

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA  
SEDE QUITO**

**CARRERA:  
PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**PSICÓLOGA**

**TEMA:  
“REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: TRASTORNOS ALIMENTICIOS DURANTE LA  
PANDEMIA EN ADULTOS JÓVENES DE AMÉRICA LATINA”**

**AUTORA:  
ESTEFANIA ANDREA DÁVILA GORDILLO**

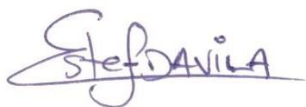
**TUTOR:  
EDUARDO ALFONSO BRAVO MONCAYO**

**Quito, agosto de 2023**

## Cesión de derechos de autor

Yo, Dávila Gordillo Estefanía Andrea, con documento de identificación N° 171393496-4, mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del trabajo de titulación intitulado: “REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: TRASTORNOS ALIMENTICIOS DURANTE LA PANDEMIA EN ADULTOS JÓVENES DE AMÉRICA LATINA”, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: PSICÓLOGA, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

A handwritten signature in blue ink that reads "Stef DAVILA". The signature is stylized, with a large, flowing initial 'S' and the name 'DAVILA' written in a more structured, blocky font.

Nombre: Estefanía Andrea Dávila Gordillo

Cédula: 171393496-4

Fecha: agosto 2023

### **Declaratoria de coautoría del docente tutor/a**

Yo, Bravo Moncayo Eduardo Alfonso declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado la revisión bibliográfica, “REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: TRASTORNOS ALIMENTICIOS DURANTE LA PANDEMIA EN ADULTOS JÓVENES DE AMÉRICA LATINA” realizado por Estefanía Andrea Dávila Gordillo, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, agosto 2023



Eduardo Alfonso Bravo Moncayo

C.I: 1801683507

## **Declaratoria**

A mis padres,

Gracias por todo. Por su amor, su apoyo, su sacrificio y su comprensión. Gracias por enseñarme el valor de la educación, el trabajo duro y la perseverancia. Gracias por estar siempre ahí para mí, en las buenas y en las malas. Gracias por creer en mí, incluso cuando yo no creía en mí mismo.

No habría podido llegar hasta aquí sin ustedes. Su apoyo ha sido incondicional. Siempre han estado ahí para mí, sin importar lo que pasara. Gracias por todo, mamá y papá.

Los amo con todo mi corazón.

## **Agradecimientos**

A mis docentes,

Quiero agradecerles por su apoyo y orientación durante este proceso. Han sido fundamentales en mi formación académica y profesional. Gracias por enseñarme a pensar críticamente, a ser creativo y a resolver problemas. Gracias por su paciencia y comprensión. Gracias por creer en mí y por darme la oportunidad de aprender y crecer.

Gracias por ayudarme a convertirme en el profesional que soy hoy.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

Resumen .....	i
Abstract .....	ii
Introducción .....	iii
1. Planteamiento del problema.....	1
2. Justificación y relevancia .....	3
3. Objetivos.....	5
4. Marco conceptual .....	5
4.1. Pandemia / COVID-19.....	5
4.2. La pandemia en Latinoamérica y la salud mental.....	6
4.3. Trastornos mentales .....	8
4.4. Trastornos de la alimentación.....	9
5. Variables o dimensiones .....	12
6. Hipótesis o supuestos.....	13
7. Marco metodológico.....	13
7.1. Perspectivas metodológicas.....	13
7.2. Diseño de la investigación.....	14
7.3. Tipo de investigación .....	14
8. Población y muestra .....	15
9. Descripción de los datos producidos .....	17
10. Presentación de los resultados descriptivos.....	20
10.1. Impactos significativos de la Pandemia en cuanto al hábito alimenticio.....	20
10.2. Trastornos alimenticios que afectaron a la población durante la pandemia.....	23
10.3. Descripción de los trastornos alimenticios en adolescentes jóvenes desde una perspectiva comparativa.....	26
11. Análisis de los resultados.....	29
12. Interpretación de los resultados .....	32
13. Conclusiones .....	35
14. Referencias bibliográficas.....	37

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Variables o dimensiones de la investigación .....	12
Tabla 2. Muestra de la investigación .....	17
Tabla 3. Muestra de los estudios seleccionados para la revisión bibliográfica.....	18
Tabla 4. Comparativa de los trastornos alimenticios en adolescentes jóvenes en la región Latinoamericana.....	27

## **Resumen**

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental de las personas de todo el mundo, incluyendo a los adultos jóvenes de América Latina. Un estudio reciente encontró que la prevalencia de los trastornos alimentarios en los adultos jóvenes de América Latina aumentó un 30% durante la pandemia. Los trastornos alimentarios más comunes en esta población son la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón. Estos trastornos pueden tener graves consecuencias para la salud física y mental, y pueden incluso ser mortales.

Hay una serie de factores que pueden haber contribuido al aumento de los trastornos alimentarios en los adultos jóvenes de América Latina durante la pandemia. Estos factores incluyen el estrés, la ansiedad, la depresión y el aislamiento social. La pandemia también ha provocado cambios en los hábitos alimentarios y en la actividad física, lo que puede haber aumentado el riesgo de desarrollar trastornos alimentarios.

Es importante que los profesionales de la salud mental estén conscientes de los riesgos de los trastornos alimentarios en los adultos jóvenes de América Latina. También es importante que los adultos jóvenes estén informados sobre los trastornos alimentarios y sobre los recursos disponibles para obtener ayuda.

### **Palabras clave:**

Trastornos, pandemia, salud mental, estrés, ansiedad, depresión, hábitos



## **Abstract**

The COVID-19 pandemic has had a significant impact on the mental health of people around the world, including young adults in Latin America. A recent study found that the prevalence of eating disorders in young adults in Latin America increased by 30% during the pandemic. The most common eating disorders in this population are anorexia nervosa, bulimia nervosa, and binge eating disorder. These disorders can have serious physical and mental health consequences, and can even be fatal.

There are a number of factors that may have contributed to the increase in eating disorders among young adults in Latin America during the pandemic. These factors include stress, anxiety, depression, and social isolation. The pandemic has also led to changes in eating habits and physical activity, which may have increased the risk of developing eating disorders.

It is important for mental health professionals to be aware of the risks of eating disorders in young adults in Latin America. It is also important for young adults to be informed about eating disorders and the resources available to get help.

### **Palabras clave:**

Disorders, pandemic, mental health, stress, anxiety, depression, habits

## **Introducción**

Los trastornos alimentarios (TA) son un conjunto de enfermedades mentales graves que afectan la forma en que las personas piensan, sienten y se relacionan con la comida y el peso. Los TA más comunes son la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón.

Los TA pueden tener un impacto devastador en la salud física y mental de las personas que los padecen. Pueden causar problemas graves de salud, como desnutrición, osteoporosis, problemas cardíacos y problemas de salud mental, como depresión, ansiedad y pensamientos suicidas.

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental de las personas en todo el mundo. Los adultos jóvenes, en particular, han sido más vulnerables al desarrollo de trastornos mentales, incluidos los TA.

Un estudio realizado en Estados Unidos encontró que el número de personas que buscaron tratamiento por trastornos alimentarios aumentó un 60% entre el inicio de la pandemia y junio de 2021. Otro estudio realizado en Europa encontró que el número de personas que informaron síntomas de trastornos alimentarios aumentó un 50% durante la pandemia.

Los factores que pueden contribuir al aumento de los trastornos alimentarios durante la pandemia incluyen el aislamiento social, el estrés, la ansiedad y la depresión. El aislamiento social puede hacer que las personas se sientan más aisladas y solas, lo que puede conducir a pensamientos depresivos y a la búsqueda de formas de controlar el peso como mecanismo de afrontamiento. El estrés, la ansiedad y la depresión también pueden contribuir al desarrollo de trastornos alimentarios.

Esta revisión bibliográfica tiene como objetivo analizar la evidencia científica sobre el impacto de la pandemia en los trastornos alimentarios en adultos jóvenes de América Latina. La revisión se centrará en los siguientes aspectos:

- La prevalencia de los trastornos alimentarios en adultos jóvenes de América Latina antes y durante la pandemia.
- Los factores que pueden contribuir al aumento de los trastornos alimentarios durante la pandemia en adultos jóvenes de América Latina.
- Las implicaciones de la pandemia para la prevención y el tratamiento de los trastornos alimentarios en adultos jóvenes de América Latina.

La revisión bibliográfica se basará en artículos científicos publicados en revistas arbitradas. La revisión se limitará a los artículos publicados en los últimos cinco años.

## **1. Planteamiento del problema**

El mundo enfrentó una gran crisis sanitaria universal con la aparición del SARS-CoV-2, un virus con una alta tasa de transmisibilidad y responsable de la proliferación desenfrenada del COVID-19. Desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) se declaró una “Emergencia de Salud Pública de preocupación universal desde el 30 de enero de 2020 (OPS, 2020).

Actualmente, la enfermedad producida por el COVID-19, fue y es considerada la mayor emergencia de salud pública que enfrenta la comunidad internacionalmente en décadas, con importantes repercusiones en los dominios político, económico y psicosocial, lo que requirió, por lo tanto, trabajar a escala nacional y global para frenar su ritmo de expansión (Aguilar et al., 2020).

Es una pandemia con características únicas, dada la extensión, velocidad de crecimiento e impacto general en la población y servicios de salud. Además, aunque actualmente se conocen los riesgos clínicos, transmisibilidad, infectividad, letalidad y mortalidad, las secuelas a mediano y largo plazo son aún poco conocidas.

Este contexto preocupante de la epidemia provocado por el COVID-19 ha concebido profundos cambios en las condiciones y manera en que las personas viven y cómo interactúan entre sí. Es por ello que, esta investigación se enfatizará en la categoría psicoemocional específicamente en las consecuencias que generó esta epidemia en la salud mental, particularmente en el sub-área de trastornos alimentarios en la población adulta joven de Latinoamérica, durante este periodo.

De acuerdo con Behar (2020), los trastornos alimentarios en la población se debió al miedo que se presentó con sus más variados rostros e intensidades, así como las inseguridades de todo tipo, surgidas con la pandemia, junto con las pérdidas de seres queridos, entre otros factores, los cuales contribuyeron a que un contingente importante de la población presentara niveles muy altos de ansiedad, estrés, sentimientos de impotencia y soledad, preocupación y sensación de descontrol ante las innumerables incertidumbres del momento. Por lo tanto,

existe un potencial significativo en aumentar los problemas de salud mental e intensificar síntomas en individuos con trastornos mentales no preexistentes.

En particular, algunos grupos pueden ser más vulnerables a los efectos de la pandemia en cuanto a salud mental, entre los que se destacan los trastornos alimentarios (Huete, 2022). Estas condiciones se pueden definir, con base en la literatura biomédica, como un conjunto de síndromes clínicos caracterizados por cambios graves en la conducta alimentaria, sufrimiento y/o excesiva preocupación por la forma o peso corporal (Rodríguez, et al., 2009).

La COVID-19 es un episodio que no presenta antecedentes en los últimos 100 años de la historia humana. La cual además de la amenaza inmediata para la salud, la empleabilidad y los ingresos, la alimentación es una zona de alto impacto (Huete, 2022). Esta investigadora señala que el consumo de alimentos tiene en cuenta varios conflictos, porque contempla diferentes patrones culturales, formas de sociabilidad, uniendo fuerzas homogeneizantes y otras especificidades.

Respecto a lo antes mencionado, Reyes y Maza (2021) mencionan que varios países tuvieron que tomar medidas estrictas debido al COVID-19, lo cual condujo a condiciones estresantes, que provocaron un cambio drástico en los hábitos alimentarios por situaciones de estrés prolongado, donde el cuerpo libera cortisol, lo que aumentó la sensación de hambre. Esta sensación de estrés, puede llevar a un mayor consumo o con frecuencia de alimentos, como una forma de hacer frente al miedo y la ansiedad creciente (Cortés, et al., 2018).

Es por ello que dicho aislamiento contribuyó con una mayor probabilidad de causar trastornos alimentarios como la bulimia, la obesidad y la anorexia, causados por restricción o compulsión alimentaria, que ya son recurrentes en esta fase afectando el estado nutricional de adultos jóvenes de América Latina. El estado nutricional, es el resultado de elecciones alimentarias, teniendo en cuenta el medio ambiente, entorno social, psicológico y cultural en el que se encuentra el individuo (Huete, 2022). La autora señala que, en un hospital nacional en Perú, durante la pandemia los médicos de servicio en el área de psiquiatría, indicaron que de cada 10 pacientes 5 eran diagnosticados con trastornos de conducta alimentaria, lo cual estadísticamente llegó a aumentar en un 50%.

De igual manera, León y Argüello (2020) denuncian en su reporte que durante el confinamiento, la población tuvo impactos directamente sobre modificaciones en la manera de comer y la frecuencia en la realización de ejercicios, limitando las actividades físicas y modificando la rutina de muchas personas, quienes aumentaron la reserva de alimentos, por miedo a salir de casa, donde además, por estar confinados tienden aburrirse y estresarse, siendo susceptible a una alimentación excesiva y compulsiva. Por otro lado, se tienen individuos vulnerables a trastornos alimenticios, debido a la recesión económica y por consiguiente inseguridad alimentaria, aunado a los famosos desafíos para adelgazar y entrenamientos en casa que pueden servir como disparadores para ellos.

En este contexto, cabe preguntarse entonces ¿Cómo la pandemia llegó a influir considerablemente en los principales cambios en el comportamiento alimentario y nutricional en los adultos jóvenes latinoamericanos durante ese periodo?

## **2. Justificación y relevancia**

Los trastornos alimentarios (TA) son condiciones psicopatológicas que tienen en común una alteración severa y persistente de los hábitos alimenticios (Vásquez, et al., 2015). Arija et al. (2022) señalan que en los últimos años se han incrementado estudios dirigidos a trastornos de conducta alimentaria (TCA), donde la categoría diagnosticada de los TCA abarca varios tipos de trastornos, entre los que destacan la anorexia nerviosa (AN) y la bulimia nerviosa (BN). Actualmente, se presume que los TCA tienen una etiología multifactorial, en la que influyó considerablemente la pandemia, afectando el entorno sociocultural y los aspectos reglamentarios y dinámicos de la personalidad (Huete M. , 2022), donde ésta ha sido un factor presumiblemente como uno de los grandes responsables de la predisposición, instalación y mantenimiento de estas condiciones.

Además, la Comisión Económica para América Latina (CEPAL, 2020) ha expresado que, desde la aparición de la pandemia, se han observado que los hábitos de consumo de la población en América Latina y el Caribe han cambiado, porque los consumidores parecen seleccionar dietas menos reconstituyentes, menos frescas y a un menor costo, producto de los escasos recursos económicos y las restricciones aplicadas de movilidad con el propósito de evitar la propagación del COVID-19. Por tanto, manifiesta que los riesgos de adquirir

enfermedades aumentan, debido a los recientes índices alarmantes que se refieren a desnutrición sobrepeso y obesidad.

Así mismo, León y Argüello (2020) manifiestan que el aislamiento social fue el responsable de una disminución del ejercicio físico y promovió algunos cambios en patrones alimenticios en los jóvenes, como el aumento en consumo de gaseosas, frituras, comidas rápidas, alimentos ultra procesados y un aumento de volumen de comidas, generando, en consecuencia, los cambios corporales, siendo el más citado, el aumento de peso.

La CEPAL (2020) indica que para algunos la pandemia del COVID-19 generó impactos significativos, con respecto a hábitos de comida en los latinos, porque se aumentó el consumo de comida preparada en casa, por lo general más saludable, especialmente en perfiles con mayor educación e ingresos. Aunque, debido al aumento de la ansiedad y la incertidumbre, llegó a provocar un consumo exagerado de alimentos, debido a la creciente oferta y ociosidad, además de un consumo cada vez mayor de alimentos indulgentes para hacer frente a las secuelas.

La relevancia en esta investigación, está en estudiar los diversos trastornos alimenticios que afectaron a la población adulto jóvenes de América Latina durante la Pandemia y, así conocer cuáles son las diversas alternativas que permiten minimizar los efectos psicológicos, de tal manera que se pueda presentar programas que permitan promover una mejor salud en el ámbito poblacional. Más aún porque según Ayuzo y Covarrubias (2019) los trastornos alimentarios se asocian con importantes complicaciones físicas y aumento de mortalidad. La tasa de mortalidad de las personas con trastornos alimentarios es la más alta de todas las enfermedades psiquiátricas, y 12 veces mayor para personas que no presentan un historial de trastornos alimentarios.

Teniendo en cuenta lo anterior, es de suma importancia recopilar conocimientos sobre la pandemia y su confluencia a los diferentes tipos de TA, buscando comprender conductas que permita reducir los efectos negativos que ella ha generado en la población de adultos jóvenes. Esta exploración se entiende como un paso fundamental en la posible detección de los trastornos alimentarios, lo cual mediante la realización de este estudio se puede permitir la indicación de tratamiento adecuado para adultos jóvenes que muestran signos y síntomas

importantes en la evaluación psicológica, además, permitirá desarrollar recursos y condiciones concretas para posibilitar el acceso al mejor funcionamiento de las personas afectadas por trastornos alimentarios.

### **3. Objetivos**

#### **Objetivo General**

- Analizar diversas investigaciones sobre trastornos alimenticios durante la Pandemia en adultos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 30 años de América Latina.

#### **Objetivos Específicos**

- Explicar los impactos significativos de la Pandemia en cuanto al hábito alimenticio de los adultos jóvenes.
- Estudiar los diversos trastornos alimenticios que afectaron a la población adultos jóvenes de América Latina durante la Pandemia.
- Describir datos indicados en diversos países de América Latina en relación con las afecciones de la Pandemia hacia los trastornos alimenticios en jóvenes adultos.

### **4. Marco conceptual**

#### **4.1. Pandemia / COVID-19**

Pandemia es un término utilizado en referencia a un aumento en los casos de una enfermedad en un área geográfica amplia. Una pandemia, ocurre cuando una enfermedad se propaga por una gran cantidad de regiones alrededor del mundo, es decir, no se restringe a un solo lugar, sino que está presente en una gran área geográfica (World Health Organization, 2007).

Pandemia, es una designación que suele emplearse para describir una situación relacionada a una enfermedad que se ha extendido a varias partes del mundo simultáneamente, con transmisión sostenida. Esto quiere decir que, en varios países y continentes, una misma enfermedad está afectando a la población, que se está contagiando a través de otras personas que viven en la misma región (Hospital Angeles , 2023)

Coronavirus (CoV) es el nombre que hace referencia a una extensa familia de virus que tiene la capacidad de afectar la salud de cualquier ser humano o animal, causando problemas y enfermedades respiratorias leves, como el resfriado común, así como enfermedades más graves, en el caso de neumonía aguda (MedlinePlus, 2023).

No todas las enfermedades pueden causar una pandemia, sin embargo, algunas pueden propagarse rápidamente e infectar a miles de personas. El caso más reciente de la historia es la pandemia del COVID-19, decretada en 2020. Por lo tanto, a raíz del brote de neumonía que surgió en la ciudad de Wuhan a finales del 2019, en la provincia Hubei de China.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) fue alertada y pronto surgió la hipótesis de que podría tratarse de una nueva cepa del coronavirus aún no identificado en humanos. Una semana después, esta hipótesis fue confirmada. Denominando al virus 2019-nCoV, y más tarde SARS-CoV-2, causante de la enfermedad COVID-19. Donde ya para finales de enero 2020, la OMS designó el brote como una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional (ESPII), alcanzando el más alto nivel de alerta, con ello, buscó la interrupción de su transmisión, a través de la cooperación y solidaridad global (OMS, 2020).

#### **4.2. La pandemia en Latinoamérica y la salud mental**

La pandemia estalló en la zona, el 26 de febrero, después de que Brasil reportara el primer caso, desde allí continuaron surgiendo numerosos casos en otras naciones durante semanas posteriores. Fue entonces, hasta la fecha de septiembre de 2022 se habían registrado 76,5 millones de casos confirmados por COVID-19 entre Latinoamérica y el Caribe. Que para desde entonces, los países más afectados después de Brasil, se ha indicado según cifras, Argentina, México, Colombia, Chile y Perú, los demás no es que hayan estado exento de casos, pero afortunadamente no han llegado a superar los 2 millones (Statista Reserarch, 2022).

Los primeros casos observados en la región se referenciaron a finales del mes de febrero y comienzos de marzo, las actividades estuvieron mayormente vinculadas a personas que retornaban o llegaban de países europeos, asiáticos y de Norte América. En reacción a esta situación, una generalidad de 15 países sujetos a esta información, determinaron el cierre



completo de sus fronteras. Así mismo, todos implementaron medidas de cierre en espacios públicos y limitaciones de eventos sociales. Más de la mitad de ellos implementaron medidas nacionales más estrictas, como toques de queda y/o reglas de confinamiento que ordenan a los ciudadanos refugiarse en sus hogares (Jaime y Salvarredy, 2020).

El confinamiento que según Peñuela et al. (2022) presentó altas tasas de síntomas depresivos y ansiedad en adultos jóvenes y, en el que la OPS (2021) ha manifestado que a raíz de la pandemia los factores de riesgo confederados a pensamientos suicidas a exacerbado en adultos. La pandemia ha aumentado el estrés, la ansiedad y la depresión entre los habitantes de esta región.

Jaime y Salvarredy (2020) destacan en su informe sobre la pandemia en Latinoamérica y el Caribe, que es urgente desarrollar políticas específicas para organizar acciones que protejan la salud mental de la población en general, la cual ha repercutido de manera diferente en la población. En este sentido, se recomienda modificar el entorno familiar, laboral, educativo, de tal manera que se garanticen unas condiciones de vida adecuadas. Es decir, establecer espacios donde tanto jóvenes como adultos puedan conversar, desahogarse y practicar el autocuidado. Los autores indican, que después de dos años de pandemia, muchos aún no reciben el apoyo que necesitan y esto puede provocar que desarrollen diferentes trastornos mentales en los próximos años.

Gil-Fortoul (2021) en su investigación manifestó que la actual pandemia también presentó ciertos riesgos en la salud mental en la población latina, apuntando problemas de adaptación, depresión, ansiedad, crisis emocionales o estrés, aspectos afectivos y psicológicos. En otros casos influyó en trastornos del sueño y alimentación. Efectos emocionales negativos, que parecen estar en el mismo orden en general, dentro del entorno local. Lo cual es evidente, que el aislamiento social aumenta el nivel normal de ansiedad de un individuo, amplificando el estrés de la vida cotidiana, lo que extiende su impacto en la salud física y mental de las personas.

Por lo tanto, debido a la interrupción de los planes de las personas y la inseguridad social, la incertidumbre en torno a la resolución de la crisis ha sido eternamente frustrante para las personas desde el comienzo de la pandemia. Sabiendo que la frustración es una

fuente importante de angustia psicológica, al igual que los síntomas de ansiedad y depresión, los cuales generan consigo una serie de trastornos mentales en el ser humano.

### **4.3. Trastornos mentales**

El trastorno mental, es una enfermedad silenciosa, que puede presentarse en cualquier etapa de la vida y generar muchas complicaciones. Sus reflejos se dan en el ámbito psicológico y, dependiendo del grado de compromiso, la persona puede tener reflejos en la salud física y en sus relaciones personales, sociales y profesionales (Berrios, 2013).

Para Moreno y Calixto (2013), el trastorno mental es una disfunción de la actividad cerebral que puede generar daños emocionales y físicos de forma muy significativa. Dichos trastornos, pueden afectar el estado de ánimo, el comportamiento, el razonamiento y también influir en la concentración y la memoria. Estos problemas surgen por causas multifactoriales y afectan a personas de diferentes grupos de edad.

Ante los datos difundidos por la OMS (2022), también es necesario considerar los impactos generados por la pandemia. Este escenario ha contribuido considerablemente a agravar las condiciones previas, además de generar y profundizar algunos cuadros de trastornos, debido a factores como las pérdidas humanas y económicas y los desafíos derivados del aislamiento social, lo cual sirvió como detonantes del empeoramiento de la salud mental colectiva. Así, las consecuencias de los cambios sanitarios y sociales impuestos por la pandemia afectaron la salud mental, incluso en jóvenes adultos sin diagnóstico psiquiátrico previo.

En toda Latinoamérica se notó una relación intrínseca entre los efectos de la pandemia y la aparición de trastornos mentales: hubo un aumento del 25% en casos de ansiedad, depresión, trastornos alimenticios. Los datos son de la OMS. Tales cambios generaron grandes impactos en la salud colectiva, ya que aumentó la demanda de tratamientos psiquiátricos (Gallo, 2020). Entre los trastornos mentales destacan los relacionados con los alimentarios que incluyen la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa, el trastorno por atracón. La edad máxima de inicio es de 15 a 25 años, aunque los individuos pueden desarrollar trastornos alimentarios a cualquier edad.

Según Adetunji (2021), los trastornos relacionados con la alimentación experimentaron un incremento en su incidencia entre los jóvenes tras el comienzo de la pandemia de Covid-19. De acuerdo con la autora, los especialistas sostienen que este aumento es atribuible al estrés emocional, a las perturbaciones en la rutina diaria y el aumento del tiempo dedicado a las plataformas de medios sociales. Asimismo, investigaciones señalan que este fenómeno podría resultar en una disminución de la autoestima y una percepción negativa de la imagen corporal. Huete (2022) indica que los diagnósticos de trastornos alimentarios aumentaron un 20% en 2020 entre las personas menores de 30 años en comparación con años anteriores.

#### **4.4. Trastornos de la alimentación**

El trastorno alimentario, es una enfermedad que provoca graves alteraciones en la dieta diaria, por comer cantidades extremadamente pequeñas o por comer en exceso, lo que puede conducir a una pérdida de peso extrema (caquexia) u obesidad, problemas físicos y discapacidades entre otros (Redondo, et al., 2018).

Es un trastorno psiquiátrico de etiología multifactorial. Este tipo de personas adoptan hábitos y actitudes alimentarias de preocupación extremadamente perturbada y excesiva con el peso y forma del cuerpo (Macro, 2017).

Una persona con un trastorno alimentario tal vez haya iniciado consumiendo porciones más modestas o más generosas de alimentos, pero eventualmente, la compulsión por ingerir cantidades menores o mayores se descontrola. Angustia o preocupación severa con el peso y la imagen corporal también pueden caracterizar un trastorno alimenticio (MedlinePlus, 2022).

Los trastornos alimentarios, suelen aparecer con mayor frecuencia durante la etapa de la vida conocida como adolescencia y en otros casos al inicio de la edad adulta. Entre los trastornos relacionados con la alimentación más frecuentes se encuentran el trastorno por atracón, la anorexia y bulimia nerviosa. Estos trastornos están reconocidos por la Organización Mundial de la Salud y la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10) y la Asociación de American Psychiatry, en el Manual Estadístico de Enfermedades

Mentales (DSM-IV) (Subdirección General de la Salud Mental, 2009) como trastornos que se caracterizan por patrones anormales de comportamiento alimentario y control de peso.

Estos suelen aparecer cuando hay presencia de síntomas como: restricción alimentaria (hábito de dietas restrictivas o ayuno), atracones y prácticas purgativas como uso de laxantes, diuréticos y vómitos autoinducido (Gorab, 2018).

La Anorexia Nerviosa (AN) se caracteriza por limitaciones dietéticas autoimpuestas, patrones de alimentación extraños con marcada pérdida de peso inducida y mantenida por el paciente, asociado a un miedo intenso a volverse obeso (Gerali, 2014). Amenorrea, peso por debajo del mínimo esperado para la edad y la altura, alteraciones en el reconocimiento del propio peso y miedo intenso a engordar. La AN restrictiva limita la ingesta de energía y el consumo de carbohidratos y lípidos, mientras que en el tipo purgante los episodios frecuentes de atracones y purgas. Los métodos purgantes utilizados son el uso de laxantes, diuréticos y enemas y la inducción de vómito (Gorab, 2018).

Los síntomas más comunes de la anorexia nerviosa son los siguientes: Se caracteriza por un intenso temor a ganar peso, que lleva a mantenerse por debajo del peso mínimo normal, limitando la ingesta de alimentos o siguiendo dietas extremadamente restrictivas. La percepción distorsionada de la imagen corporal se refleja en sentirse corpulento aun estando delgado, lo que conduce a un quebranto de peso masivo en poco tiempo. Junto a sentimientos de culpa y autoestima reducida tras comer, se observa una compulsión excesiva por el ejercicio físico y una hipersensibilidad al frío. Los síntomas abarcan desde la amenorrea hasta cambios psicológicos como irritabilidad y abatimiento, contribuyendo al cuadro sintomático.

La Bulimia Nerviosa (BN) se caracteriza por la ingesta compulsiva y rápida de grandes cantidades de alimentos, asociado a la sensación de pérdida de control, que lleva al paciente a adoptar medidas extremas para evitar este hecho. La persona bulímica también siente gran miedo a engordar, aunque, en general, el paciente está dentro del peso esperado para la edad y la altura, o simplemente un poco de sobrepeso (Gorab, 2018). Estos individuos, de acuerdo con Gerali (2014) también tienden a restringir su ingesta de alimentos, sin embargo, después de un cierto tiempo siguen una dieta restrictiva, donde llegan a perder el

control y tener episodios de atracones alimenticios. Después de los atracones, el individuo busca compensar la alta ingesta calórica con métodos purgantes similares a los de AN.

Los síntomas más comunes de la Bulimia Nerviosa, según Ayuzo y Covarrubias (2019) corresponden a: Ingerir compulsivamente mediante episodios de voracidad ocultos, persistente preocupación relacionada con la alimentación y la figura corporal, empleo de conductas inapropiadas para contrarrestar el excesivo consumo con el objetivo de evitar incrementar el peso, como el abuso de sustancias, medicamentos laxantes, diuréticos y provocar el vómito de manera deliberada. El peso puede mantenerse en niveles normales o inclusive elevados. Erosión del esmalte dental, con posibilidad de desembocar en la pérdida dental. Alteraciones en el estado emocional, tales como depresión, melancolía, sentimientos de autoresponsabilidad y aversión hacia sí mismo.

La relación entre la anorexia y la bulimia ha sido reportada en la literatura. Por presentar algunos síntomas en común: una idea prevalente que implica una intranquilidad intensa por el peso, una percepción distorsionada de la figura corporal y un temor enfermizo a aumentar de peso. En ambas situaciones, los individuos forman una evaluación inapropiada de sí mismos, fundamentada en su apariencia física.

El trastorno por atracón es otro trastorno alimentario, caracterizado por episodios de hiperfagia que, en la literatura internacional, se denomina trastorno por atracón. Aunque no todos los pacientes que presentan este trastorno son obesos, la mayoría de ellos tienen problemas para controlar su peso corporal. Ocurren ataques hiperfágicos repetidos, pero sin medidas patológicas del control de peso, como las conductas compensatorias que siguen el episodio bulímico (Gerali, 2014). El fenómeno central de este trastorno, según McClain (2021) es un episodio de ataque de alimentación. La constitución alimentaria de estos episodios puede ser extremadamente variable, predominando los alimentos de alto valor calórico, especialmente los carbohidratos.

Los síntomas más comunes del Trastorno de Alimentación Compulsiva de acuerdo con McClain (2021) son los que se detallan a continuación:

- Episodios repetidos de "atracones" (ataques de comer)
- Durante los episodios, deben estar presentes 3 de los siguientes indicadores:

- Comer mucho y más rápido de lo habitual.
- Come hasta que se sienta incómodamente lleno.
- Ingerir grandes cantidades de alimentos, incluso sin hambre.
- Comer solo, avergonzado de la cantidad.
- Sentirse culpable y/o deprimido después del episodio.

Los trastornos alimentarios afectan la salud física y pueden provocar irregularidades en períodos menstruales, pérdida ósea, insuficiencia orgánica e incluso la muerte; de carácter psicológico, como la depresión y la conducta suicida (Behar, 2020).

Por lo tanto, el organismo tiene formas de satisfacción. Cuando se encuentra en alguna situación de desequilibrio, como ansiedad y angustia, puedes responder con rechazo o con compulsión alimentaria, en un intento de compensar lo que no está bien. Por eso McClain (2021) refuerza que es importante que la escuela, los amigos y la familia observen quién está alrededor, busquen acoger a las personas en su sufrimiento y, cuando sea necesario, ayudar en la búsqueda de tratamiento.

## 5. Variables o dimensiones

Tabla 1. Variables o dimensiones de la investigación

<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Técnica / Instrumento</b>
Efectos de la pandemia en la salud mental de los adultos jóvenes de Latinoamérica.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Publicaciones desde el 2020 hasta el 2023.</li> <li>• Salud mental.</li> <li>• Adultos jóvenes latinoamericanos.</li> <li>• Pandemia.</li> <li>• COVID-19</li> <li>• Confinamiento</li> </ul>	Análisis de documentos y registros
Trastornos alimentarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hábitos alimenticios</li> <li>• Alimentación compulsiva o Trastorno por atracón.</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bulimia Nerviosa (BN).</li> <li>• Anorexia Nerviosa.</li> </ul>	
--	--	--

Elaborado por: la investigadora

## 6. Hipótesis o supuestos

Los supuestos según Hernández (2017) permiten denunciar las condiciones de respuestas esperadas a la pregunta planteada de investigación, estos pueden ser preliminares, ya que pueden ser reiterados u objetados en el curso de la investigación. Es por ello que entre los supuestos se consideran los siguientes:

### Supuesto específico:

- La pandemia llegó a inferir sobre los trastornos alimenticios en adultos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 30 años de América Latina.

**Supuesto Alternativo (S1):** Si hay una influencia significativa entre la pandemia y los trastornos alimenticios reflejados por los adultos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 30 años de América Latina durante ese periodo.

**Supuesto nulo (S0):** No hay una influencia significativa entre la pandemia y los trastornos alimenticios reflejados por los adultos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 30 años de América Latina durante ese periodo.

## 7. Marco metodológico

### 7.1. Perspectivas metodológicas

Para el desarrollo de este estudio, se emplea el paradigma de investigación cualitativa. En este enfoque el investigador, controla los marcos teóricos, la estructura de muestreo y estructura de la investigación. Este tipo de investigación busca relaciones causales y se centra en la formulación de una hipótesis para analizar el resultado (Hernández, 2017).

La metodología cualitativa, en este caso llama al participante de la investigación a construir la realidad con la ayuda de las diversas investigaciones ya presentadas, ya que no hay interpretación verdadera, sino interpretación útil.

La posición de la investigación cualitativa, se debe a la existencia ontológica de múltiples realidades que existen en forma de construcciones mentales y socialmente ubicadas, de manera sintética. En palabras Scribano (2015) se puede decir que, se pretende reemplazar las nociones de explicación, predicción y control por parte de los de comprensión y significado, a través de la escucha de opiniones individuales, observación participante o no participante.

## **7.2. Diseño de la investigación**

Para este paradigma de investigación el diseño es el no-experimental, debido a que las dimensiones no son manipuladas por el investigador. Dimensión, es considerada como un evento, situación o comportamiento que puede asumir valores categóricos (Fernández y Baptista, 2014). Esto se debe, porque se realiza una observación de fenómenos que ocurren en el ámbito natural para luego establecer un análisis, es decir, las situaciones ya han sucedido (Toro y Parra, 2016).

## **7.3. Tipo de investigación**

El tipo de investigación es *exploratoria*, porque el principal objetivo en usar este tipo, es obtener conocimientos e ideas. Por definición, la investigación exploratoria tiene la función de llenar los vacíos que suelen aparecer en un estudio. De tal manera que, se brindará información que aumentará la familiaridad del investigador con el tema de estudio apoyando la construcción de conceptos e hipótesis iniciales.

Generalmente, la investigación exploratoria tiene métodos más flexibles, sin el uso de cuestionarios detallados o muestreo muy complejo. Como ya se mencionó, el objetivo es recopilar información y no obtener conclusiones estadísticas (Fernández y Baptista, 2014), lo que además permite un posterior análisis acerca de los trastornos alimenticios en adultos jóvenes de América Latina durante la pandemia; por medio del acceso a información secundaria, la cual incluye literatura conceptual (como artículos académicos) o información publicada y disponible en general.

Estableciendo como *plan de análisis*, se encuentra el análisis de contenido, cuya definición, según Toro y Parra (2016) es la lista y colección de toda la literatura publicada,



ya sea en forma de libros, revistas, prensa escrita o publicaciones separadas. La actividad principal en este tipo de investigación, es la verificación del material propagado en conjunto con el tema elegido, tornándose indispensable para el descubrimiento del problema y definición del tema a ser estudiado.

Después de elegir el tema, se realizó una búsqueda en los documentos, con la finalidad de investigar las posibles dimensiones, además de optar por el método más adecuado de pesquisa. Para la investigación de análisis de contenido, se utilizaron estudios en la literatura que presentaron los temas en investigación, a través de buscadores, como: Scielo, Dialnet, Elsevier y Google Académico. Para delimitar la búsqueda se utilizaron operadores booleanos, con palabras claves aplicadas sobre el estudio: COVID-19, adultos jóvenes latinoamericanos, pandemia, confinamiento, hábitos alimenticios, salud mental, alimentación compulsiva o trastorno por atracón, Bulimia Nerviosa (BN) y/o Anorexia Nerviosa. Además, se complementó la investigación a través de páginas gubernamentales que abordaron el tema de estudios, tales como: Organización Mundial de la Salud (OMS), Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), Organización Panamericana de la Salud (OPS) y sitios web de salud.

## **8. Población y muestra**

La población, es la que representa características muy específicas, las cuales establecen información homogénea, de tal manera que da lugar a muestras más pequeñas. Como resultado, esta homogeneidad puede dar acceso a información interesante de forma concentrada, direccionada a artículos relacionados con los efectos que estableció la pandemia en los adultos jóvenes de América Latina, específicamente en los trastornos alimenticios.

El tipo de muestreo a emplear, es el no probabilístico por criterio de exclusión, ya que no todas las publicaciones relacionadas con la pandemia y adultos jóvenes serán analizadas, producto de que no todas disponen de información que cuente con los siguientes criterios de inclusión:

- En cuanto al proceso para la selección de información relacionada con la variable “Efectos de la pandemia en los adultos jóvenes”, debe estar referida en edades

comprendida entre 18 a 30 años, además que estos jóvenes pertenezcan a la región de Latinoamérica.

- En relación a la variable “Trastornos alimentarios” que fuesen lo más actualizadas posible.

Sin embargo, en vista de no encontrar estudios en cuanto a la especificidad de adultos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 30 años, se estableció un cambio a: adultos jóvenes hasta adolescente. Tratando de incluir aquellos que no versan sobre público adultos jóvenes con la variable de interés, pandemia o COVID-19 en estudios de países inmersos en América Latina.

Los estudios incluidos demostraron, en su contenido, discurso sobre el tema o tema similar. La intención era extraer de estos documentos toda la información necesaria sobre trastornos alimenticios durante la pandemia en adultos jóvenes de América Latina.

La muestra está representada por artículos y/o investigaciones publicadas en Scielo, Dialnet, Elsevier y Google Académico entre los que se pueden mencionar:

**Tabla 2.** Muestra de la investigación

Autor	Título del artículo	AÑO	Reference Web
Cevallos, C.	*Análisis del impacto causado por el confinamiento durante la Emergencia sanitaria por la enfermedad de covid-19 en el desarrollo psicosocial de personas con trastornos de la conducta alimentaria	2021	<a href="https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4138/3/Camila%20Alejandra%20Cevallos%20Trujillo.pdf">https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4138/3/Camila%20Alejandra%20Cevallos%20Trujillo.pdf</a> .
Huete, M.	Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2	2022	<a href="http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972022000100066&amp;script=sci_arttext">http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972022000100066&amp;script=sci_arttext</a>
León, K. y Argüello, J.	Efectos de la pandemia por la COVID-19 en la nutrición y actividad física de adolescentes y jóvenes	2020	<a href="https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes">https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes</a>
Pilay, L. y Zambrano, R.	Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro de salud Junín en tiempos de pandemia	2021	<a href="https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/499/1251">https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/499/1251</a>
Vindas, M.; Sánchez, María J. y Salamea, R.	Alteración de la conducta alimentaria durante la pandemia generada por el COVID-19	2022	<a href="https://www.revistaespacios.com/a22v43n08/a22v43n08p04.pdf">https://www.revistaespacios.com/a22v43n08/a22v43n08p04.pdf</a>
Parrado, K.	Ansiedad, hambre emocional, bulimia o anorexia: relaciones tóxicas con la comida en la cuarentena	2020	<a href="https://www.eltiempo.com/salud/cuarentena-trastornos-alimenticios-que-se-pueden-sufrir-durante-la-pandemia-514302">https://www.eltiempo.com/salud/cuarentena-trastornos-alimenticios-que-se-pueden-sufrir-durante-la-pandemia-514302</a>

Elaborado por: la investigadora

## 9. Descripción de los datos producidos

En el caso de la investigación propuesta, los resultados descriptivos fueron obtenidos de una muestra de 10 artículos académicos en que se aborda los trastornos alimenticios generados durante la pandemia en adultos jóvenes de América Latina. La selección de dichos artículos se debe a que cumplen con los criterios de inclusión propuestos por la investigadora,

es decir, incluir poblaciones de adultos jóvenes y adolescentes, y ser investigaciones actualizadas.

El instrumento utilizado para la revisión bibliográfica propuesta en la investigación corresponde a una matriz de análisis de contenido. En la misma se sistematizaron los datos más relevantes en cuanto al objetivo del estudio, la metodología utilizada, los resultados obtenidos y las conclusiones obtenidas en cada caso. De esta manera, se logró sistematizar los datos más relevantes en relación a cada estudio, dando cuenta de los hallazgos más actuales en torno a la investigación propuesta.

En la tabla que se presenta a continuación se muestran los datos generales de los 10 estudios seleccionados para la revisión bibliográfica.

Tabla 3. Muestra de los estudios seleccionados para la revisión bibliográfica

<b>N.</b>	<b>Autor</b>	<b>Año de publicación</b>	<b>Nombre</b>
<b>1.</b>	Cevallos, C.	2021	Análisis del impacto causado por el confinamiento durante la Emergencia sanitaria por la enfermedad de covid-19 en el desarrollo psicosocial de personas con trastornos de la conducta alimentaria.
<b>2</b>	Huete, M.	2022	Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2

3	Pilay, L. y Zambrano, R.	2021	Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro de salud Junín en tiempos de pandemia.
4.	Vindas, M., et al.	2022	Alteración de la conducta alimentaria durante la pandemia generada por el COVID-19.
5.	Bautista, A. et al.	2023	Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19: Un estudio transversal.
6.	Hernández, J.	2022	Análisis del impacto causado por la pandemia de COVID-19 en el cambio de conductas alimentarias en adultos jóvenes de la zona Metropolitana de Pachuca, Hidalgo.
7.	Zila, J. et al.	2022	Prevalencia y factores del trastorno de conducta alimentaria en estudiantes de Medicina Humana del Perú en el contexto de la pandemia de COVID-19: estudio multicéntrico.
8.	Yatche, C. et al.	2021	Riesgo de trastornos alimenticios y consumo de redes sociales: el caso de Instagram en la pandemia por COVID-19.
9.	Sanday, J., et al.	2021	Impacto del aislamiento social preventivo y obligatorio sobre los hábitos alimenticios e imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad.
10.	Macas, K. et al.	2022	Alimentación en tiempos de covid-19. Estudio de caso para el cantón de Santo Domingo.

Elaborado por: la investigadora

## **10. Presentación de los resultados descriptivos**

En esta sección se presentan los resultados obtenidos a partir de la revisión bibliográfica realizada a los 10 artículos seleccionados. Para ello, se ha planteado tres secciones en relación a los mismos, que han sido definidas en base a los objetivos formulados en dicha revisión, tal como se detalla en los siguientes acápite.

### **10.1. Impactos significativos de la Pandemia en cuanto al hábito alimenticio**

En lo que respecta al impacto experimentado en cuanto a los hábitos alimenticios, los hallazgos obtenidos en el estudio de Cevallos (2021) dan cuenta de su carácter negativo, puesto que la población estudiada demostró un incremento de trastornos de la conducta en la alimentación, lo cual se evidenció en la presencia de síntomas como frustración, ansiedad, angustia y estrés. Todo ello altero sus patrones alimenticios dando como resulta el incremento de distintos trastornos que afectaron a la salud de las personas.

Con ello coincide el trabajo de Huete (2022) en el cual se plantea que durante el contexto de la pandemia se produjo un impacto negativo respecto a los procesos alimenticios de las personas, puesto que aumentaron los trastornos de conducta alimentaria, evidenciándose un mayor riesgo de exacerbación de sintomatología y riesgo de autolesiones y hasta casos de suicidio.

Por su parte, Pilay y Zambrano (2021) coinciden también en que el impacto fue negativo para la población estudiada, puesto que el confinamiento provocó que los adolescentes presentaran alteraciones en sus hábitos alimenticios. Esta problemática además fue el resultado de que en muchos hogares no se contó con los recursos económicos para comprar los alimentos más saludables, además de existir un alto grado de desinformación respecto a los aportes nutricionales de cada alimento y la cantidad que se los debe consumir.

Vindas et al. (2022) señalan que el impacto de la pandemia de COVID 19 fue negativo en la salud alimentaria de la población estudiada. Tal hecho responde a que debido a factores como el estrés que se experimentó ante dicho contexto se incrementó el consumo de carbohidratos y alimentos fritos, lo que produjo un incremento en el peso de los participantes, que, en la mayoría de casos, no pudieron realizar ejercicio para compensar dicha ingesta.

Los resultados obtenidos por Bautista et al. (2023) determinan que el nerviosismo, la falta de relajación y el temor a que ocurriera algo durante el contexto de la pandemia por COVID 19 dio como resultado un impacto negativo en su salud y hábitos alimenticios. Tal afirmación responde al hecho de que uno de cada cinco estudiantes encuestados presentó algún trastorno alimenticio, existiendo un mayor grado de predominancia en las mujeres, a diferencia de la población masculina.

En el estudio desarrollado por Hernández (2022) se evidencia también un impacto negativo respecto a la pandemia de COVID 19 y los trastornos alimenticios. Tal hecho se debe a que los participantes presentaron estados emocionales negativos que dieron como resultado una baja ingesta de alimentos debido al confinamiento y aislamiento social.

En esta investigación se obtuvieron datos que demuestran que la variable de género es significativa, puesto que la población femenina es más propensa a presentar sobrepeso o/y obesidad debido a la presencia de cuadros de depresión, y ansiedad, además de manifestar una imagen distorsionada de su cuerpo, y por ende, presentar distintos trastornos alimenticios.

En cambio, en la investigación desarrollada por Zila et al. (2022) se plantea que el impacto de la pandemia en los trastornos alimenticios de la población estudiada tuvo un impacto significativo. Esto se debe a que los resultados obtenidos permitieron determinar que 2 de cada 10 participantes presentaron alteraciones en sus hábitos alimenticios. Entre los factores vinculados a esta problemática se sitúan variables como el género, contar con una visión no muy positiva de la salud, inquietudes relacionadas con la apariencia física, la alimentación, el rendimiento escolar, la existencia del trastorno en el ámbito familiar o social, y niveles moderados a bajos de satisfacción en cuanto a la interacción familiar.

En el estudio propuesto por Yatche et al. (2021) se plantea que el impacto de la pandemia de COVID 19 respecto a los hábitos alimenticios de la población participante fue negativo. Tal hecho se debe a que, debido al confinamiento, las personas tuvieron un acceso continuo a las redes sociales como Instagram, y, por ende, a la exposición de imágenes que en algunos casos distorsionaron su perspectiva respecto a su propio cuerpo e imagen corporal.

Como resultado de ello, muchas participantes afrontaron trastornos alimenticios como anorexia debido a su necesidad de perder peso de manera rápida, provocando la reducción de alimentos saludables. De esta manera, en el trabajo de Yatche et al. (2021) se plantea que la percepción de la población femenina sobre su imagen está altamente correlacionada con la frecuencia de sus conexiones a las redes sociales, y con el efecto de la publicidad que tuvo un impacto negativo durante el periodo de confinamiento producido por la pandemia de COVID 19.

Los resultados obtenidos en la investigación planteada por Sanday et al. (2021) dan cuenta de un impacto negativo de la pandemia de COVID 19 en los hábitos alimenticios de la población participante. Esto se debe a que se presentó alteraciones que incluyeron un aumento en la cantidad de comidas diarias en los participantes como consecuencia del aislamiento social y el temor por el contexto. De esta manera, se presentó un incremento de hábitos de riesgo para el desarrollo de trastornos alimenticios, tales como atracones, dieta para bajar de peso, consumo de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar.

Cabe mencionar que el género también fue una variable significativa al respecto, puesto que el aumento de hábitos poco saludables o asociados al riesgo de trastornos alimenticios fue mayor entre las mujeres. El porcentaje de atracones hallado en el grupo de participantes femeninas resultó ser muy superior al de las participantes con peso saludable.

En cuanto a los hallazgos obtenidos en la investigación realizada por Macas et al. (2022) determinan que el impacto de la pandemia de COVID 19 fue negativo respecto a la salud alimentaria de los participantes. Esta afirmación se fundamenta en que durante el período de confinamiento del que fueron parte los participantes se incrementó la ingesta de grasas y carnes rojas, dejando de lado otros alimentos necesarios en la dieta diaria.

Como resultado de ello, se presentaron distintos trastornos alimenticios, que además estuvieron relacionados con otros factores como el nivel socioeconómico de las personas para comprar alimentos saludables. Todo ello, dio como resultado que la mayor parte de la población analizada presentase algún trastorno alimenticio, afectando principalmente a las participantes femeninas.



## **10.2. Trastornos alimenticios que afectaron a la población durante la pandemia**

Los resultados obtenidos en la investigación de Cevallos (2021) determinan que debido al confinamiento y estado de incertidumbre que se vivió en el período de la pandemia de COVID 19, los participantes afrontaron síntomas como estrés, ansiedad, depresión y frustración que terminaron por afectar a su alimentación. Como resultado de ello, los trastornos alimenticios que se produjeron en la población seleccionada fueron el trastorno por atracón y bulimia.

Tales trastornos se debieron principalmente a la ansiedad de los participantes ante el contexto de pandemia, así como la interrupción de sus actividades cotidianas, incluyendo la ausencia a gimnasios y la realización de actividades deportivas o al aire libre que permiten equilibrar la ingesta de alimentos y la quema de calorías.

Los resultados obtenidos en la investigación realizada por Huete (2022) coinciden en que la población seleccionada afrontó síntomas de ansiedad, depresión, dificultades para dormir, miedo, así como riesgo de autoagresiones y suicidio que incidieron de manera directa en la aparición de distintos trastornos alimenticios. De esta manera, los principales trastornos fueron la anorexia nerviosa y el trastorno por atracón. En el caso del primero, éste fue experimentado mayormente por la población masculina, mientras que el segundo incidió de manera predominante en la población femenina.

Los hallazgos del trabajo realizado por Pilay y Zambrano (2021) determinan que durante el periodo de confinamiento por la pandemia de COVID 19 se produjo una mala alimentación en la población estudiada. Esto dio como resultado la aparición de trastornos alimenticios entre los que se incluyen a la anorexia nerviosa, presente en la mayoría de mujeres participantes, así como el trastorno por atracón que se presentó mayormente en los adolescentes participantes de género masculino. Es importante destacar que la principal situación relacionada con los patrones de alimentación en los jóvenes proviene de su limitado entendimiento al seleccionar los alimentos, así como su baja frecuencia al consumir opciones nutritivas y diversas. Esto resulta en una carencia de nutrientes y proteínas necesarios para el adecuado crecimiento y desarrollo en este grupo poblacional.

Por su parte, los hallazgos obtenidos por Vindas et al. (2022) determinan que durante la etapa de confinamiento a causa de la enfermedad de COVID 19 se produjeron distintos trastornos de conducta alimentaria entre la población estudiada. Esto se produjo principalmente debido a distorsiones cognitivas, en este caso la sobrevaloración del peso y la figura corporal. Por ello, los trastornos que se evidenciaron fueron la anorexia nerviosa y bulimia nerviosa que afectaron en igualdad de condiciones a participantes de género femenino y masculino.

Además, en esta investigación se establece que la influencia crucial en la formación de los trastornos alimenticios proviene de los patrones de comida, la gestión del peso y la apreciación del cuerpo. En el contexto de la pandemia de COVID-19, se notó en la población estudiada que el deseo o la urgencia de mantenerse delgado actuaron como el factor desencadenante, todo esto mientras estaban en un período de confinamiento.

En cuanto al trabajo realizado por Bautista et al. (2023) se determinó una prevalencia de 20.1% de riesgo de algún trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia por COVID-19. Estas cifras responden a los estados de ansiedad, preocupación, temor y angustia que experimentaron las y los participantes ante su estado de confinamiento.

En este trabajo investigativo se determinó también que los valores elevados de ansiedad fueron más notorios en el caso de las mujeres; incluso, la probabilidad de experimentar este síntoma es tres veces superior en comparación con los hombres. Por esta razón, los resultados obtenidos establecen que en el transcurso de la pandemia hubo un aumento considerable en comportamientos restrictivos, episodios de exceso alimentario, purgas y abusos en la fase inicial de la pandemia. También se observaron cambios significativos en los patrones alimentarios, especialmente en el consumo de alimentos poco o nada saludables. Estos cambios pueden atribuirse al prolongado período de confinamiento.

En cuanto al trabajo realizado por Hernández (2022) se debe señalar que durante el período de cuarentena, los adultos jóvenes que residían en la región metropolitana de Pachuca demostraron una notable capacidad de adaptación. La mayoría de ellos no experimentó emociones adversas como incertidumbre, estrés o depresión. Además, un considerable grupo

de participantes no manifestó problemas en su percepción de la imagen anatómica. Asimismo, más del cincuenta por ciento mantuvo un índice de masa corporal dentro de los rangos normales, lo que redujo al mínimo el riesgo de desarrollar trastornos relacionados con la conducta alimentaria. Sin embargo, los casos existentes se centraron en trastornos alimenticios como la anorexia nerviosa que afectó mayoritariamente a la población femenina que participó en el estudio.

Además, se pudo evidenciar que la variable género femenino constituye un elemento de riesgo en la predisposición a experimentar trastorno de atracón y a desarrollar sobrepeso u obesidad. También está asociado con la presencia de emociones negativas (depresión, estrés y ansia), así como con la percepción distorsionada de la propia imagen corporal y una mayor probabilidad de involucrarse en conductas alimentarias irregulares. Por consiguiente, la manifestación de emociones negativas lleva a una distorsión de la percepción del cuerpo y, en consecuencia, al surgimiento de un trastorno en relación con la alimentación, inclinándose hacia una reducción en la ingesta alimentaria.

Por su parte, los resultados obtenidos por Zila et al. (2022) dan cuenta de que en el contexto de la pandemia por COVID 19, dos de cada 10 estudiantes de Medicina Humana presentaron trastornos alimenticios. Los factores relacionados a esta problemática se deben al hecho de tener una percepción regular o mala de la salud, así como la influencia de factores externos como malos hábitos de alimentación en la familia, exposición a redes sociales y publicidad. De esta manera, los trastornos alimenticios detectados fueron la anorexia nerviosa y bulimia nerviosa.

En relación a la investigación realizada por Yatche et al. (2021) se debe referir que se presentó una asociación entre el incremento de consumo de Instagram durante el confinamiento por la pandemia de COVID 19 y el apareamiento de trastornos alimenticios. Esto ocurre porque los resultados encontrados indicaron que aquellas personas que aumentaron su uso de Instagram durante ese tiempo mostraron mayores niveles de insatisfacción corporal, tendencia a buscar adelgazar y asumiendo conductas bulímicas. También informaron de un aumento en cómo percibían negativamente su imagen y en el uso del espejo. Por todo ello, los trastornos alimenticios que se presentaron fueron la anorexia nerviosa y bulimia nerviosa.

Por su parte, los hallazgos obtenidos en la investigación de Sanday et al. (2021) determinan que más de la mitad de las mujeres participantes presentaron un trastorno alimenticio debido a los síntomas producidos en el confinamiento de la pandemia por COVID 19 y el abandono de sus actividades cotidianas. Las participantes con dichos trastornos manifestaron un aumento en la regularidad de consumir pequeñas porciones de comida entre las comidas principales, episodios de comer en exceso, la práctica de seguir dietas restrictivas y la utilización de diuréticos, laxantes y medicamentos para perder peso. Esto se observó en una proporción mayor en comparación con mujeres que mantienen un peso considerado saludable.

Otros resultados del estudio realizado se centran en que entre los cambios mayormente mencionados se encuentran los relacionados con la cantidad de comidas, el tamaño de las porciones, la duración y la calidad de las comidas. Además, que se evidenció la presencia de atracones ante la ingesta de una gran cantidad de comida, en un tiempo corto y acompañada de la sensación de pérdida de control.

La investigación propuesta por Macas et al. (2022) pone de manifiesto que durante el periodo de confinamiento por la pandemia de COVID 19 se produjeron trastornos alimenticios como resultado del sedentarismo y síntomas como estrés, ansiedad y miedo. Esto produjo que la población participante aumentara el consumo de alimentos dando como resultado casos de aumento de peso. De esta manera, los trastornos alimenticios que se evidenciaron fueron la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón. Además, se evidenció que el 10,9% de la población estudiada posee una dieta saludable, el 69,3% presenta una dieta que necesita cambiar y el 19,7% evidencia una dieta no saludable.

### **10.3. Descripción de los trastornos alimenticios en adolescentes jóvenes desde una perspectiva comparativa**

En la tabla que se presenta a continuación se realiza una comparativa acerca de los trastornos alimenticios presentados en adolescentes jóvenes de la región Latinoamericana que permite comprender la manera en que estos se han presentado en cada uno de los países abordados.

Tabla 4. Comparativa de los trastornos alimenticios en adolescentes jóvenes en la región Latinoamericana

<b>N.</b>	<b>Autor</b>	<b>País</b>	<b>Población</b>	<b>Síntomas</b>	<b>Trastornos</b>
<b>1.</b>	Cevallos (2021)	Ecuador	Hombres y mujeres de 18 a 30 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> <li>• Frustración</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trastorno por atracón</li> <li>• Bulimia nerviosa</li> </ul>
<b>2</b>	Huete (2022)	Perú	Adolescentes de 14 a 17 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> <li>• Dificultades para dormir</li> <li>• Miedo</li> <li>• Riesgo de autolesiones</li> <li>• Riesgo de suicidio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anorexia nerviosa</li> <li>• Trastorno por atracón</li> </ul>
<b>3</b>	Pilay y Zambrano (2021)	Ecuador	Adolescentes de 13 a 19 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anorexia nerviosa</li> <li>• Trastorno por atracón</li> </ul>
<b>4.</b>	Vindas et al. (2022)	Ecuador	Estudiantes universitarios de 19 a 29 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Depresión</li> <li>• Distorsiones cognitivas</li> <li>• Sobrevaloración del peso y la figura corporal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anorexia nerviosa</li> <li>• Bulimia nerviosa</li> </ul>
<b>5.</b>	Bautista et al. (2023)	México	Estudiantes universitarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ansiedad</li> <li>• Preocupación</li> <li>• Temor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conductas restrictivas</li> <li>• Atracones</li> </ul>

			de 19 a 29 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Angustia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Purgas</li> <li>• Exceso</li> <li>• Consumo de alimentos no saludables</li> </ul>
6.	Hernández (2022)	México	Estudiantes universitarios de 19 a 29 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anorexia nerviosa</li> </ul>
7.	Zila et al. (2022)	Perú	Estudiantes universitarios de 18 a 30 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anorexia nerviosa</li> <li>• Bulimia nerviosa</li> </ul>
8.	Yatche et al. (2021)	Argentina	Mujeres de 24 a 30 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Frustración</li> <li>• Insatisfacción corporal</li> <li>• Obsesión por la búsqueda de delgadez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anorexia nerviosa</li> <li>• Bulimia nerviosa</li> </ul>
9.	Sanday et al. (2021)	Argentina	Mujeres de 28 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Miedo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumento en la regularidad de consumir pequeñas porciones de comida entre las comidas principales.</li> </ul>

					<ul style="list-style-type: none"> <li>• Episodios de comer en exceso.</li> <li>• Utilización de diuréticos, laxantes y medicamentos para perder peso.</li> </ul>
10.	Macas et al. (2022)	Ecuador	Hombres y mujeres de 19 a 30 años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> <li>• Frustración</li> <li>• Sedentarismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bulimia nerviosa</li> <li>• Trastorno por atracón.</li> </ul>

Elaborado por: la investigadora

## 11. Análisis de los resultados

Los resultados obtenidos establecen que la pandemia de COVID-19 tuvo un impacto negativo en la población estudiada. Tal hecho se debe principalmente a que debido a las restricciones de movilidad que se presentaron a nivel mundial, incluyendo el contexto latinoamericano, las personas vieron afectadas sus actividades cotidianas, dando como resultado un cambio en su rutina, y por ende en su conducta alimentaria.

En este sentido, debe mencionarse que, por una parte, las personas experimentaron un incremento de ingerir alimentos que en muchos casos no resultaron ser saludables, además de que se aumentó la porción de comida. En cambio, en otros casos, las personas optaron por dejar de alimentarse de manera adecuada debido a la experimentación de alteraciones en su estado de ánimo. Tales alteraciones fueron el resultado del contexto de aquel entonces que provocó temor, miedo e inseguridad respecto a lo que estaba ocurriendo en aquel momento y la incertidumbre de lo que ocurriría a futuro.

Es por esta razón que se produjo una relación directa entre la aparición de la pandemia y los trastornos alimenticios, puesto que no se debe olvidar, que antes de esta emergencia sanitaria, algunas personas ya presentaban sintomatología vinculada con cambios en su conducta alimentaria, mientras que, en otros casos, fue este contexto el que diera como resultado el surgimiento de estos problemas en la población estudiada.

En las investigaciones revisadas, todos los autores coinciden en señalar que la pandemia generó un impacto significativo en la vida de las personas, y por ende en aspectos como su alimentación, razón por la cual se infiere que este contexto sanitario tuvo una influencia negativa respecto a los hábitos saludables de alimentación, dando como resultado trastornos que en algunos casos supusieron un riesgo para las personas afectadas, debido a su complicación, mientras que en otros casos, y debido a una intervención temprana, se logró controlarlos y contribuir con la salud de la población afectada por los mismos.

Debe mencionarse también que los resultados obtenidos dan cuenta que los trastornos alimenticios que se presentaron afectaron en mayor parte a la población femenina. Este hecho se debe en parte, a que, debido a aspectos como el aislamiento, las mujeres al estar encerradas y no contar con la posibilidad de salir a realizar ejercicio optaron por dejar de comer por controlar su peso y mantener una figura delgada, mientras que, en otros casos, debido a síntomas depresivos o de ansiedad, optaron por aumentar la cantidad de alimentos a consumirse en el día, y en otras situaciones se ingirió comida poco saludable.

Es así que la revisión bibliográfica permite comprender que los trastornos alimenticios que se produjeron mayoritariamente en la población analizada corresponden a la bulimia nerviosa, anorexia nerviosa y trastorno por atracón. Tales trastornos se encuentran vinculados directamente con los síntomas que la población llegó a experimentar, puesto que no se debe olvidar que el confinamiento y aislamiento social que se produjo dio como resultado una transformación en las actividades cotidianas de las personas, así como en las relaciones sociales en torno al resto de individuos que son parte de su cotidianidad.

En este sentido, también es importante señalar que, debido al contexto imperante en aquel momento, la población estudiada experimentó distintos síntomas debido al temor, miedo, frustración, preocupación e incertidumbre por lo que ocurriría a futuro. Es por ello,



que síntomas como el estrés, ansiedad, depresión, tristeza, frustración, alteraciones en el sueño, actuaron como motores en la generación de hábitos poco saludables en materia de alimentación.

Por tal motivo, una buena parte de la población, de manera inconsciente, modificó sus patrones alimenticios, dando como resultado dos tendencias extremas: comer demasiado y dejar de comer por mantener una figura delgada, sin comprender en profundidad que ambos caminos conducían a afectaciones negativas sobre su salud, convirtiéndose en algunos casos en problemas graves para la propia persona, puesto que los estudios demuestran que se presentaron casos de participantes que se provocaron autolesiones, mientras que en otros casos, surgieron ideas de un posible suicidio.

Tales resultados permiten establecer que la pandemia se convirtió en una variable detonante de trastornos alimenticios en la población estudiada. Tal afirmación es respaldada por toda la bibliografía revisada, aunque si se toma en consideración algunas dimensiones como las formuladas por Vindas et al. (2022) en la cual se plantea que las distorsiones cognitivas inciden significativamente sobre las personas y la manera en que cuidan o no de su salud.

Estos autores plantean que durante la pandemia se produjo un sobre exceso de información que provocó que las personas no supieran que hacer con la misma. Esto a su vez, condujo a que los participantes asumieran acciones arbitrarias respecto a su alimentación, dando como resultado una sobrevaloración respecto a su imagen corporal, que en la población femenina se evidenció en la obsesión de verse delgadas, mientras que, en otros casos, el sedentarismo y aislamiento dieron paso a conductas extremas como comer a deshoras, picotear entre comidas, aumentar la cantidad de alimentos o ingerir productos poco saludables, que provocaron un aumento excesivo de peso.

Por todo lo expuesto, se puede referir entonces que las personas no fueron capaces de mantener conductas alimenticias adecuadas durante la pandemia, dando como resultado trastornos alimenticios que los afectaron en distintos niveles y formas, y que en muchos casos supusieron la generación de efectos negativos en su salud como el sobrepeso, enfermedades

cardíacas y de distinta índole que tuvieron que ser tratadas posterior al final de la pandemia de COVID 19.

## **12. Interpretación de los resultados**

Los resultados obtenidos en la revisión bibliográfica permiten señalar que en el contexto de la pandemia se produjo un aumento de casos de trastornos alimenticios debido al confinamiento y la limitada capacidad de adolescentes y jóvenes hasta de 30 años para manejar y controlar las emociones que fueron apareciendo en dicho contexto.

Tales resultados demuestran que los hábitos alimenticios no son un aspecto que depende únicamente del conocimiento de las personas respecto al valor nutritivo de cada alimento y la cantidad que se lo debe ingerir, sino que además las emociones desempeñan un papel clave en la alimentación y las conductas que los seres humanos asumen al respecto.

Es por ello, que los resultados obtenidos en la revisión bibliográfica dan cuenta de que la aparición de síntomas como el estrés, depresión, incertidumbre, ansiedad, preocupación, angustia y temor pueden modificar los patrones de conducta de alimentación saludables hacia acciones que resultan ser negativas y que afectan a la salud de las personas.

Cabe mencionar que debido al contexto de sobre información generado en la pandemia de COVID 19, las personas recibieron toda clase de datos, y que en muchos casos no contaron con sustento científico, que fueron asumidos como adecuados para mejorar la salud y aumentar las defensas del organismo. Esto provocó que tanto adolescentes como jóvenes se excedieran en el consumo de algunos alimentos, dando como resultado el aumento de peso y la aparición de enfermedades cardiovasculares.

En este mismo sentido, debido al cansancio emocional y el propio encierro que fue parte de la pandemia de COVID 19, una buena parte de personas optaron por la ingesta de alimentos como una acción para controlar su ansiedad, depresión y otras sintomatologías, provocando una afectación directa sobre su salud que se evidenció principalmente en el aumento de peso.

En contraposición a este panorama, otra parte de la población analizada y que corresponde al género femenino presentó una conducta vinculada con el rechazo de alimentos

durante la pandemia. Esto se explica a través de la presión social que existe en torno a las mujeres respecto al mantenimiento de una figura delgada y esbelta como sinónimo de belleza y femineidad. Todo ello provocó que las adolescentes y jóvenes al ver afectadas sus posibilidades de realizar ejercicio, ya sea al aire libre o en gimnasio adoptasen medidas extremas como limitar la ingesta de alimentos diariamente, provocando que, en muchos casos, se dejase de comer como una medida para controlar o disminuir el peso.

Esto no necesariamente ocurrió con toda la población femenina, puesto que una buena parte de las participantes de las investigaciones realizadas también optaron por un alto consumo de alimentos como un mecanismo para afrontar los cambios emocionales experimentados durante el contexto de la pandemia de COVID 19. Por ello, tanto la población femenina como masculina se vio afectada por esta conducta de comer a deshoras o picotear con alimentos entre comidas, que, en la mayor parte de casos, correspondió a alimentos poco saludables y alto en azúcar o grasas saturadas.

Por todo, ello puede interpretarse que los trastornos alimenticios se encuentran vinculados con las reacciones emocionales de las personas y el control de las mismas. Esto se evidenció en el contexto de la pandemia de COVID 19, puesto que las personas al ver modificadas sus actividades cotidianas vinculadas a la educación, familia, trabajo e interacción social con otros individuos, en la mayor parte de casos no fueron capaces de sobrellevar de forma adecuada esta situación, incidiendo de manera negativa en sus hábitos alimenticios.

Es por tal motivo que en relación a la cultura alimenticia que cada persona maneja exista un trabajo sobre el control de las emociones, ya que éstas influyen de manera directa en las conductas que las personas asumen, sobre todo si se trata de situaciones extremas o poco comunes como lo acontecido en el contexto de pandemia de COVID 19.

Por todo ello, resulta necesario seguir profundizando en el tema para dar cuenta de la importancia que las emociones pueden tener en la decisión de una persona al momento de alimentarse de forma correcta. Es necesario, por tanto, entender que las conductas alimenticias guardan relación directa con el control emocional de las personas y su nivel de

conocimiento respecto a las estrategias que deben manejarse ante situaciones de riesgo como lo ocurrido con la pandemia de COVID 19.

### **13. Conclusiones**

El análisis de las diversas investigaciones realizadas sobre trastornos alimenticios durante la pandemia en adultos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 30 años de América Latina determinó la existencia de una relación directa entre ambas variables. Tal hecho se debe a que, durante el contexto pandémico, las personas vieron alteradas sus actividades cotidianas, dando como resultado la aparición de una serie de síntomas que afectaron su conducta alimenticia, provocando que aparecieran distintos trastornos alimenticios en el contexto latinoamericano.

Los resultados obtenidos en la revisión bibliográfica permitan concluir que se produjo un impacto significativo de la pandemia en relación al hábito alimenticio de la población analizada. Esto se debe a que en todos los trabajos analizados se plantea que el contexto pandémico provocó que las personas alteraran sus hábitos alimenticios debido a distintos factores entre los que se incluyen la aparición de distintos síntomas que afectaron a sus emociones, la interrupción abrupta de sus actividades cotidianas y la dificultad para adaptarse a un nuevo estilo de vida, la sobre información, así como el deterioro de las relaciones sociales establecidas con familiares, amigos, y personas allegadas que forman parte de distintos ámbitos o entornos en los que intervenían los participantes.

La revisión planteada también permite concluir que los diversos trastornos alimenticios que afectaron mayoritariamente a la población adolescente y joven de América Latina durante la pandemia correspondieron a la anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno de atracón. Esto se debe a que, durante dicho contexto, las personas asumieron conductas vinculadas con el aumento de la ingesta de alimentos, y en otros casos, la reducción de los mismos. Los resultados indican que las participantes femeninas fueron más propensas a dejar de comer por temor a aumentar de peso y no lograr mantener una figura delgada.

De esta manera se debe concluir que los datos obtenidos en diversos países de América Latina en relación con las afecciones de la pandemia hacia los trastornos alimenticios en jóvenes adultos coinciden en materia de bulimia nerviosa, anorexia nerviosa y trastorno por atracón. Sin embargo, en países como México se presentan otros síntomas como el uso de purgantes para controlar el peso, en Argentina se evidencian conductas como

aumento en la frecuencia de picoteo entre comidas, uso de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar que son parte de dietas extremas que mayormente las realiza la población femenina.

De esta manera, los hallazgos obtenidos en la revisión plantean la urgencia de que a nivel de la población adolescente y jóvenes de hasta 30 años se realicen campañas informativas y talleres educativos a través de los cuales se pueda entregar información teórica y práctica que permita consolidar hábitos alimenticios saludables que fomenten una ingesta correcta de productos de acuerdo a cada etapa de vida y necesidad nutricional.

Además, es necesario que se realicen campañas formativas a través de las cuales la población adolescente y jóvenes de hasta 30 años puedan conocer y aprender sobre estrategias preventivas que les permitan evitar el desarrollo de patrones de conducta alimenticios negativos que pueden afectar a su salud debido a la aparición de distintas enfermedades, que incluso pueden provocar su muerte.

Finalmente es necesario trabajar con la población adolescente y jóvenes de hasta 30 años a través de talleres que les permitan entender el rol de las emociones respecto a las conductas alimenticias en su vida. Puesto que como se evidenció en la revisión realizada, la falta de control sobre lo que sienten las personas en situaciones límite como fue la pandemia, puede desencadenar la aparición de trastornos alimenticios, que, al no ser tratados de forma correcta y oportuna, pueden suponer la muerte a corto o largo plazo de este grupo poblacional.

## 14. Referencias bibliográficas

- Adetunji, J. (2021). *¿Han aumentado los trastornos alimentarios en jóvenes durante la pandemia?* Obtenido de <https://theconversation.com/han-aumentado-los-trastornos-alimentarios-en-jovenes-durante-la-pandemia-167999>
- Aguiar, V., Gachet, I., Grijalva, D. y Uribe, C. (2020). Entre la espada y la padred: Encuesta sobre impacto del Coronavirus en Ecuador. *Koyuntura*, 94(12). Obtenido de <https://www.usfq.edu.ec/sites/default/files/2020-09/koyuntura-2020-094.pdf>
- Arija, V., Santi, M. y Novalbos, J. (2022). Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2). doi:<https://dx.doi.org/10.20960/nh.04173>
- Ayuzo, N. y Covarrubias, J. (2019). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista mexicana de pediatría*, 86(2). Obtenido de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0035-00522019000200080](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0035-00522019000200080)
- Bautista, A., González, D., González, D. y Bautista, M. (2023). Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19: Un estudio transversal. *Nutrición Clínica Y Dietética Hospitalaria*, 43(2), 97-105. doi:<https://doi.org/10.12873/432bautista>
- Behar, R. (2020). El amplio espectro de los trastornos evitativos/restrictivos de la ingestión de alimentos, ortorexia y otros desórdenes (alimentarios). *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 58(2). doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272020000200171>
- Berrios, G. (2013). *Historia de los síntomas de los trastornos mentales: La psicopatología descriptiva desde el siglo XIX*. Fondo de Cultura Económica.
- CEPAL. (2020). *Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe N° 10: hábitos de consumo de alimentos y malnutrición*. Obtenido de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45794-sistemas-alimentarios-covid-19-america-latina-caribe-ndeg-10-habitos-consumo>

- Cevallos, C. (2021). *Análisis del impacto causado por el confinamiento durante la Emergencia sanitaria por la enfermedad de covid-19 en el desarrollo psicosocial de personas con trastornos de la conducta alimentaria*. Tesis de pregrado. Quito: Universidad SEK.
- Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F. : McGraw Hill.
- Franco, L., García , M. y Pinto, L. (2022). Salud mental y COVID-19: Prevalencia de depresión y ansiedad en adultos jóvenes de América Latina durante la pandemia pro COVID-19. Universidad del Norte. Obtenido de <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/10775/1140904570.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gallo, C. (2020). *Primeras investigaciones revelan que existen poblaciones con niveles severos de ansiedad, depresión y estrés a tan solo seis meses de que la Organización Mundial de la Salud declarara la pandemia en el mundo*. Obtenido de <https://www.france24.com/es/20200911-impacto-pandemia-salud-mental>
- Gerali, S. (2014). *Que hacer cuando los jóvenes luchan con desórdenes alimenticios*. Vida.
- Gil-Fotoul, D. (2021). Impacto psicológico de la pandemia: Análisis temático de experiencias emocionales en Ecuador. *Universidad Indoamérica*, 10(1). doi:<http://dx.doi.org/10.33210/ca.v10i1.362>, 2021
- Gorab, A. (2018). *Anorexia y bulimia: Trastornos de conducta alimentaria*. UNAM, Dirección General de Divulgación de la Ciencia.
- Hernández, J. (2022). *Análisis del impacto causado por la pandemia de COVID-19 en el cambio de conductas alimentarias en adultos jóvenes de la zona Metropolitana de Pachuca, Hidalgo*. Tesis de maestría. Hidalgo: Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
- Hernández, R. (2017). *Metodología de la Investigación Científica*. México: McGrawHill.
- Hernández, R. (2017). *Metodología de la Investigación Científica*. McGrawHill.



- Hospital Angeles . (2023). *En Hospitales Angeles estamos trabajando constantemente para brindar a nuestros pacientes información actualizada sobre COVID-19*. Obtenido de <https://hospitalesangeles.com/covid-19/articulos/que-es-una-pandemia.php>
- Huete, M. (2022). Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(1), 66-71. doi:<https://doi.org/10.20453/rnp.v85i1.4156>
- Huete, M. (2022). Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(1). doi:<http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v85i1.4156>
- Jaime, M., & Salvarredy, J. (2020). *Latinoamerica y el Caribe en tiempos de pabdemia*. Obtenido de <http://www.riadis.org/wp-content/uploads/2020/05/Latinoam%C3%A9rica-y-el-Caribe-en-tiempos-de-Pandemia.pdf>
- León, K. y Argüello, P. (2020). *Efectos de la pandemia por la COVID-19 en la nutrición y actividad física de adolescentes y jóvenes*. Obtenido de <https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes>
- Macas, K., López, R., Jiménez, R., Jumbo, P. y Chicaiza, W. (2022). Alimentación en tiempos de covid-19. Estudio de caso para el cantón de Santo Domingo. *Ciencia Latina*, 6(1), 4493-4512. doi:[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i1.1811](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1811)
- Macro, M. (2017). *Trastornos de la alimentación*. Editorial Macro.
- McClain, D. (2021). *Alimentación Compulsiva: La guía definitiva para poner fin a la alimentación emocional y la adicción a la comida, con consejos para la rehabilitación de Trastornos y una Alimentación consciente*. Primasta.
- MedlinePlus. (2022). *Trastornos de la alimentación*. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/eatingdisorders.html>
- MedlinePlus. (2023). *Coronavirus*. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007767.htm>

- Moreno, P. y Calixto. (2013). *Ética y modelos de atención a las personas con trastorno mental grave*. Universidad Pontificia Comillas.
- OMS. (2020). *COVID-19: cronología de la actuación de la OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- OMS. (2022). *Salud Mental y COVID-19*. Obtenido de <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
- OPS. (2020). *La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia*. Obtenido de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:RNAMc22aAH4J:https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=ec>
- OPS. (2021). *La OPS insta a priorizar la prevención del suicidio tras 18 meses de pandemia por COVID-19*. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/9-9-2021-ops-insta-priorizar-prevencion-suicidio-tras-18-meses-pandemia-por-covid-19>
- Pilay, L. y Zambrano, R. (2021). Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro de salud Junín en tiempos de pandemia. *Higía de la Salud*, 4(1), 1-8. doi:<https://doi.org/10.37117/higia.v1i4.499>
- Reyes, M. y Meza, M. (2021). Cambios en los estilos de vida durante el confinamiento por COVID-19. *Ciencia Ergo-Sum*, 28(4). doi:<https://doi.org/10.30878/ces.v28n4a4>
- Sanday, J., Scappatura, L. y Rutzstein, G. (2021). Impacto del aislamiento social preventivo y obligatorio sobre los hábitos alimentarios e imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad. *Anuario de Investigaciones*, 27, 33-38. Obtenido de [http://www.psi.uba.ar/investigaciones/revistas/anuario/trabajos\\_completos/27/sanday.pdf](http://www.psi.uba.ar/investigaciones/revistas/anuario/trabajos_completos/27/sanday.pdf)
- Scribano, A. (2015). *El proceso de investigación social cualitativo*. Prometeo Libros Editorial.

- Statista Reserarch. (2022). *América Latina y el Caribe: número de casos de COVID-19 por país*. Obtenido de <https://es.statista.com/estadisticas/1105121/numero-casos-covid-19-america-latina-caribe-pais/>
- Subdirección General de la Salud Mental. (2009). *Guía Práctica Clínica de los Trastornos de Conducta Alimentaria*. Subdirección General de la Salud Mental.
- Toro, I. y Parra, R. (2016). *Método y conocimiento: metodología de la investigación: investigación cualitativa/investigación cuantitativa*. Universidad Eafit.
- Vindas, M., Sánchez, M. y Salamea, R. (2022). Alteración de la conducta alimentaria durante la pandemia generada por el COVID-19. *Espacios*, 43(8), 37-44. doi:10.48082/espacios-a22v43n08p04
- World Health Organization. (2007). *Informe sobre la Salud en el Mundo 2007*. World Health Organization.
- Yatche, C., Sanday, J. y Rutzstein, G. (2021). Riesgo de trastornos alimentarios y consumo de redes sociales: el caso de Instagram en la pandemia por COVID-19. *XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*, 308-312. Obtenido de <https://www.academica.org/000-012/292.pdf>
- Zila, J., Grados, P., Regalado, K., Luna, C., Sierra, G., Díaz, M. y Sifuentes, J. (2022). Prevalencia y factores del trastorno de conducta en estudiantes de Medicina Humana del Perú en el contexto de la pandemia de COVID-19: estudio multicéntrico. *Revista Colombiana de Psiquiatría*(9), 1-32. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.07.005>