

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

"CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS"

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Psicología Clínica

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Ortiz Torres, Nathaly Estefanía

Tutora: Ps. Cl. Mst. Bonilla Basantes, Paulina Jhojana

Ambato – Ecuador

Marzo 2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de Tutora del artículo científico sobre el tema: **"CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS"**, de Ortiz Torres Nathaly Estefanía estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometida a la evaluación del jurado examinador designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, marzo 2023

LA TUTORA

Firmado electrónicamente por:
PAULINA JHOJANA
BONILLA BASANTES

Ps. Cl. Mst. Bonilla Basantes, Paulina Jhojana

AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Los criterios emitidos en el artículo científico: **"CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS"** como también el contenido, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones, son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autora de este trabajo de grado.

Ambato, marzo 2023

LA AUTORA



Ortiz Torres, Nathaly Estefanía

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Ps. Cl. Mst. Bonilla Basantes Paulina Jhojana con C.I: 1723718928 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de integración curricular **"CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS**" autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, marzo 2023

LA TUTORA

Firmado electrónicamente por:
PAULINA JHOJANA
BONILLA BASANTES

Ps. Cl. Mst. Bonilla Basantes, Paulina Jhojana

C.I. 1723718928

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Ortiz Torres Nathaly Estefanía con C.I: 1850123504 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de integración curricular **"CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS**" autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, marzo 2023

LA AUTORA



Ortiz Torres, Nathaly Estefanía

C.I. 1850123504

APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR

Los miembros del Jurado Examinador aprueban el artículo científico sobre el tema: **"CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS"** de Ortiz Torres Nathaly Estefanía, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, marzo 2023

Para constancia firman

_____

PRESIDENTE/A

_____ _____

1er VOCAL 2do VOCAL

23-12-2022

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea)
Asociación Latinoamérica para el Avance de las Ciencias, ALAC
Editorial
Ciudad de México, México
Código postal 06000

CERTIFICADO DE APROBACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Por la presente se certifica que el artículo titulado:

Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la autoestima en deportistas de los autores: **Nathaly Estefanía Ortiz Torres y Paulina Jhojana Bonilla Basantes** cumple con los cánones requeridos para su publicación, por la que se aprueba a propuesta y previa evaluación del Comité Científico.

El artículo será publicado en la edición Noviembre-Diciembre, 2022, Volumen 6, Número 6. Verificable en nuestra plataforma: http://ciencialatina.org/

Dr. Francisco Hernández García,
Editor en Jefe

Para consultas puede contactar directamente al editor de la revista editor@ciencialatina.org
o al correo: postulaciones@ciencialatina.org

ISSN INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER MEXICO
ROAD DIRECTORY OF OPEN ACCESS SCHOLARLY RESOURCES
FLACSO ARGENTINA
LatinREV Red Latinoamericana de Revistas en Ciencias Sociales
LivRe Revistas de livre acesso
Google Scholar
International Journal Impact Factor
OPEN International ACCESS WEEK
Academic Resource Index ResearchBib
CiteFactor Academic Scientific Journals
REDIB Red Iberoamericana de Innovación y Conocimiento Científico

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Resumen ix

Abstract x

1. Introducción 1

2. Metodología 4

2.1. Método 4

2.2. Población y muestra 5

2.3. Instrumentos 5

2.4. Procedimiento 6

3. Resultados y Discusión 6

3.1 Resultados 6

Tabla 1 7

Tabla 2 7

Tabla 3 7

Tabla 4 8

Tabla 5 9

3.2 Discusión 9

4. Conclusiones 11

5. Referencias Bibliográficas 12

CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN DEPORTISTAS

Nathaly Estefanía Ortiz Torres
nortiz3504@uta.edu.ec
https://orcid.org/0000-0002-6837-3140
Universidad Técnica de Ambato,
Facultad Ciencias de la Salud, Carrera de Psicología Clínica
Ambato – Ecuador

Paulina Jhojana Bonilla Basantes
pj.bonilla@uta.edu.ec
https://orcid.org/0000-0001-6706-5392
Psicóloga Clínica, Máster en Neuropsicología
Docente de la Carrera de Psicología Clínica
Facultad Ciencias de la Salud, Carrera de Psicología Clínica
Ambato - Ecuador

RESUMEN

Las conductas alimentarias de riesgo son manifestaciones que pueden desencadenar en un Trastorno de la Conducta Alimentaria. El objetivo general de esta investigación fue determinar la relación entre conductas alimentarias de riesgo y autoestima en deportistas, se utilizó un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 135 personas (91 hombres y 44 mujeres). Se aplicó el Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo (CBCAR) y la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). Los resultados determinaron una correlación negativa leve entre conductas alimentarias de riesgo y autoestima (Rho= -0.182, p= 0.035), es decir, a mayor nivel de conductas alimentarias de riesgo, menor nivel de autoestima, además, se demostró una asociación entre conductas alimentarias de riesgo y sexo.

PALABRAS CLAVES: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO; AUTOCONCEPTO; CONDUCTA ALIMENTARIA; SALUD MENTAL

RISKY EATING BEHAVIORS AND THEIR RELATIONSHIP TO SELF-ESTEEM IN ATHLETES

ABSTRACT

Risky eating behaviors are manifestations that can trigger an Eating Behavior Disorder. The general objective of this research was to determine the relationship between risky eating behaviors and self-esteem in athletes, using a quantitative approach, correlational, non-experimental and cross-sectional design. The sample consisted of 135 people (91 men and 44 women). The Brief Questionnaire of Risky Eating Behaviors (CBCAR) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (EAR) were applied. The results showed a slight negative correlation between risky eating behaviors and self-esteem (Rho= -0.182, p= 0.035), i.e., the higher the level of risky eating behaviors, the lower the level of self-esteem, and an association between risky eating behaviors and gender was also demonstrated.

KEYWORDS: PHYSICAL CONDITIONING; SELF-CONCEPT; EATING BEHAVIOUR; MENTAL HEALTH

1. INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son una alteración persistente en el comportamiento relacionado a la alimentación, que provocan un deterioro perjudicial en la salud física y funcionamiento psicosocial del individuo (American Psychiatric Association, 2014).

Para la Organización Mundial de la Salud (2022) los trastornos como la bulimia nerviosa y anorexia nerviosa son más comunes en las mujeres, de 10 a 20 veces más frecuentes que en los hombres. En 2019 aproximadamente 14 millones de personas padecían de trastornos alimenticios, de los cuales aproximadamente 3 millones eran niños y adolescentes. Además, consideran que en Estados Unidos la anorexia nerviosa es la tercera condición crónica más común entre los adolescentes, después de la obesidad y el asma.

En España, la Associació Contra & l'Anorèxia y la Bulímia (2021) determinó la prevalencia de la anorexia y bulimia nerviosa, señalando que la anorexia afecta a un 0.3% de la población, la bulimia un 0.8% y el trastorno de conducta alimentaria no especificado un 3.1%. También, mencionó que el grupo más afectado son las adolescentes mujeres entre los 12 y 21 años de edad.

En Ecuador las estadísticas son escasas respecto a la problemática, sin embargo, datos del Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2016) indicaron que la población más afectada son individuos de entre 10 a 24 años de edad con un total de 4.461.867; con anorexia nerviosa un 1% y bulimia nerviosa un 4.1%, puesto que para el año 2013 hubo un ingreso hospitalario de 629 personas por algún tipo de TCA.

Cabe aclarar que la presente investigación buscó indagar acerca de las Conductas Alimentarias de Riesgo (CAR), pero la problemática que estas podrían desencadenar son los Trastornos de Conducta Alimentaria ya que son un problema de salud pública por la gravedad de los síntomas, la frecuencia en que se presentan los casos y la oposición para recibir tratamiento (Hernández et al., 2020).

En primera instancia, es esencial definir el término trastorno, el cual se considera una alteración clínicamente significativa del estado de salud del sujeto que la padece, puede afectar al estado cognitivo, emocional y comportamental (American Psychiatric Association, 2014). Por otro lado, conducta es una acción refleja aprendida que un

sujeto ejecuta y una respuesta incondicional o condicional ante un estímulo (Watson, 1961).

Nylander (1971) propuso la Teoría Continua, donde las CAR se ubican en un punto intermedio continuo, puesto que en un extremo se encuentran las conductas alimentarias normales, mientras que en el otro extremo están los trastornos de conducta alimentaria.

Las Conductas Alimentarias de Riesgo y los Trastornos de Conducta Alimentaria pueden ser confundidos ya que ambos presentan comportamientos similares, como por ejemplo atracones, vómito inducido, conductas compensatorias, consumo de laxantes, dietas restrictivas, entre otras. Sin embargo, la diferencia radica en la frecuencia e intensidad, dado que las CAR poseen una frecuencia e intensidad menor, además, de no cumplir con los criterios diagnósticos de un TCA, por lo cual no interfieren en la vida social del sujeto que la padece; mientras que en el TCA la vida cotidiana del sujeto se ve afectada significativamente. Cabe destacar que las CAR son un predictor esencial para el desarrollo del trastorno alimentario, para prevenirlo es necesario identificarlo en una etapa primaria, además de proveer de tratamiento adecuado y oportuno mediante el desarrollo de factores protectores del sujeto (Ramírez et al., 2021).

Entre los múltiples factores que intervienen en el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria y comportamiento alimentario desordenado se encuentran los socioculturales, individuales, familiares y biológicos. Estos factores pueden ser detonantes para la alteración de la enfermedad, los principales son los estresores ambientales, impulsividad, personalidad y baja autoestima o bajo autoconcepto (Unikel et al., 2017). Desde hace más de 20 años, varios deportes han sido etiquetados como de alto riesgo para la formación de un TCA, ya que enfatizan el bajo peso y una buena figura, por lo cual este puede ser otro factor desencadenante (Villalobos et al., 2020).

Por otra parte, para Meseri et al. (2021) el constructo de la autoestima es uno de los más estudiados en el ámbito de los trastornos alimentarios, debido a que es considerado como uno de los factores más importantes de predisposición para el desarrollo o mantenimiento del trastorno. Rosenberg (1965) define a la autoestima como aquellas creencias y sentimientos que se perciben acerca de uno mismo, las cuales pueden ser

positivas o negativas, adicionalmente, estas se forman a través de una evaluación de las propias características. Para Díaz et al. (2018) inicialmente la infancia es el período en donde la autoestima se desarrolla, pero la adolescencia es un período crítico para el desarrollo adecuado de la misma, ya que conlleva asumir con responsabilidad los cambios evolutivos propios de esta etapa. Rentzsch & Schroeder (2018) manifiestan que en la etapa adulta la autoestima ya se encuentra forjada y esta determinará el comportamiento en varios ámbitos de la vida del individuo como es el laboral, social, educacional, amoroso, entre otros. Más aún, consideran que sujetos con una alta autoestima son capaces de afrontar obstáculos y desafíos con mayor facilidad.

En la investigación realizada en Delhi se buscó la relación entre conductas alimentarias y la autoestima con la percepción de la imagen corporal en 180 estudiantes universitarios, obteniendo como resultado que un 13.9% tenía un alto riesgo de conductas alimentarias y un 12.8% una baja autoestima, además que el 76.7% poseían insatisfacción con la imagen corporal. Se concluyó, que la preocupación por la figura corporal conduce a una conducta alimentaria de riesgo alta y por ende una baja autoestima (Kapoor et al., 2022).

Céspedes (2019) en su investigación realizada en Huánuco Perú buscó la relación entre las conductas alimentarias de riesgo y autoconcepto físico en 141 estudiantes de universitarios de la carrera de enfermería, como resultado obtuvo que un 14.2% tiene una conducta alimentaria de riesgo y en autoconcepto físico un 79.4% presenta un nivel medio de percepción positiva, concluyendo que existe una estrecha relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el nivel de autoconcepto físico, excepto en las dimensiones de habilidad física y fuerza.

En el estudio sobre las conductas alimentarias de riesgo y su relación con la imagen corporal en gimnastas de alto rendimiento realizada en Chile con 53 personas, se obtuvo que un 67.9% no tiene una conducta alimentaria de riesgo, mientras que el 32.1% si posee riesgo de conducta alimentaria, asimismo, se demostró que un 67.9% no tiene preocupación por la imagen corporal, 15.1% una preocupación leve, 13.2% preocupación moderada y 3.8% preocupación extrema; concluyendo que existe una correlación entre las variables expuestas, ya que las gimnastas denotaron una percepción negativa acerca de su imagen corporal, siendo está la principal causa de las CAR (Cisternas et al., 2020).

En el estudio de Paredes et al. (2019) sobre el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y la relación con el uso de redes sociales en usuarias de gimnasios en Medellín ejecutado en 337 mujeres, se identificó que el 47.5% posee riesgo de desarrollar un TCA, es decir, casi la mitad de la muestra. De tal forma, se encontró una relación significativa entre el uso de redes sociales como aprobación de la autoimagen y los comportamientos alimentarios desordenados con la satisfacción corporal.

Por otra parte, Suárez & Jiménez (2021) buscaron la relación entre el rendimiento deportivo, autoestima, motivación e inteligencia emocional, realizado en 171 atletas federados españoles en un rango de edad entre 18 a 35 años edad. No encontraron una asociación significativa entre el rendimiento deportivo y la autoestima, sin embargo, se demostró que la inteligencia emocional y la motivación intrínseca son variables esenciales para un mejor rendimiento deportivo.

Así mismo, Belkacem & Salih (2018) tenían como objetivo buscar la relación entre las fuentes de estrés psicológico y el nivel de autoestima en 80 árbitros de fútbol, demostrando que existe una correlación entre ambas variables, donde el 66.7% de sujetos están sometidos a un alto nivel de presión y una alta autoestima con un 72%. Concluyendo que los árbitros están expuestos a una gran presión psicológica, en donde la autoestima se ve influenciada.

En el Ecuador en los últimos 6 años, las conductas alimentarias de riesgo han incrementado, pese a ello existen escasas investigaciones respecto a la problemática, específicamente para la Asociación de Árbitros Profesionales de Fútbol de Tungurahua. Por tal motivo el objetivo de este estudio es determinar la relación entre las conductas alimentarias de riesgo y la autoestima. Al ser un tema innovador busca propiciar datos estadísticos actuales en cuanto a las variables expuestas. Así mismo, la relevancia práctica que se obtiene a partir de dicho estudio es aportar conocimiento a profesionales de salud mental y entrenadores físicos que se ven implicados de manera estrecha con los deportistas.

2. Metodología

2.1. Método

El enfoque de la investigación es cuantitativo ya que se cuantificó datos numéricos de las variables propuestas a través de instrumentos validados y estandarizados como, el

Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo (CBCAR), y la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). El alcance es de tipo correlacional ya que se buscó determinar la relación entre conductas alimentarias de riesgo y autoestima. En cuanto al diseño se trató de un estudio no experimental debido a que no se manipularon las variables de investigación y de corte transversal puesto que los instrumentos anteriormente mencionados se utilizaron en un solo momento (Hernández-Sampieri, 2014).

2.2. Población y muestra

La población inicial estuvo constituida por 147 deportistas de la Asociación de Árbitros Profesionales de Fútbol de "Tungurahua". Luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión delimitaron la muestra a 135 personas, conformada por 91 hombres (67.5 %) y 44 mujeres (32.5%), con una media de edad de 26 años, una desviación estándar de 5.91 y la edad del grupo oscila entre los 18 hasta 45 años de edad.

Para la selección de la muestra se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a la disponibilidad de las personas de formar parte de la muestra de investigación (Hernández, 2021). Los criterios de selección fueron a) ser socios de la institución anteriormente mencionada, b) haber aceptado y firmado el consentimiento informado, c) sujetos que llevan entrenando o realizando ejercicio físico durante los últimos 3 meses; y los criterios de exclusión fueron a) tener diagnóstico de algún Trastorno de la Conducta Alimentaria, b) individuos con patologías que limiten la actividad física, c) personas con problemas en la lectoescritura o discapacidad mental que impidan la comprensión de los cuestionarios, d) instrumentos de evaluación que no hayan sido completados totalmente.

2.3. Instrumentos

Para la primera variable se empleó el Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo (CBCAR) versión original, creado por Claudia Unikel, Ietza Bojórquez & Silvia Carreño (2004) que permite evaluar el nivel riesgo de conductas alimentarias, el cuestionario está conformado por 10 ítems, en donde se describen comportamientos alimentarios desordenados característicos de los TCA.

Las respuestas son de tipo likert (0= "nunca o casi nunca", 1= "a veces", 2= "frecuentemente- dos veces a la semana", 3= "muy frecuentemente – más de dos veces en la semana"). La calificación se obtiene a través de la suma de todos los ítems, la interpretación se clasifica en tres niveles: sin riesgo (0 a 6 puntos), riesgo moderado (7 a 10 puntos) y riesgo alto (una puntuación mayor a 10). Además, posee un nivel de consistencia interna elevado 0.83 en alfa de Cronbach (Unikel et al., 2004).

Para la segunda variable se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) la versión original es de Morris Rosenberg (1965), sin embargo, para esta investigación se ocupó la adaptación de Atienza, Moreno y Balaguer (2000).

El instrumento evalúa el nivel de autoestima y consta de 10 ítems, del total de los ítems la mitad (1, 3, 4, 7 y 10) están redactados en forma positiva, mientras que los ítems (2, 5, 6, 8 y 9) están en sentido inverso. Estos se puntúan en una escala likert de 1 al 4 (1= "muy desacuerdo", 2=" desacuerdo", 3=" de acuerdo" y 4=" muy de acuerdo"). En la corrección de la escala, a los ítems redactados en puntuación negativa se les asigna una puntuación inversa, mientras que los positivos mantienen el mismo valor, posterior a esto se suman los puntajes de la totalidad de los ítems. Se obtiene la siguiente interpretación: de 30 a 40 puntos autoestima alta, de 26 a 29 puntos autoestima media y menor a 25 puntos una autoestima baja. Tiene un nivel de consistencia interna alfa de Cronbach de 0.83 (Atienza et al., 2000).

2.4. Procedimiento

Para la aplicación de las pruebas psicológicas, primero se solicitó autorización a la institución de árbitros. Posterior a esto se le extendió un consentimiento informado a cada uno de los participantes, luego se explicó el objetivo de la investigación, además de la confidencialidad, respetando los principios éticos que reservan la información otorgada por los participantes. Para la aplicación de los reactivos se realizó de forma presencial y colectiva a los deportistas que se encontraban en el establecimiento, tuvo una duración de 30 minutos aproximadamente. Por consiguiente, los resultados de los cuestionarios psicológicos se ingresaron a una base de datos de Excel y finalmente se realizó el análisis estadístico mediante el programa estadístico Jamovi 2.3.18.

3. Resultados y Discusión

3.1 Resultados

Para el análisis de la correlación entre las variables de conductas alimentarias de riesgo y autoestima, se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk para comprobar si existe normalidad entre las dos variables. Se obtuvo como resultado una puntuación $p<.001$, es decir, que las puntuaciones entre conductas alimentarias de riesgo y autoestima no se distribuyeron de forma normal, por esta razón se procede a aplicar la prueba no paramétrica Rho de Spearman.

Tabla 1

Matriz de Correlaciones entre Conductas alimentarias de riesgo y Autoestima

		Conductas alimentarias de riesgo
Autoestima	Rho de Spearman	-0.182
	Valor p	0.035

Con un 95% de confianza, se determinó que existe relación inversa leve entre conductas alimentarias de riesgo y autoestima (Rho= -0.182, p=0.035).

Tabla 2

Nivel de Conductas alimentarias de riesgo

Nivel de riesgo en Conductas Alimentarias	Frecuencias	% del Total
Sin riesgo	67	49.6
Riesgo moderado	35	25.9
Riesgo Alto	33	24.4
Total	135	100

A partir de estos datos, se puede observar que, del total de la población, el nivel de conducta alimentaria de riesgo que predomina es sin riesgo con un 49.6%, seguido del riesgo moderado con 25.9% y finalmente el riesgo alto con 24.4%.

Tabla 3

Nivel de Autoestima

Nivel de Autoestima	Frecuencias	% del Total
Baja	45	33.3

Media	62	45.9
Alta	28	20.7
Total	135	100

Del total de la muestra se identificó que la autoestima media es el nivel que prevalece (45.9%), seguido de la autoestima baja (33.3%) y finalmente la autoestima alta (20.7%).

Por otra parte, para asociar los niveles de conductas alimentarias de riesgo y sexo, primero se realizó una tabla de contingencia entre las variables anteriormente mencionadas y posterior a esto se aplicó la prueba de contraste estadístico para ver si existe o no asociación entre ambas variables.

Tabla 4

Conductas Alimentarias de Riesgo según el sexo

			Hombre	Mujer	Total
Conductas alimentarias de riesgo	Sin riesgo	No	52	15	67
		Porcentaje	57.1	34.1	49.6
	Riesgo Moderado	No	18	17	35
		Porcentaje	19.8	38.6	25.9
	Riesgo Alto	No	21	12	33
		Porcentaje	23.1	27.3	24.4
	Total	No	91	44	135
		Porcentaje	100.0	100.0	100.0

Del total de la muestra, se encontró que en los hombres el nivel sin riesgo con 57.1 % es el que predomina, seguido de riesgo alto con 23.1% y finalmente riesgo moderado con 19.8%. Por otro lado, en las mujeres el nivel que predomina es el riesgo moderado con 38.6 %, luego sigue el nivel sin riesgo con 34.1 y por último lugar se encuentra riesgo alto con 27.3%.

Tabla 5

Prueba de contraste estadístico entre niveles de conductas alimentarias de riesgo y sexo

Prueba de chi- cuadrado			
	Valor	Gl	P
χ^2	7.46	2	0.024
n	135		

Se realizó un contraste estadístico entre los niveles de conductas alimentarias de riesgo y sexo, a través del estadístico de Chi cuadrado podemos concluir que con un 95% se relacionan estas variables [x^2 (2) =7.46 p>0.05]. Lo que indica que existe asociación entre las variables, es decir que las conductas alimentarias de riesgo se manifiestan de acuerdo al sexo en este estudio.

3.2 Discusión

Los resultados mostraron que existe una correlación negativa leve, entre conductas alimentarias de riesgo y autoestima, de acuerdo con la investigación de Kapoor et al. (2022) sobre la relación entre conductas alimentarias y la autoestima con la percepción de imagen corporal realizada en estudiantes de Delhi, evidenciaron una correlación negativa entre las conductas alimentarias de riesgo y la baja autoestima, también resaltan una correlación negativa entre la autoestima y preocupación por la figura corporal. Lo que concuerda con el estudio de Frieiro et al. (2022) que demostraron que una correlación negativa, lo que quiere decir que una baja autoestima incrementa los comportamientos relacionados a los trastornos alimenticios. Esos resultados se contraponen con la investigación de Kravchychyn et al. (2013) que buscaban la asociación entre estado nutricional, autoimagen corporal y riesgo de trastornos alimentarios en estudiantes universitarios, concluyendo no existe asociación significativa entre el riesgo de trastornos alimentarios y la práctica deportiva, ni existe asociación con la distorsión de la imagen corporal.

En el presente estudio, al evaluar los niveles de riesgo de las conductas alimentarias se demostró que el nivel sin riesgo predomina, seguido de riesgo moderado y finalmente riesgo alto. Siendo estos resultados similares a los obtenidos por Cisternas et al. (2020) en gimnastas chilenas, donde el 67.9% no presentaron conductas de riesgo, mientras

que 32.1% si presentaron riesgo. De igual forma, estos resultados concuerdan con el estudio de Restrepo & Castañeda (2020) realizado en mujeres usuarias recurrentes de un gimnasio, donde el 52.2% no tiene riesgo de trastorno de conducta alimentaria y el 47.5% tiene riesgo de trastorno de conducta alimentaria.

Entre los datos obtenidos respecto al nivel de autoestima en deportistas se destaca que la mayoría de evaluados se ubicaron en un nivel medio de autoestima, seguido del nivel bajo y por último el nivel alto. Resultados similares han sido obtenidos por Kamuk (2020) en su investigación sobre la autoestima y niveles de auto manipulación en árbitros de taekwondo, que revelaron que las puntuaciones de la autoestima estaban cerca de la media, es decir, la autoestima moderada era el nivel que prevalecía; lo cual difiere con el estudio de Amoedo & Juste (2016) sobre la autoeficacia y autoestima en el rendimiento deportivo en sujetos que practican Judo, obteniendo que la mayoría de sujetos poseen una autoestima positiva alta, seguido de una autoestima baja. Hallazgo que apoya al estudio sobre la relación entre las fuentes de estrés psicológico y autoestima, realizada en una población de 80 árbitros de fútbol donde se obtuvo que la autoestima alta predominó con un 72%, seguido de la autoestima baja con un 28% (Belkacem & Salih 2018).

Es importante destacar que existe asociación significativa entre los niveles de riesgo de conducta alimentaria y el sexo. Vázquez et al. (2015) dan soporte a los resultados anteriormente expuestos, ya que encontraron diferencias significativas según el género, demostrando que los hombres poseen mayor riesgo de presentar un TCA frente a las mujeres. Lo que difiere en la investigación realizada en México sobre las conductas alimentarias de riesgo y conducta asertiva en estudiantes, los resultados denotaron que al momento de realizar una comparación en relación al sexo, no existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres respecto a las conductas alimentarias (Bautista et al., 2020).

Una de las limitaciones de este estudio fue que la población de árbitros es poco estudiada, impidiendo contrastar datos relacionados con las variables estudiadas en esta investigación, sin embargo, está servirá como cimiento para futuros estudios ya que cuenta con datos actualizados a nivel local. Además, para esta investigación únicamente se evaluó el nivel de riesgo, sería pertinente para futuras investigaciones

evaluar las dimensiones de las conductas alimentarias, lo que permitiría una indagación más a fondo sobre los comportamientos alimentarios desordenados.

4. Conclusiones

En esta investigación se determinó una correlación inversa leve entre las conductas alimentarias de riesgo y la autoestima, por lo tanto, a medida que las conductas alimentarias de riesgo incrementan, la autoestima tiende a disminuir en los deportistas. Es evidente que la percepción que tenga el individuo sobre sí mismo contribuye significativamente en la presencia de sintomatología relacionada a los trastornos alimenticios.

Los resultados obtenidos reflejaron que una parte de los individuos tiene riesgo alto de conductas alimentarias, puesto que el estar practicando algún deporte requiere que se cumplan ciertas características a nivel físico, por lo cual es esencial prestar atención a los hábitos desarrollados. Para así en un futuro plantear tratamiento oportuno e integral, además, de implementar estrategias de prevención psicológicas enfocadas en los hábitos saludables y educación emocional.

La mayoría de la población presentó un nivel de autoestima media, es decir, un nivel fluctuante e intermedio, lo que implica que dependerá de la situación en que se encuentre el sujeto para saber la manera en que este responderá. Esto provoca que el sujeto en ocasiones se pueda sentir muy valioso y en otras no.

Finalmente, se realizó una comparación de conducta alimentaria de riesgo según el sexo y se evidenció que las conductas alimentarias de riesgo se manifiestan de acuerdo al sexo, este dato es relevante puesto que, en la mayoría de estudio las mujeres son quienes poseen mayor riesgo de padecer un TCA y esto se debería a la presión social que se ha ido efectuando a lo largo de varios años.

5. Referencias Bibliográficas

American Psychiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*. Editorial Médica Panamericana. https://www.medicapanamericana.com/es/libro/dsm-5-manual-diagnostico-y-estadistico-de-los-trastornos-mentales-incluye-version-digital

Amoedo, N. A., & Juste, M. R. P. (2016). Evaluación de la autoeficacia y de la autoestima en el rendimiento deportivo en Judo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *29*, 109-113. https://www.redalyc.org/pdf/3457/345743464022.pdf

Associació Contra & l'Anorèxia y la Bulímia. (2021). *Els trastorns de la conducta alimentaria. ¿Què són els TCA?* Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia. https://www.acab.org/es/los-trastornos-de-conducta-alimentaria/que-son-los-tca/

Atienza, F. L., Moreno, Y., & Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Rev Psicol Universitas Tarraconensis*, *22*, 29-42. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2833593

Bautista, M. L., Castelán, A. I., Martin, A., Franco, K., & Mancilla-Díaz, J. M. (2020). Conductas alimentarias de riesgo, percepción de prácticas parentales y conducta asertiva en estudiantes de preparatoria. *Interacciones*, *6*(3), e162. https://doi.org/10.24016/2020.v6n3.162

Belkacem, C., & Salih, K. (2018). The Relationship Between the Sources Of Psychological Stress And The Level Of Self-Esteem Among Football Referees. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, *0*, Art. 0. https://doi.org/10.46827/ejpe.v0i0.1365

Céspedes, B. D. H. (2019). Conductas alimentarias de riesgo y autoconcepto físico en estudiantes de Enfermería en Huánuco. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, *1*(2), Art. 2. https://doi.org/10.37711/rpcs.2019.1.2.18

Cisternas, R., Donari, G., Mahncke, F., Retamal, K., Pérez, C., Fuentes, G., & Lagos, R. (2020). Conductas alimentarias de riesgo y preocupación por la imagen

corporal en gimnastas chilenas. *Revista mexicana de trastornos alimentarios, 10*(4), 384-396. https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2020.2.662

Díaz, D., Fuentes, I., & Senra, N. de la C. (2018). Adolescencia y Autoestima: Su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, *14*(64), 98-103. https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/793

Frieiro, P., González-Rodríguez, R., & Domínguez-Alonso, J. (2022). Self-esteem and socialisation in social networks as determinants in adolescents' eating disorders. *Health & Social Care in the Community*, *n/a*(n/a). https://doi.org/10.1111/hsc.13843

Hernández, M. C. B., López, D. R., Herrera, J. C., & Díaz, G. G. (2020). Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, *7*(14), Art. 14. https://doi.org/10.29057/esat.v7i14.6036

Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, *37*(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-21252021000300002&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Hernández-Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta). Mcgraw-HILL / Interamericana Editores, S.A de C.V. https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf

Kamuk, Y. U. (2020). Self-Handicapping and Self-Esteem Levels of Taekwondo Referees. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 8. https://doi.org/10.15314/tsed.689121

Kapoor, A., Upadhyay, M. K., & Saini, N. K. (2022). Relationship of eating behavior and self-esteem with body image perception and other factors among female college students of University of Delhi. *Journal of Education and Health Promotion*, *11*(1), 80. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_855_21

Kravchychyn, A. C. P., Silva, D. F. da, & Machado, F. A. (2013). Relação entre estado nutricional, adiposidade corporal, percepção de autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em atletas de modalidades coletivas do gênero

feminino. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 27*, 459-466. https://doi.org/10.1590/S1807-55092013000300012

Meseri, R., Küçükerdönmez, Ö., & Akder, R. N. (2021). A factor that can yield to eating attitude disorders in university students: Self-esteem. *Journal of American College Health, 0*(0), 1-6. https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1920598

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2016). *Lineamientos Operativos para la intervención a personas con Trastornos de la Ingestión de Alimentos: Anorexia nerviosa y Bulimia nerviosa, en los establecimientos del Ministerio de Salud Pública*. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2021/09/Lineamientos-Anorexia-y-Bulimia-nerviosa.pdf

Nylander, I. (1971). The feeling of being fat and dieting in a school population: An epidemiologic interview investigation. *Acta Socio-Medica Scandinavica, 3*(1), 17-26. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/5134873/

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Trastornos mentales*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders

Paredes, K. F., Reséndiz, F. J. D., & Bautista-Día, M. L. (2019). Estatus de peso, conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción corporal en mujeres adolescentes y jóvenes. *Archivos de Medicina (Col), 19*(2), 303-312. https://doi.org/0.30554/archmed.19.2.3283.2019

Ramírez, M. del P., Luna, J. F., & Velázquez, D. D. (2021). Conductas alimentarias de riesgo y su asociación con el exceso de peso en adolescentes del Istmo de Tehuantepec, Oaxaca: Un estudio transversal. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, *25*(2), 246-255. https://doi.org/10.14306/renhyd.25.2.1170

Rentzsch, K., & Schroeder-Abe, M. (2018). Stability and Change in Domain-specific Self-esteem and Global Self-esteem. *European Journal of Personality, 32*(4), 353-370. https://doi.org/10.1002/per.2167

Restrepo, J. E., & Castañeda, T. (2020). Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín,

Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, *49*(3), 162-169. https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.08.003

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Wesleyan University Press.

Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1965). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem: Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Review*, *60*(1), 141-156. https://doi.org/10.2307/2096350

Suárez, C. I., & Jiménez, M. de la V. M. (2021). Rendimiento deportivo en atletas federados y su relación con autoestima, motivación e inteligencia emocional. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, *6*(2). https://www.redalyc.org/journal/6138/613869846005/html/

Unikel, C., Bojórquez, I., & Carreño, S. (2004). Validación de un cuestionario breve para medir conductas alimentarias de riesgo. *Salud Pública de México, 46*(6), 509-515. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342004000600005

Unikel, C., Díaz de León, C., & Rivera, J. (2017). *Conductas Alimentarias de riesgo y factores de riesgo asociados: Desarrollo y validación de instrumentos de medición.* https://www.casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronico/Conductas_alimentarias.pdf

Vázquez, C. C. R., León, S. V. y, Tolentino, R. G., Barquera-Cervera, S., Barriguete-Meléndez, J. A., & Núñez, S. C. (2015). Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo y su asociación con ansiedad y estado nutricio en adolescentes de escuelas secundarias técnicas del Distrito Federal, México. *Revista española de nutrición comunitaria = Spanish journal of community nutrition*, *21*(1), 15-21. https://doi.org/10.14642/RENC.2015.21.1.5037

Villalobos, A., Unikel, C., Hernández-Serrato, M. I., & Bojorquez, I. (2020). Evolución de las conductas alimentarias de riesgo en adolescentes mexicanos,

2006-2018. *Salud Pública de México*, *62*(6, Nov-Dic), 734-744. https://doi.org/10.21149/11545

Watson, J., B. (1961). *El conductismo*. Paidós. https://www.appstate.edu/~steelekm/classes/psy3214/Documents/Watson&Rayner1920.pdf