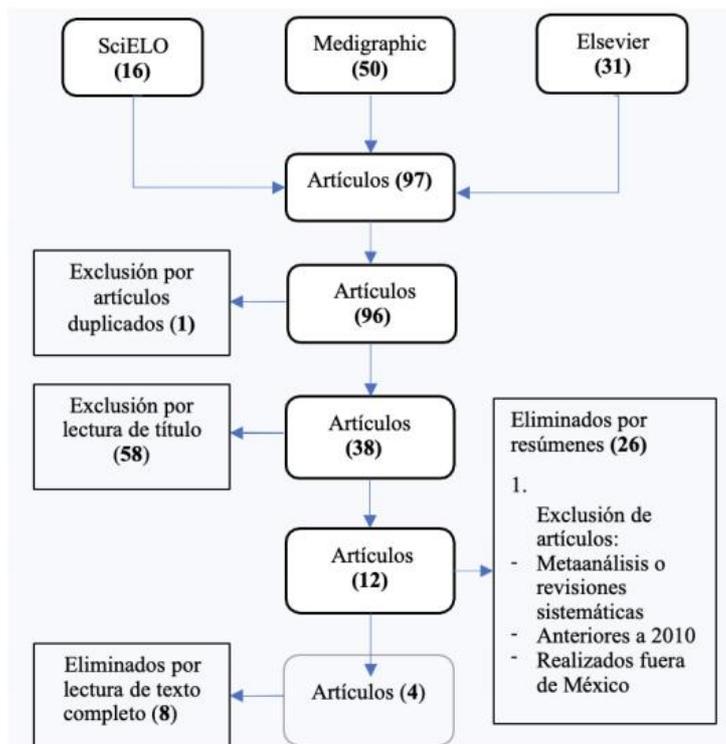


Figura 1. Diagrama de la selección de artículos.

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.

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	Observaciona, 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)

Tabla 1. Datos representativos de los artículos revisados.

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).

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.

Tabla 2. Resultados de los artículos analizados.

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>
- Bojórquez, 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,proporción%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_19inteli.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., & Ribeiro-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%20nerviosa%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.preocupación%20por%20la%20aparición%20de%20problemas%20de%20salud%20psicológica.
- 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>
- Sámano, 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

