

Autoestima y trastornos de la conducta alimentaria en adultos emergentes universitarios: un estudio en la Facultad Jurídica Social y Administrativa de la Universidad Nacional de Loja

Dayanna Anaghely Blacio-Vásquez ¹✉, **Ana Catalina Puertas-Azanza** ¹

¹Facultad de la Salud Humana, Universidad Nacional de Loja, Loja, Ecuador.

Autor para correspondencia: Dayanna Blacio-Vasquez **E-mail:** dayanna.blacio@unl.edu.ec

| RESUMEN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son enfermedades complejas que se ven influenciadas por diversos factores, entre ellos la autoestima, y figuran un desafío importante en el ámbito de la salud. En este estudio se exploró la relación entre la autoestima y el riesgo de padecer TCA en adultos emergentes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa de la Universidad Nacional de Loja, durante el período de octubre 2023- marzo 2024. Se empleó un enfoque cuantitativo y transversal de carácter descriptivo, con una muestra de 319 estudiantes seleccionados mediante muestreo aleatorio simple. Para la recolección de datos, se utilizaron herramientas como el consentimiento informado, un cuestionario sociodemográfico, la escala de autoestima de Coopersmith y el cuestionario SCOFF. Los hallazgos revelaron que el 32% de los participantes mostró una autoestima dentro de parámetros normales, mientras que el 52% no presentó riesgo de desarrollar un TCA. El análisis estadístico con la prueba Chi Cuadrado evidenció una relación significativa entre ambas variables ($p < 0,001$). En conclusión, el nivel de autoestima dentro de esta población tiene un impacto directo en el desarrollo de un TCA.

| PALABRAS CLAVE

Conducta alimentaria, autoestima, adultez emergente, salud mental.

| ABSTRACT

Eating disorders (EDs) are complex illnesses influenced by various factors, including self-esteem, and represent a significant challenge in the field of health. This study explored the relationship between self-esteem and the risk of developing EDs in emerging adults at the Faculty of Law, Social Sciences, and Administration of the National University of Loja, during the period from October 2023 to March 2024. A quantitative, cross-sectional, descriptive approach was used, with a sample of 319 students selected through simple random sampling. Data collection tools included informed consent, a sociodemographic questionnaire, the Coopersmith Self-Esteem Scale, and the SCOFF questionnaire. The findings revealed that 32% of participants had self-esteem within normal parameters, while 52% were not at risk of developing an eating disorder. Statistical analysis using the Chi-square test showed a significant relationship between the two variables ($p < 0.001$). In conclusion, the level of self-esteem within this population has a direct impact on the development of an eating disorder.

| KEYWORDS:

Eating behavior, self-esteem, emerging adulthood, mental health.

ACEPTADO: Junio 2025

PUBLICADO: Julio 2025

DOI: [10.54753/rsh.v1i1.2505](https://doi.org/10.54753/rsh.v1i1.2505)

1. Introducción

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) se han transformado en un problema de salud pública cada vez más frecuente, especialmente entre los jóvenes. Estos trastornos se manifiestan a través de cambios en los hábitos alimenticios y una preocupación constante por el peso y la apariencia física (OMS, 2021). Entre los más conocidos se encuentran la anorexia nerviosa, la bulimia y el trastorno por atracón (NIH, 2021). De acuerdo con cifras globales, en 2019 más de 14 millones de personas vivieron con algún tipo de TCA, incluidos alrededor de 3 millones de niños y adolescentes (OMS, 2022).

Uno de los factores psicológicos que más influye en el desarrollo de estos trastornos es la autoestima. Estudios recientes han señalado que las personas con baja autoestima son más propensas a presentar comportamientos alimentarios de riesgo (Frieiro et al., 2022). Esta relación es especialmente relevante en la etapa de la adultez emergente - entre los 18 y los 29 años-, un periodo marcado por cambios personales importantes, como la búsqueda de independencia, la toma de decisiones cruciales y la construcción de la identidad (Arnett, 2000).

A partir de este contexto, el objetivo de la presente investigación fue analizar la relación entre la autoestima y el riesgo de desarrollar un TCA en los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa de la Universidad Nacional de Loja. Esta población ha sido poco explorada en investigaciones similares, por lo que el estudio busca llenar ese vacío y contribuir a la promoción de la salud mental universitaria, en sintonía con el Objetivo de Desarrollo Sostenible N.º 3: Salud y bienestar.

2. Materiales y métodos

El diseño de estudio fue cuantitativo, descriptivo, transversal y prospectivo. La población fue de 2592 estudiantes de los cuales se obtuvo una muestra de 319 estudiantes mediante muestreo aleatorio simple. Los criterios de inclusión se basaron en la edad, de 18 a 29 años, estudiantes presentes al momento de la aplicación de instrumentos y aceptación de su participación mediante el consentimiento informado y se excluyeron a aquellos estudiantes con diagnóstico previo de un TCA, ausencia durante la aplicación de instrumentos y los que no completaron los mismos. En cuanto al control de las variables, la autoestima fue medida mediante la escala de autoestima de Coopersmith y el riesgo para el riesgo a desarrollar trastornos de la conducta alimentaria empleando el cuestionario SCOFF. Su correlación se determinó utilizando el programa SPSS v29 a través de la prueba Chi cuadrado de Pearson.

3. Resultados

Tabla 1. Nivel de autoestima en los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa.

	Nivel de autoestima	
	f	%
Muy baja	57	17,90%
Baja	39	12,20%
Normal	102	32,00%
Alta	49	15,40%
Muy alta	72	22,60%
Total	319	100%

Elaboración: Dayanna Anaghely Blacio Vásquez

Fuente: Instrumento de recolección de datos (Escala de autoestima de Coopersmith aplicada a los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa).

El nivel de autoestima que más prevalece es el normal (32%), seguido del normal (22,65%) y el de menor prevalencia es el bajo con un 12,20 %.

Tabla 2. Riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa.

Riesgo de desarrollar un TCA		
	f	%
Probable riesgo	153	48,00%
Sin riesgo	166	52,00%
Total	319	100%

Elaboración: Dayanna Anaghely Blacio Vásquez

Fuente: Instrumento de recolección de datos (Cuestionario SCOFF aplicado a los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa).

De acuerdo a tabla existe una diferencia mínima entre los estudiantes que tienen riesgo a padecer un trastorno de la conducta alimentaria y aquellos que no presentaban riesgo.

Tabla 3. Relación entre el nivel de autoestima y riesgo de trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa.

Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria (TCA)						
Nivel de autoestima	Probable riesgo		Sin riesgo		Total	
	f	%	f	%	f	%
Muy bajo	42	13,17	15	4,70	57	17,87
Bajo	25	7,84	14	4,39	39	12,23
Normal	56	17,55	46	14,42	102	31,97
Alto	14	4,39	35	10,97	49	15,36
Muy alto	16	5,02	56	17,55	72	22,57
Total	153	47,96	166	52,04	319	100

Elaboración: Dayanna Anaghely Blacio Vásquez

Fuente: Instrumentos de recolección de datos (Escala de autoestima de Coopersmith y Cuestionario SCOFF aplicado a los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa)

En relación a la relación entre el nivel de autoestima y el riesgo a padecer una patología alimentaria, aquellos estudiantes con autoestima normal, bajo y muy bajo presentaban mayor riesgo a desarrollar una TCA en comparación a los participantes con nivel de autoestima alto y muy alto que evidenciaron un menor riesgo.

Tabla 4. Prueba Chi Cuadrado de Pearson entre el nivel de autoestima y riesgo de trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en los estudiantes de la Facultad Jurídica, Social y Administrativa.

Estadístico	Valores
Chi cuadrado	47,644
Grado de libertad	4
Significación asintótica bilateral	0,001
Grado de significancia (α)	0,05
Valor crítico	11,143
Coefficiente de asociación V de Crámer	0,386

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0.05, respecto al Sig (bilateral de 0.001).

Elaboración: Dayanna Anaghely Blacio Vásquez

El valor chi-cuadrado y la significancia estadística indican una relación significativa entre la autoestima y el riesgo de trastornos alimentarios. El coeficiente V de Crámer (0,386) sugiere que esta relación es de intensidad moderada.

4. Discusión

Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes tenía una autoestima normal (32%), seguida por una autoestima muy alta (22,6%). Aun así, el 48% presentó un posible riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria (TCA). La relación entre la autoestima y este riesgo fue significativa ($p < 0,001$), lo que confirma que tener una autoestima baja puede aumentar la probabilidad de sufrir este tipo de trastornos. Estos hallazgos coinciden con estudios realizados en otros países. Por ejemplo, en Irán, Naemi et al. (2016) encontraron que una menor autoestima se relaciona con más síntomas de TCA. En Argentina, Murawski y Rutsztein (2017) observaron una fuerte relación entre baja autoestima y la presión por cumplir con ideales de belleza. En Ecuador, Borja y Lema (2022) también identificaron esta conexión. Como la adultez emergente es una etapa de cambios emocionales e identidad en construcción (Arnett, 2000), muchas personas pueden ser más vulnerables a estos trastornos. Aunque más del 50% de los estudiantes no están en riesgo, el porcentaje que sí lo está muestra lo importante que es contar con programas de apoyo y educación emocional dentro de las universidades.

5. Conclusiones

La mayoría de estudiantes presentó un nivel de autoestima entre normal y muy alto. El 48% de los estudiantes mostró un probable riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria (TCA), siendo esta condición más prevalente en mujeres jóvenes. Se encontró una relación estadísticamente significativa entre el nivel de autoestima y el riesgo de TCA. En este sentido, la autoestima influye directamente en la posibilidad de desarrollar un TCA, actuando como un factor protector o de riesgo, dependiendo de si su nivel es adecuado o deficitario.

Agradecimientos : Los autores del presente caso agradecemos a la doctora Catalina Azanza por apoyar la siguiente publicación, al personal de la Universidad Nacional de Loja que me permitió la recolección de datos necesaria para la elaboración del proyecto.

Contribución de autoría: D.A.B.V. participó en la conceptualización del estudio, recolección de datos, redacción del borrador y análisis estadístico. A.C.P.A. contribuyó en la metodología, revisión, supervisión y validación final del escrito.

Conflicto de intereses: Los autores declaramos no tener conflicto de intereses

Financiamiento: El presente artículo fue financiado por los autores.

Referencias

- [1] Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- [2] Borja, K., & Lema, D. (2022). Autoestima y trastornos alimentarios en adolescentes universitarios. *Revista Científica Universitaria*, 18(3), 55–62.
- [3] Frieiro, A., García, M., & Barcala, M. (2022). Autoestima como factor mediador de los trastornos alimentarios. *Revista de Psicología Clínica*, 29(1), 44–51.
- [4] García Campayo, J., et al. (2005). Validación al español del cuestionario SCOFF para el diagnóstico de trastornos de la conducta alimentaria. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 33(5), 345–352.
- [5] Kolar, D. R., Rodriguez, D. L., Chacon, C. G., & Hoek, H. W. (2016). Epidemiology of eating disorders in Latin America: A systematic review and meta-analysis. *European Eating Disorders Review*, 24(3), 199–215.
- [6] Murawski, J., & Rutsztein, G. (2017). Autoestima y trastornos alimentarios: una revisión empírica. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 26(2), 101–110.
- [7] Organización Mundial de la Salud (2022). Trastornos de la conducta alimentaria: Datos y estadísticas.

- [8] Naemi, M., et al. (2016). Self-esteem and eating disorders among university students. *Journal of Eating Disorders*, 4(12), 1–9.
- [9] OMS (2021). Clasificación internacional de enfermedades – CIE-11.
- [10] SEPEAP (2023). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria.