



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE ENFERMERÍA**

**PROBLEMAS NUTRICIONALES EN ADOLESCENTES:**

**UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**AUTOR: EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA**

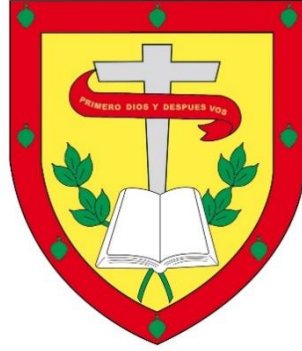
**CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO**

**DIRECTOR: LCDA. MARIA FERNANDA PERALTA MGS.**

**CAÑAR - ECUADOR**

**2023**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE ENFERMERÍA**

**PROBLEMAS NUTRICIONALES EN ADOLESCENTES: UNA  
REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**AUTOR: EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA**

**CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO**

**DIRECTOR: LCDA. MARIA FERNANDA PERALTA MGS.**

**CAÑAR - ECUADOR**

**2023**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

## DECLARATORIA DE AUTORÍA Y RESPONSABILIDAD

**EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA**, portador de la cédula de ciudadanía N° **0303031900**, **CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO** portador de la cedula de ciudadanía N° **0301895470**. Declaramos ser los autores de la obra: **PROBLEMAS NUTRICIONALES EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**, sobre la cual nos hacemos responsables sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaramos que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaramos finalmente que nuestra obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también nos responsabilizamos y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cañar, **14 de junio del 2023**

F. 

**CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO**

CI: 0301895470

F. 


**EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA**

CI: 0303031900

## CERTIFICACION DEL DIRECTOR/TUTOR

Certifico que el presente trabajo denominado **PROBLEMAS NUTRICIONALES EN ADOLECENTES: UNA REVISION SISTEMATICA** realizado por **EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA y CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO**, con documento de identidad No. **0303031900 y No. 0301895470**, previo a la obtención del título profesional de licenciados en enfermería, ha sido asesorado, supervisado y desarrollado bajo mi tutoría en todo su proceso, cumpliendo con la reglamentación pertinente que exige la Universidad Católica de Cuenca y los requisitos que determinan la investigación científica.

Cañar, 14 de junio del 2023.



.....  
**LCDA. MARÍA ERLINDA  
AGUAIZA PICHASACA MGS.  
DIRECTOR/TUTOR**

## **DEDICATORIA**

**EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA**

\*\*\*\*\*

El presente trabajo marca la finalización de un sueño que empezó años atrás, siendo el fruto del esfuerzo compartido en la universidad, razón por la que quiero enfatizar con mucha consideración y estima:

**A** Dios, porque estuvo con nosotros a lo largo de nuestra formación académica, brindándonos la paciencia y facultades necesarias para poderla terminar de forma correcta.

**A** mis padres, por brindarme ánimo, apoyo y el acompañamiento en los momentos más duros de mi proceso de formación como licenciado en enfermería ya que se encuentran en el exterior porque su apoyo fue crucial al momento de afrontar cada uno de los retos que se presentaron en este reto educativo.

## **DEDICATORIA**

**CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO**

\*\*\*\*\*

La presente revisión sistemática se desarrolló por haber culminado el proceso de formación profesional de la carrera de enfermería de la Universidad Católica de Cuenca Extensión Cañar, como un trabajo para la obtención de título de licenciados de enfermería, siendo un objetivo planteado hace unos años atrás cuando recién empezamos con este largo trayecto por lo que quiero hacer énfasis con las siguientes dedicatorias:

Quiero dedicarle primeramente a Dios por haberme dado la oportunidad de educarme, por haberme ayudado en los momentos más difíciles de este proceso de formación y por haberme facilitado los medios para poderme formar como enfermero siendo una profesión muy noble en la atención de los más necesitados.

A mis padres, hermanos, hijos y a mi esposa por brindarme ánimo, apoyo y el acompañamiento en los momentos más duros de mi proceso de formación ya que sin ese apoyo este sueño no se hubiera hecho realidad.

## **AGRADECIMIENTO**

\*\*\*\*\*

Este trabajo es realmente significativo para nosotros para nuestra formación personal y profesional, no obstante, fue gracias al apoyo de varias personas, por lo que queremos agradecer de la forma más noble a los siguientes:

A todos los docentes que proporcionaron sus conocimientos y paciencia para el proceso de enseñanza y aprendizaje para nuestro desarrollo profesional.

A la licenciada Erlinda Aguaiza y a la ingeniera Johana Reyes por habernos brindado los enfoques necesarios para el desarrollo correcto de este proceso investigativo.

A los pares revisores licenciada Katerine Bustamante y licenciada Patricia Rodríguez quienes nos orientaron con sus indicaciones, sugerencias y correcciones para la aceptación del documento de investigación.

## **Problemas nutricionales en adolescentes: Una revisión sistemática.**

### **Nutritional problems in adolescents: A systematic review.**

Carlos Calle <sup>1</sup> Edison Pizha <sup>2</sup> Lcda. Erlinda Aguaiza Pichasaca Mgs <sup>3</sup> Ing. Johana Reyes Reinoso, PhD <sup>4</sup>  
1 Estudiante de la Universidad Católica de Cuenca Extensión Cañar 3 Catedrática Universidad Católica de Cuenca Extensión Cañar.  
2 Estudiante de la Universidad Católica de Cuenca Extensión Cañar 4 Docente Investigadora Universidad Católica de Cuenca.

### **RESUMEN**

**Introducción.** Los problemas nutricionales en adolescentes refieren a una serie de trastornos y afecciones relacionados con la nutrición que pueden afectar la salud y el bienestar de los adolescentes. Estos incluyen la obesidad, la desnutrición, las deficiencias de nutrientes específicos, como hierro o vitamina D, y los trastornos alimentarios como la anorexia nerviosa o la bulimia, entre otros. **Objetivo:** Identificar los problemas nutricionales presentes en los adolescentes, los factores que influyen el desarrollo de estos y las estrategias de prevención. **Métodos:** Se aplicó el método PRISMA, se evaluaron estudios de diferentes bases digitales, el proceso de selección se basó en criterios de inclusión: estudios publicados en los últimos cinco años, artículos científicos o trabajos de titulación, en inglés o español y la población de estudio debió involucrar adolescentes. Los estudios se resumieron en matrices y sus resultados se compararon. **Resultados:** Los problemas nutricionales más comunes son la desnutrición, bajo peso, sobrepeso y obesidad. La megarexia, bulimia y anorexia nerviosas se detectaron también. Las conductas alimentarias inadecuadas y la ausencia de movimiento físico fueron los factores esenciales relacionados a los problemas nutricionales. En cuanto a las estrategias de prevención, recomiendan la educación nutricional en el ámbito escolar desde edades tempranas. **Conclusiones:** Identificar los problemas nutricionales y los factores propiciantes favorecerá la implementación de estrategias para prevenirlos y/o revertirlos. La estrategia de prevención más efectiva es la educación en nutrición, siendo de vital importancia la guía de maestros y padres.

**Palabras clave:** Adolescencia, nutrición del adolescente, sobrepeso, desnutrición, trastornos nutricionales.



## ABSTRACT

**Introduction.** Nutritional problems in adolescents refer to a range of nutrition-related disorders and conditions that can affect adolescents' health and well-being. These include obesity, malnutrition, deficiencies of specific nutrients like iron or vitamin D, and eating disorders such as anorexia nervosa or bulimia, among others. **Objective:** To identify the nutritional problems present in adolescents, the factors that influence their development and prevention strategies. **Methods:** The PRISMA method was applied, studies from different digital bases were evaluated, and the selection process was based on inclusion criteria: studies published in the last five years, scientific articles or theses in English or Spanish, and the study population should have involved adolescents. The studies were summarized in matrices, and their results were compared. **Results:** The most common nutritional problems include malnutrition, underweight, overweight, and obesity. Megarexia, bulimia nervosa and anorexia nervosa were also detected. Inadequate eating behaviors and lack of physical activity were the main factors related to nutritional problems. As for prevention strategies, they recommend nutritional education in the school environment from an early age. **Conclusions:** Identifying nutritional problems and the propitiating factors that favor implementing of strategies to prevent and/or reverse them. The most effective prevention strategy is nutrition education, with the guidance of teachers and parents being of vital importance.

**Keywords:** adolescence, adolescent nutrition, overweight, malnutrition, nutritional disorders.

## INDICE

DECLARATORIA DE AUTORÍA Y RESPONSABILIDAD .....	II
CERTIFICACION DEL DIRECTOR/TUTOR .....	III
DEDICATORIA.....	IV
AGRADECIMIENTO .....	VI
RESUMEN .....	VII
ABSTRACT .....	VIII
INDICE.....	IX
INTRODUCCIÓN.....	10
MÉTODOS.....	11
RESULTADOS .....	19
CONCLUSIONES.....	37
BIBLIOGRAFÍA.....	38
ANEXOS.....	45

## INTRODUCCIÓN

Los problemas nutricionales son aquellos derivados de hábitos alimenticios inadecuados, viéndose también influenciados por factores sociales y socioeconómicos. Estas afecciones de salud están presentes en gran parte de la población mundial (1) y representan una grave problemática de la sociedad actual, siendo una de las principales causas de aumento de morbilidad y mortalidad (2).

Son parte de estos problemas el sobrepeso y la obesidad, ocasionadas por la ingesta excesiva de nutrientes y por otra parte la desnutrición, por la ingesta deficiente de estos (3). Así también, existen problemas relacionados a la nutrición y la salud mental, estos son los trastornos alimenticios caracterizados por conductas alimentarias anormales, preocupación por la comida, por el peso y la imagen corporal (4). Son parte de estos trastornos: la anorexia nerviosa (restricción en la ingesta de alimentos), bulimia nerviosa (periodos de atracones seguidos de purgas) (5), ortorexia (obsesión por una alimentación saludable) (6) y la vigorexia (obsesión por una dieta hipercalórica y ejercicio extremo) (7).

Los adolescentes son los principales afectados por conductas alimentarias inadecuadas puesto que son los más propensos a la ingesta de alimentos no saludables, poca actividad física y cambios en sus horarios o factores que afectan su salud. Todo esto puede derivar en problemas nutricionales desencadenando en diversos problemas de salud (8). Se indica que es una fase que significa diversos aspectos tanto a nivel psicológico y fisiológico, por ende, implica una alta demanda en cuanto a los requerimientos nutricionales a comparación con otras etapas de desarrollo (2).

Las estadísticas demuestran, que los principales problemas nutricionales presentes en los adolescentes es el sobrepeso y la obesidad. La prevalencia de este problema variaba

según la región así, en Asia Sudoriental se presentaba en menos del 10% mientras que en el continente americano esta prevalencia se daba en más del 30% de los adolescentes (9).

En cuanto a los trastornos de la conducta alimentaria, su incidencia previo pandemia era de 17,9% en mujeres y 2,4% en hombres (10). Trastornos como la anorexia y bulimia, son más frecuentes en mujeres adolescentes, según estadísticas 1 de cada 100 adolescentes mujeres padecen anorexia y de 4 de cada 100 adolescentes mujeres padecen bulimia (11). Respecto a la ortorexia no existen muchos estudios al respecto, se estima que a nivel de toda la población su prevalencia alcanzaría el 6,9% (12). De igual manera, los estudios que aborden la prevalencia de vigorexia son escasos, no obstante, ciertos estudios sitúan su prevalencia entre 13.6% y 14.7%, siendo este trastorno más común entre los hombres (7).

Por lo mencionado anteriormente; se plantea como objetivo identificar los problemas nutricionales presentes en los adolescentes, los factores que influyen el desarrollo de estos y las estrategias de prevención. Este proceso investigativo acentuará una base de información para que a futuro se planteen planes y lineamientos para enfrentar la problemática ajustadas a cada realidad a fin de lograr un estado nutricional óptimo en el grupo etario en pro de su salud.

## **MÉTODOS**

### **Protocolo y registro**

No se dispone de un protocolo para realizar esta revisión sistemática, no obstante, se hizo uso central de criterios y sus criterios para el progreso de revisiones sistemáticas proporcionada por la Universidad Católica de Cuenca, con base en el método PRISMA (13). En base a la información se realizar la investigación, los procesos a realizarse se determinan a continuación:

## **Criterios de elegibilidad**

- Año de publicación: 2019-2023
- Tipo de documento: Artículos en revistas científicas o trabajos de titulación universitaria, masterado o PhD.
- Idioma de publicación: inglés y español.

### Estudios en inglés:

- Eating habits in adolescents from 13 to 19 years old at the Junín health center in times of pandemic.
- Associated factors and socio-economic inequality in the prevalence of thinness and stunting among adolescent boys and girls in Uttar Pradesh and Bihar, India
- Diet and physical activity practices of South Australian adolescents.
- Exploring differences in adolescent BMI and obesity-related behaviors by urban, suburban, and rural status

### Estudios en español:

- Actividad física y su relación con el estado nutricional en niños, niñas y adolescentes, en abril del 2020.
- Antropometría infantil y adolescente en diferentes zonas de la costa y sierra ecuatoriana, en junio del 2021.
- Caracterización Alimentaria nutricional de adolescentes de la comunidad campesina del Barrio Ybyraty de Paraguarí, en enero del 2020.
- Malnutrición por exceso y medidas antropométricas de adolescentes en la secundaria Roberto Rodríguez De Morón, en el periodo de agosto del 2020.

- Hábitos alimentarios y percepción de la imagen corporal en un grupo de adolescentes que realizan comedia musical en junio del 2020.
- Hábitos alimentarios, obesidad y sobrepeso en adolescentes de un centro escolar mixto, enero- febrero del 2019.
- Estrategias de prevención desde la escuela: implementación de una propuesta de enseñanza sobre nutrición humana basada en metodologías activas de aprendizaje, en febrero del 2022
- Factores de riesgo y estrategias de prevención en los trastornos de la conducta alimentaria, en octubre del 2022.
- Revisión de las estrategias empleadas en el ámbito escolar para la enseñanza de la nutrición humana publicado en el periodo de septiembre 2020 Formato de base.
- Prácticas alimentarias y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo privado subvencionado de la ciudad de Luque en el periodo de agosto del 2019.
- Factores nutricionales y de actividad física asociados al desarrollo de obesidad infantil exógena en niños y adolescentes de 8 a 14 años en dos Unidades Educativas Municipales del Sur de Quito en el período de febrero a abril de 2019
- Influencia Estado nutricional en adolescentes de 12-16 años de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo y su relación con la actividad física y hábitos alimenticios durante el periodo 2019-2020.
- Asociación del IMC/edad con el uso de aparatos electrónicos y el comportamiento alimentario en adolescentes de la Unidad Educativa “Juan Montalvo” de la parroquia de Sangolquí, en el año 2020.

- Efectos de riesgo de trastornos de conducta alimentaria sobre el estado nutricional en estudiantes del Colegio Marino Adrián Meza Rosales – Amarilis 2019.
- Factores Actividad física y su relación con el estado nutricional en adolescentes de la Unidad Educativa Fisco misional Calasanz en el año 2021.

### **Fuentes de información**

Los artículos elegidos para la presente revisión fueron obtenidos de Science Direct, Google Scholar, SciELO y ProQuest tomándose en cuenta estudios a partir del año 2019.

### **Búsqueda**

Para el proceso de búsqueda de los estudios se hizo uso de las siguientes palabras de búsqueda:

- “Nutritional issues adolescents”
- “Nutritional status adolescents”
- “Adolescent nutrition strategies”
- “Problemas nutricionales en adolescentes”
- “Nutrición en adolescentes”
- “Nutrición en adolescentes, estrategias”

Se utilizó filtros en cada una de las bases digitales para cumplir con los criterios de inclusión, así: Filtro Años/Years: 2019-2023; filtro Tipo de Fuente/Article Type: “Revistas científicas”, "Review articles", "Research articles"; filtro Área temática/Subject Areas: “Ciencia de la salud”, “Medicine”; Filtro Archivos de acceso abierto.

De la búsqueda se obtuvieron los siguientes resultados, Science Direct: “Nutritional issues adolescents”: 1 482 resultados y “Nutritional status adolescents”: 1 575 resultados. Google Scholar: “Problemas nutricionales en adolescentes”: 14 500 resultados y “Nutritional issues adolescents”: 14 300 resultados. SciELO: “Problemas nutricionales en adolescentes”: 1 resultado y “Nutrición en adolescentes”: 184 resultados. ProQuest: “Nutrición en adolescentes, estrategias”: 409 resultados y “Adolescent nutrition strategies”: 33 593 resultados.

### **Selección de los estudios**

Para la primera selección los estudios fueron elegidos con base en su título mismo que debía implicar temáticas de nutrición en adolescentes, posteriormente se leyó su resumen y resultados para identificar que proporcionen información respecto al estado nutricional de la población de estudio (adolescentes) y/o factores que propiciaron dicho estado nutricional.

### **Proceso de extracción de los datos**

Una vez identificados los estudios de interés, se procedió a extraer información relevante de los mismos mediante tabulación en el software Excel, la información extraída fue la siguiente:

**Trabajos de titulación:** autor (es), año de publicación; título de investigación; institución/universidad; resumen que incluye: palabras clave, objetivo general, objetivos específicos, metodología, resultados, conclusiones; url; lugar de investigación; tipo de estudio (nacional/internacional).



**Artículos científicos:** autor (es); título; journal; volumen; número; año de publicación; páginas; resumen; palabras clave; url; lugar de investigación; tipo de estudio (nacional/internacional).

Estas matrices permitieron la comparativa entre el contenido de los diferentes estudios.

### **Lista de datos**

- Problema nutricional.
- Factores influyentes de los problemas nutricionales.
- Estrategias de prevención de problemas nutricionales.

### **Medidas de resumen**

En el proceso de búsqueda se aplicaron los criterios de elegibilidad para depurar los estudios obtenidos en las diferentes bases digitales, como primer paso, se hizo uso de los filtros de los gestores de búsqueda de cada base digital con base en los criterios de inclusión. Además, se procedió con la lectura de los resúmenes, resultados y conclusiones de cada estudio, se registró en una matriz los estudios seleccionados en este proceso y por último una nueva lectura de los estudios registrados en la matriz permitió elegir los estudios que aporten información relevante para la revisión sistemática.

### **Síntesis de resultados**

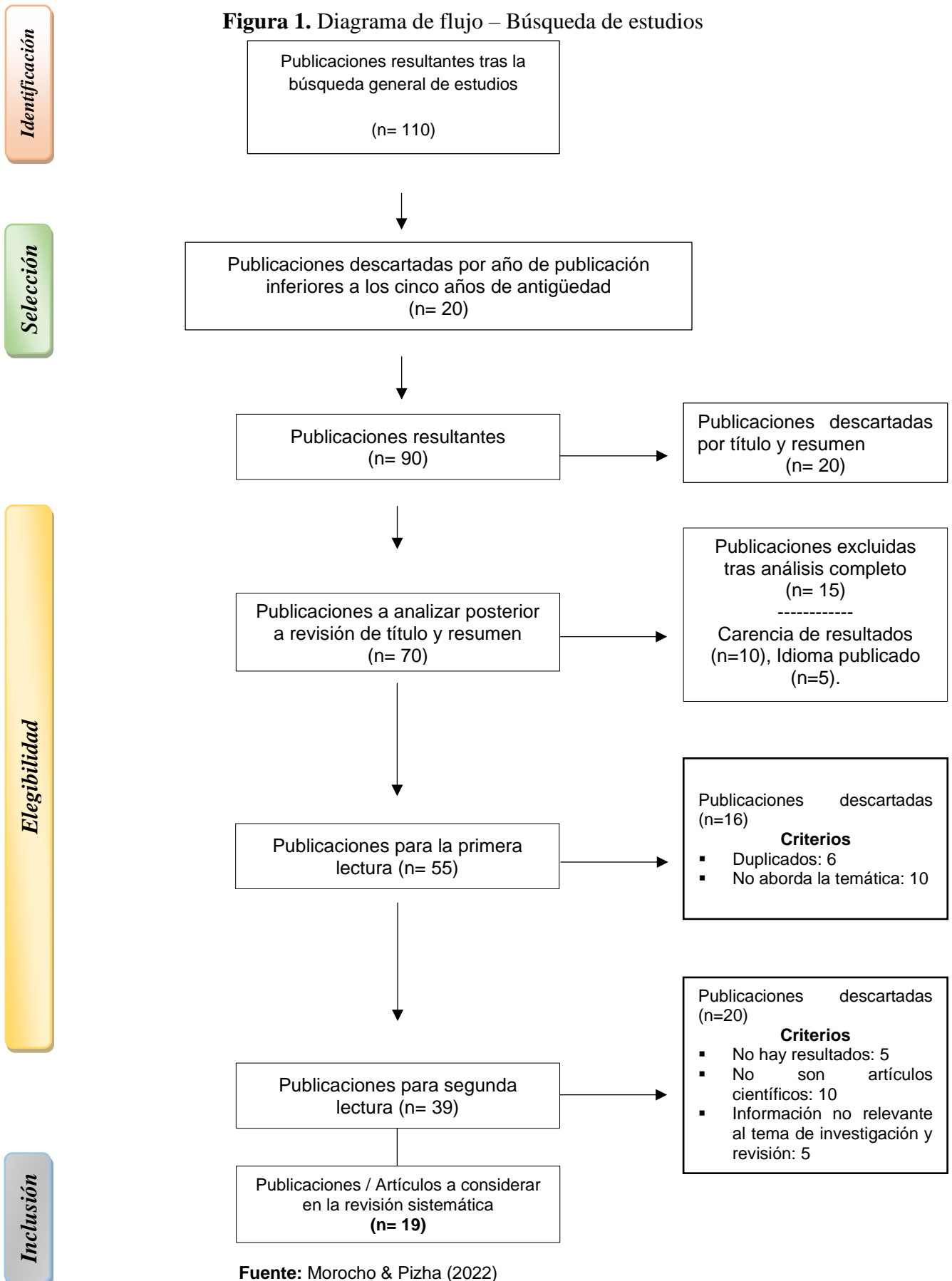
Los estudios elegidos para la revisión sistemática cumplen los criterios de inclusión establecidos. Se extrajo información de los artículos y trabajos de titulación mediante una matriz, la cual, incluyó el resumen de resultados de cada estudio. La matriz desarrollada permitió el análisis de cada investigación e identificar las variables en estudio sobre la cual proporcionaban información.

## **Riesgo de sesgo entre los estudios**

No existe riesgo de sesgo en los estudios puesto que no se evalúa un resultado positivo o negativo sino cuál es el desequilibrio nutricional que prevalece en cada población de estudio, factores y estrategias.

## Flujograma de selección de artículos científicos.

**Figura 1.** Diagrama de flujo – Búsqueda de estudios



## RESULTADOS

### Características de los estudios seleccionados.

Título de estudio	Autor/es	Año de publicación	Resumen	Resultados	Categoría	Base digital
Actividad física y su relación con el estado nutricional en niños, niñas y adolescentes	Andrade-Trujillo, Catherine Alexandra Abril-Merizalde, Dennys Leonardo Chico-López, Patricia del Carmen Santillán-Mancero, Eulalia Teresita	2020	La prevalencia de mal nutrición por déficit o exceso en población escolar y adolescente constituye el origen de problemas metabólicos en la edad adulta. La ganancia de peso comandado por el aumento de grasa corporal está asociada con el desequilibrio entre el gasto y el consumo energético, adoptando de manera cotidiana actividades relacionadas con el sedentarismo. El objetivo fue analizar la influencia de la actividad física en el estado nutricional de la población pediátrica en la Unidad Educativa Miguel Ángel León Pontón. La presente investigación de diseño no experimental de tipo descriptivo, correlacional y transversal, se llevó a cabo en los sextos, séptimos, octavos y novenos cursos con un total de 1 189 estudiantes (14).	Existe prevalencia de un IMC de bajo peso en el sexo masculino en noveno grado; referente al IMC normal se observa una mayor prevalencia en el sexo masculino en séptimo y noveno grado. La malnutrición por exceso (sobrepeso y obesidad), se observa también mayormente en el sexo masculino. En la población en general, la malnutrición por exceso (n=373) supera a la malnutrición por déficit (n=115). El nivel de actividad física en la población en general es moderado. Existe una relación inversa entre el IMC y el nivel de actividad física únicamente en séptimo y noveno grado (14).	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	Google Scholar
Antropometría infantil y adolescente	Vélez Jaramillo, Valeria	2021	Se realizó un estudio descriptivo-transversal durante el período correspondiente a febrero-marzo de 2019. Se plantea como objetivo principal del estudio determinar	Se encontró que las medidas corporales incrementan con la edad y que las niñas de la sierra presentan una altura mayor y un peso	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> </ul>	Google Scholar

<p>en diferentes zonas de la costa y sierra ecuatoriana</p>	<p>Santonja Gómez, Francisco Aniento Company, Fernando Soriano del Castillo, José Miguel</p>		<p>el estado nutricional, especialmente la malnutrición de los niños/as y adolescentes que asistieron a las Campañas Sanitarias realizadas en Ecuador por la Asociación Internacional de Sanitarios en España (AISE). La muestra consta de 702 niños/as – adolescentes entre 0-19 años escogidos al azar, procedentes de Ecuador. Se midió su talla, peso y el perímetro del brazo, diferenciándolos según la región, costa o sierra, sexo y edad (15).</p>	<p>menor que los niños en todas las edades evaluadas. Se determina una tasa de desnutrición crónica del 10,15% de desnutrición crónica, el 8,73% de bajo peso, el 15,6% de desnutrición aguda en menores de cinco años y un 15,6% de exceso de peso. El índice IMC/Edad muestra una desnutrición del 10,72% y un 10,8% de sobrepeso y obesidad. Los indicadores antropométricos clásicos con diferentes rangos de referencia según el sexo, demuestran una mayor desnutrición en los menores de cinco años que en los escolares y adolescentes, mientras que el mayor rango de sobrepeso y obesidad se observa en los varones mayores de cinco años (15).</p>		
<p>Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes, análisis de los datos reportados en la encuesta</p>	<p>Guerrero Solís Gabriela Elizabeth.</p>	<p>2020</p>	<p>Según Solís Guerrero se menciona que los hábitos alimentarios son prácticas de alimentación adquiridas durante su vida e influenciadas por varios factores, en la etapa de la adolescencia donde se adquieren conductas y hábitos que se pueden modificar en el transcurso de la vida. El objetivo del estudio fue analizar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes según datos reportados por la encuesta nacional de salud y nutrición</p>	<p>El 31,6% de adolescentes con peso ideal consumió productos no saludables 2 veces por semana, mientras que el 30,6% de adolescentes con peso elevado y el 25,2% de adolescentes con delgadez con una diferencia significativa (valor de <math>P= &lt;0,00001</math>), Las preferencias alimentarias tuvieron relación con el estado nutricional de los adolescentes participantes en la ENSANUT 2012, observando un alto porcentaje de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	<p>Google Scholar</p>

nacional de Salud y Nutrición, ENSANUT 2012.			ENSANUT 2012. Se realizó un análisis descriptivo de datos en base a muestras censales de 19 949 viviendas de todo el territorio nacional, relacionado con la etnia, zona de residencia y preferencias de consumo(16).	consumo de alimentos con escaso aporte nutricional en aquellos adolescentes(16).		
Malnutrición por exceso y medidas antropométricas de adolescentes en la secundaria Roberto Rodríguez De Morón	Cardoso Marrero, Yanileisy Prieto Cordovés, Yolexis Serrano González, Luisa M Hernández Rodríguez, Mayelin González Martínez, Norkys	2020	Se realizó un estudio observacional analítico de corte transversal para relacionar malnutrición por exceso y medidas antropométricas en 127 adolescentes de ambos sexos entre 12 y 15 años en la secundaria Roberto Rodríguez del municipio Morón desde mayo 2019 a diciembre 2019. Se utilizaron tablas de percentiles para la evaluación nutricional, los pliegues cutáneos tricipital, subescapular y la circunferencia de la cintura (17).	El sobrepeso y obesidad predominó en el sexo masculino, siendo la edad más frecuente los 14 años. Los obesos en mayor proporción que el grupo con sobrepeso, presentaron patologías en los pliegues tricipital y subescapular y en la circunferencia de la cintura. Se determinó una correlación directa y positiva entre el índice de masa corporal y las medidas antropométricas estudiadas, siendo la correlación más fuerte en los casos del pliegue cutáneo subescapular y la circunferencia de la cintura (17).	▪ Problemas nutricionales	Google Scholar
Hábitos alimentarios y percepción de la imagen corporal	Gerbotto, Mariana Paturzo, Carla Lucila	2021	Los hábitos alimentarios son un conjunto de costumbres que condicionan la forma en que las personas o grupos sociales seleccionan, preparan y consumen los alimentos. Si bien se adquieren durante	En la mayoría de los adolescentes estudiados existe la tendencia a saltar comidas, principalmente debido a su apretada agenda de actividades. Además, se encontró que muchos	▪ Factores propiciantes de	SciELO

<p>en un grupo de adolescentes que realizan comedia musical.</p>			<p>la infancia y la familia desempeña un papel fundamental en la configuración del patrón alimentario, al alcanzar la adolescencia, el papel de la familia pierde relevancia y el grupo de amigos/as y las referencias sociales se convierten en condicionantes claves de la dieta de las/os adolescentes. La adolescencia es una etapa de cambios, tanto a nivel fisiológico como psicológico. Estos cambios influyen directamente sobre el equilibrio nutricional en este singular momento. El objetivo de esta investigación fue describir los hábitos alimentarios y la percepción de la imagen corporal en un grupo de estudiantes de comedia musical. El enfoque metodológico adoptado fue cualitativo (18).</p>	<p>modifican sus hábitos alimenticios en los días previos a una presentación en el escenario, evitando ciertos alimentos para sentirse más cómodos con su cuerpo. Existe cierta incomodidad en algunos adolescentes al usar ciertos tipos de vestimenta durante las muestras teatrales, ocasionando que eviten ciertos alimentos (18).</p>	<p>problemas nutricionales</p>	
<p>Eating habits in adolescents from 13 to 19 years old at the Junín health center in times of pandemic.</p>	<p>Lic Luigi Anotnio Pilay Bravo, Dr. Roberth Zambrano Santos Phd.</p>	<p>2021</p>	<p>El objetivo general es identificar los hábitos alimenticios en los adolescentes de 13 a 19 años del centro de salud Junín en tiempos de pandemia, el objeto de estudio fue los hábitos alimenticios. Se determinó como variable independiente: hábitos alimenticios, y variable dependiente: pandemia. El estudio fue descriptivo de cohorte transversal, con la ayuda de los métodos estadísticos se pudo procesar y analizar los datos relacionados con las variables, la población de estudio estuvo conformada por 200 adolescentes de 13</p>	<p>Los resultados de la investigación mostraron que la mayoría de los adolescentes de 13 a 19 años de edad son de género femenino, con el cuestionario se determinó que la alimentación de los adolescentes durante esta pandemia ha sido. Finalmente se concluye que la mayor parte de alimentos que consumieron los adolescentes durante la pandemia son escaso de vitaminas, minerales y proteínas; es necesario que la dieta sea equilibrada para que aporte los nutrientes</p>	<p>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</p>	<p>Google Scholar</p>

Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro de salud Junín en tiempos de pandemia.			a 19 años de ambos sexos. Los resultados de la investigación mostraron que la mayoría de los adolescentes de 13 a 19 años de edad son de género femenino, con el cuestionario se determinó que la alimentación de los adolescentes durante esta pandemia (19).	necesarios para el desarrollo y crecimiento del adolescente. (19).		
Associated factors and socio-economic inequality in the prevalence of thinness and stunting among adolescent boys and girls in Uttar Pradesh and Bihar, India  Factores asociados y desigualdad socioeconómica en la prevalencia	Pradeep Kumar, Shobhit Srivastava Shekhar Chauhan, Ratna Patel Strong P. Marbaniang Preeti Dhillon	2021	El estudio utilizó datos de la encuesta del proyecto Understanding the Lives of Adolescents and Young Adults (UDAYA), realizada en dos estados indios, Uttar Pradesh y Bihar, en 2019 por el Consejo de Población bajo la orientación del Ministerio de Salud y Bienestar Familiar del Gobierno de la India. Utilizando información sobre 256 adolescentes de entre 10 y 19 años (adolescentes varones- 102 y adolescentes mujeres), el estudio examinó tres variables de resultado, es decir, la delgadez, el retraso en el crecimiento y la coexistencia de ambos. El estudio utilizó análisis descriptivos y bivariados. Además, el estudio examinó la desigualdad relacionada con los ingresos en el retraso del crecimiento y la delgadez mediante el índice de concentración. Por último, el estudio utilizó el análisis de descomposición de	La delgadez en los adolescentes varones fue en un 25,8% mientras que en mujeres de un 13,1%, El retraso en el crecimiento fue más común en las adolescentes mujeres 25,6% que en los varones 39,3. Los adolescentes tardíos, los adolescentes sin educación y los adolescentes más pobres tenían mayores probabilidades de experimentar retraso en el crecimiento. Además, factores como la edad, el nivel educativo, la situación laboral y el índice de riqueza estuvieron significativamente asociados con la delgadez. Por otro lado, la exposición a los medios de comunicación y el índice de riqueza contribuyeron de gran manera a la desigualdad en la prevalencia de la delgadez entre adolescentes de ambos sexos. En cuanto al retraso en el crecimiento, el único factor que	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	Google Scholar



de la delgadez y el retraso del crecimiento entre chicos y chicas adolescentes de Uttar Pradesh y Bihar, India.			Wagstaff para descomponer el índice de concentración (20).	contribuyó significativamente a la desigualdad fue el índice de riqueza, con una proporción del 85,2% en niños y del 84,1% en niñas (20).		
Diet and physical activity practices of South Australian adolescents.  Dieta y prácticas de actividad física de los adolescentes de Australia Meridional	Blunt J Morris J Trigg J	2020	Una nutrición adecuada y la actividad física son esenciales para la salud a lo largo de la vida, y la adolescencia es un momento crucial para establecer comportamientos saludables. Este informe describe los comportamientos dietéticos y de actividad física autoinformados de los adolescentes de Australia Meridional de entre 12 y 17 años (N = 1324) encuestados en 2019 (21).	Se observó que la mayoría de los adolescentes (90,3%) no cumplían con las recomendaciones de estilo de vida saludable en Australia, lo que indica un bajo compromiso con estas prácticas. La cantidad diaria recomendada de fruta se consumió en un 73,8% de los casos, mientras que la cantidad diaria recomendada de verduras sólo se cumplió en un 10,8%. Se observó un alto consumo regular de aperitivos poco saludables (64,5%), comidas rápidas (30,7%) y bebidas azucaradas (65,8%). La falta de cumplimiento de las directrices sobre actividad física también es preocupante. Estos hallazgos destacan la necesidad de llevar a cabo campañas de	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> <li>▪ Estrategias de prevención de problemas nutricionales</li> </ul>	Science  Direct

				promoción de la salud eficaces para mejorar la salud pública de los adolescentes en Australia Meridional (21).		
Exploring differences in adolescent BMI and obesity-related behaviors by urban, suburban, and rural status  Exploración de las diferencias en el IMC y los comportamientos relacionados con la obesidad de los adolescentes según su situación urbana,	Brittany M. Kirkpatrick  Maryam Yuhas  Jamie M. Zoellner	2022	Se examinaron los datos del estudio representativo a nivel nacional Family Life, Activity, Sun, Health, and Eating (FLASHE) de 2019 para identificar las diferencias en el índice de masa corporal (IMC) de los adolescentes y los comportamientos relacionados con la obesidad según el estado de ruralidad (es decir, urbano, suburbano, rural), teniendo en cuenta los datos demográficos pertinentes (es decir, sexo, raza/etnia, ingresos familiares). Este análisis transversal secundario incluyó a 153 adolescentes. Los análisis incluyeron estadísticas descriptivas, análisis de varianza unidireccional, pruebas de Chi-cuadrado y modelos de regresión lineal múltiple (nivel de significación declarado $p < 0,05$ ) (22).	Después del ajuste de datos demográficos, no se encontró una asociación entre vivir en áreas rurales y el índice de masa corporal (IMC) de los adolescentes. No obstante, se descubrió que, los adolescentes suburbanos tenían una mayor ingesta de alimentos poco saludables. Además, en comparación con los adolescentes blancos no hispanos, los adolescentes negros no hispanos tenían un IMC significativamente mayor, un mayor tiempo sedentario y una mayor ingesta de alimentos poco saludables, bebidas azucaradas y alimentos azucarados. En comparación con los adolescentes de hogares con bajos ingresos, los adolescentes de hogares con ingresos más altos tenían un IMC significativamente menor, una menor ingesta de alimentos poco saludables y bebidas azucaradas. A diferencia de los hallazgos previos, la ruralidad no fue un	▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales	Science Direct

suburbana y rural.				predictor significativo del IMC de los adolescentes. Los resultados sugieren que es importante considerar la clasificación de tres categorías para la ruralidad y que la pertenencia a un hogar de bajos ingresos y ser negro no hispano son factores de riesgo significativos para el IMC de los adolescentes (22).		
Hábitos alimentarios, obesidad y sobrepeso en adolescentes de un centro escolar mixto	Tania Pampillo Castiñeiras, Nadia Arteché Díaz, María Antonieta Méndez Suárez	2019	El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo principal caracterizar el estado nutricional, consumo y hábitos alimentarios en adolescentes de un centro escolar multigrado de Pinar del Río durante los meses octubre y noviembre. Se utilizaron métodos descriptivo y transversal para analizar el estado nutricional, consumo y hábitos alimentarios en adolescentes de ambos sexos entre 12 y 17 años de un centro escolar de Pinar de Río, en una muestra aleatoria de 400 sujetos. Se aplicó una encuesta para la caracterización de los hábitos alimentarios, se realizaron mediciones antropométricas de peso y talla, y se midió la circunferencia abdominal en todos los escolares de la muestra. Se utilizó la estadística descriptiva mediante frecuencias absolutas y relativas porcentuales. (23).	Según el índice de masa corporal se detectó un 13 % de los adolescentes obesos y el 25 % sobrepesos; con una circunferencia abdominal en valores atípicos un 23 % de adolescentes, y 16 % con cifras consideradas como valores de riesgo para padecer obesidad. Omiten el desayuno, comen pocas frutas y vegetales, recurren a la comida chatarra adquiridas en cafeterías y preferencias por comidas ricas en grasas. (23).	▪ Problemas nutricionales	SciELO

<p>Estrategias de prevención desde la escuela: implementación de una propuesta de enseñanza sobre nutrición humana basada en metodologías activas de aprendizaje</p>	<p>González-Jaramillo, Verónica Greca, Ileana M.</p>	<p>2022</p>	<p>El estudio buscó desarrollar y evaluar una propuesta de enseñanza sobre la nutrición humana desde una perspectiva multidisciplinar, siguiendo los fundamentos didácticos de la indagación y el trabajo colaborativo. Materiales y métodos; se incluyeron dos grupos del grado séptimo, uno control (n = 31) y otro experimental (n = 32). Se aplicó un test de asociación de conceptos analizado a partir de la técnica de asociaciones jerárquicas, así como un test de actitudes para detectar las razones de los estudiantes que influyen en la elección de los alimentos que consumen (24).</p>	<p>Si bien los adolescentes reconocen los tipos de nutrientes presentes en los alimentos, hay una disociación con los procesos fisiológicos de procesamiento y distribución. Respecto a las razones para elegir uno u otro tipo de alimento se tipificaron en 5 categorías: Placer, disponibilidad, Salud, Aporte energético y contenido nutricional. Previo la intervención las categorías más elegidas fue "placer" 45% y salud 27%; las categorías de menor representatividad fueron aquellas relacionadas con el aporte energético y el contenido nutricional de los alimentos, categorías que se vieron incrementadas posterior a la intervención (24).</p>	<p>▪ Estrategias de prevención de problemas nutricionales</p>	<p>ProQuest</p>
<p>Factores de riesgo y estrategias de prevención en los trastornos de la conducta alimentaria</p>	<p>Canals Josefa Arija-Val Victoria</p>	<p>2022</p>	<p>El estudio se enfoca en una revisión de factores fisiológicos-médicos, psicológicos, genéticos, del entorno sociofamiliar, así como de estrategias y programas de prevención de trastornos de conducta alimentaria (25)</p>	<p>Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) resultan de un modelo interactivo de influencias biopsicosociales. La insatisfacción corporal (IC) es el principal factor predictor, especialmente en las mujeres y la baja autoestima, el afecto negativo y la interiorización del ideal de delgadez la determinan. Varios factores individuales (personalidad, el IMC, problemas emocionales y ciertas enfermedades,</p>	<p>▪ Estrategias de prevención de problemas nutricionales</p>	<p>SciELO</p>

				metabólicas y digestivas) y factores sociales (presión por la figura corporal en actividades y profesiones, el entorno familiar, las presiones sociales agravadas por el uso/abuso de las redes sociales) representan un riesgo en los TCA. La mayoría de los programas de prevención se centran en mujeres adolescentes y jóvenes en educación secundaria, y pocos en edades tempranas, adultos y varones. Los programas efectivos se enfocan en uno o más factores de riesgo, se basan en enfoques cognitivos o conductuales e incluyen contenido sobre alimentación saludable, nutrición, alfabetización mediática, presiones socioculturales y aceptación corporal (25).		
Revisión de las estrategias empleadas en el ámbito escolar para la enseñanza de la nutrición humana	González-Jaramillo Verónica Greca Ileana González Susana	2020	El objetivo principal fue indagar sobre las estrategias utilizadas en el ámbito escolar para la enseñanza de la nutrición humana. Además, se verificó la existencia de propuestas multidisciplinarias que pueden conducir a aprendizajes significativos, así como la inclusión de las dimensiones de actitud. El diseño metodológico consistió en una revisión sistemática de estudios publicados en el 2019, relacionados con el referente teórico y el tipo de estrategias didácticas que orientan	Hubo una mejora en el conocimiento sobre nutrición, actitudes hacia hábitos de vida saludables y frecuencia de actividad física en el 45% de los artículos revisados, Esto se logró mediante propuestas didácticas que involucraron a los niños y adolescentes a través de diversas estrategias, como el uso de Tecnologías de la Información y la Comunicación, juegos, aprendizaje cooperativo	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estrategias de prevención de problemas nutricionales</li> </ul>	ScieELO

			las intervenciones en escolares dirigidas a abordar el tema de la nutrición humana, así como las posibles dificultades que subyacen a las mismas. y la consiguiente influencia en estilos de vida saludables. Se siguieron las directrices de EPPI-Centro (26).	e integración curricular. Para lograr una educación nutricional efectiva, es necesario incorporarla en el currículo escolar desde los primeros años con la participación activa de maestros, familiares y otros profesionales de la comunidad (26).		
Prácticas alimentarias y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo privado subvencionado de la ciudad de Luque en agosto del 2019.	Sofía Belén Alcaraz-Martínez, Patricia Carolina Velázquez Comelli	2019	La adolescencia constituye una etapa vulnerable para la instauración de prácticas alimentarias poco saludables, lo que podría influir negativamente en el estado nutricional y aumentar el riesgo de enfermedades crónicas en la vida adulta. Objetivo. Describir las prácticas alimentarias y el estado nutricional de adolescentes de la Escuela Básica Subvencionada San Rafael de la comunidad de Cañada-Luque en agosto de 2019. Metodología. Estudio descriptivo transversal, en adolescentes de 11 a 17 años de edad, del tercer ciclo de la educación básica. Se administró un cuestionario que incluía preguntas cerradas sobre consumo de verduras, frutas, legumbres, carnes, lácteos, frituras, bebidas azucaradas y agua potable. Se midieron el peso y talla y se aplicaron los indicadores de IMC/edad y Talla/edad propuestos por la OMS. (27).	Participaron 106 adolescentes del séptimo a noveno grado, la mayoría del sexo femenino. El 60,4% refirió consumir verduras crudas, 17,9% manifestó consumir tres frutas de estación diariamente, 85% consume menos tres porciones de lácteos por día, 98% incluye bebidas azucaradas a su alimentación cotidiana y 53% consume menos de ocho vasos de agua a diario. Presentó peso adecuado 66,1% y 31,1% exceso de peso, la talla fue adecuada en 90% y riesgo de talla baja 10%. Conclusión. Las prácticas alimentarias poco saludables encontradas respecto a ciertos grupos de alimentos fundamentales para el adolescente y el exceso de peso, requiere la implementación de estrategias de educación alimentaria nutricional constante y sostenida con miras a la	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	SciELO

				prevención de enfermedades en la vida adulta (27).		
Factores nutricionales y de actividad física asociados al desarrollo de obesidad infantil exógena en niños y adolescentes de 8 a 14 años en dos Unidades Educativas Municipales del Sur de Quito en el período de febrero a abril de 2019	Cobo Bonilla, Patricia Gabriela	2019	El objetivo de la investigación fue identificar los hábitos nutricionales y de actividad física asociados al desarrollo de obesidad infantil exógena en niños y adolescentes. Se diseñó un estudio de casos y controles, con una muestra de niños y adolescentes de 8 a 14 años, estudiantes en dos Escuelas Municipales del sur de Quito, con diagnóstico nutricional de obesidad (casos) y normopeso (controles) empleando el IMC para su clasificación, en quienes se aplicó la escala de evaluación rápida Test Krece Plus, que precisa los hábitos de alimentación y Test Corto de Actividad Física Krece Plus. Se analizaron los datos empleando el programa SPSS Versión 22.0 para el análisis estadístico y presentación de resultados. Para el análisis bivariado de la asociación entre la actividad física y nivel nutricional de la dieta con obesidad se utilizó tablas cruzadas y se calculó el Odds Ratio (OR) con un nivel de confianza del 95%. Para medida de significancia se utilizó el valor de Chi cuadrado, con 1 grado de libertad y con una p de 0,05 (28).	La investigación incluyó 113 casos y 118 controles. El 27,4% de los niños y adolescentes obesos tenía una dieta con un valor nutricional bajo, el 52,2% con un valor medio y el 20,4% con un alto valor nutricional. Se determinó una asociación significativa (p: 0,000) entre un bajo valor nutricional en la dieta y el desarrollo de obesidad, con un riesgo 7 veces mayor. En cuanto al nivel de actividad física, solo el 5,3% presentó un buen nivel. Se encontró una asociación estadísticamente significativa entre un mal nivel de actividad física y el desarrollo de obesidad, con un riesgo 2,1 veces mayor (28).	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	Pontificia Universidad Católica del Ecuador

<p>Estado nutricional en adolescentes de 12-16 años de edad en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo y su relación con la actividad física y hábitos alimenticios durante el período 2019-2020</p>	<p>Ordoñez Asanza, Gissella Alexandra, Sanchez Blanchart, Mohamed</p>	<p>2021</p>	<p>La adolescencia es una etapa donde una alimentación saludable y el ejercicio físico son factores importantes, para promover un desarrollo óptimo y prevenir problemas de salud, el estudio del estado nutricional permite prevenir a largo plazo el riesgo de padecer enfermedades crónicas en la adultez Objetivo: Determinar el estado nutricional en los adolescentes de 12 a 16 años y su relación con los hábitos alimenticios y el ejercicio físico, en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo de la ciudad de Loja en el período 2019 -2020 (29)</p>	<p>Los adolescentes que presentaron hábitos alimenticios saludables el 24,9% tuvieron sobrepeso y el 9,2% obesidad y los adolescentes que tenían hábitos no saludables mostraron el 2,2% sobrepeso y el 3,1% obesidad. Conclusión: Los adolescentes presentaron un estado nutricional en su mayoría normal, el predominio de sobrepeso fue en la adolescencia temprana, obesidad y emaciado en la adolescencia media y el sexo femenino presentó mayor prevalencia de sobrepeso, obesidad y emaciado. (29).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	<p>Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa</p>
<p>Asociación del IMC/edad con el uso de aparatos electrónicos y el comportamiento alimentario en adolescentes de la Unidad Educativa “Juan</p>	<p>Terán, Wendy</p>	<p>2020</p>	<p>La adolescencia es un periodo de cambios físicos y comportamentales, es por ello que se considera importante el estudio del estado nutricional y de los factores que podrían asociarse a su desbalance. El objetivo del estudio es asociar el IMC/Edad con el comportamiento alimentario y el uso de aparatos electrónicos en adolescentes. El estudio es descriptivo, observacional con un universo de 168 adolescentes de 12 a 13 años. Los datos recolectados fueron analizados</p>	<p>Se encontró que hay una asociación estadísticamente significativa entre la percepción de hambre constante y la compra de alimentos, pero no se encontró una asociación significativa entre el uso de dispositivos electrónicos y el IMC/Edad. Se concluye que los comportamientos alimentarios inadecuados y la falta de actividad física pueden afectar el estado nutricional de los adolescentes. En cuanto al</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	<p>Pontificia Universidad Católica del Ecuador</p>



Montalvo” de la parroquia de Sangolquí			mediante estadística descriptiva utilizando Chi 2 y el programa Anthro Plus (30).	peso, se encontró que el 58.9% de los adolescentes presentó un peso normal, mientras que el 27.9% tenía sobrepeso, el 7.7% obesidad y el 5.3% bajo peso (30)		
Efectos de riesgo de trastornos de conducta alimentaria sobre el estado nutricional en estudiantes del Colegio Marino Adrián Meza Rosales – Amarilis 2019	Ramírez Lujerio, Alicia Josselyn	2019	El estudio buscó relacionar los riesgos de trastornos de conducta alimentaria y el estado nutricional en estudiantes del Colegio Marino Adrián Meza Rosales de Amarilis, 2019. Para ello se llevó a cabo un estudio de nivel relacional de tipo observacional, prospectivo, transversal y analítico de diseño transeccional con enfoque cuantitativo. La población está conformada por 126 estudiantes del 3er al 5to grado del nivel secundaria. Se aplicaron tres instrumentos: el cuestionario sobre datos sociodemográficos, el inventario de trastorno de conducta alimentaria (EDI-3) y los instrumentos mecánicos (balanza, tallímetro). Para probar las hipótesis se utilizaron el chi cuadrado de independencia con $\alpha$ de 5% (31).	El 42,9% de adolescentes tienen sobrepeso, el 28,6% tienen un estado nutricional normal, el 19% presentan delgadez y el 9,5% tienen obesidad. Un 55,6% presentaron riesgo de desarrollar trastornos de conducta alimentaria mismos que se relacionaron con el sobrepeso al igual que el riesgo de insatisfacción corporal y la búsqueda de delgadez en los trastornos de conducta alimentaria.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	Colegio Marino Adrián Meza Rosales – Amarilis

<p>Actividad física y su relación con el estado nutricional en adolescentes de la Unidad Educativa Fisco misional Calasanz</p>	<p>María Paz Martínez Guaicha</p>	<p>2021</p>	<p>Actualmente, una de las grandes preocupaciones a nivel mundial, se ve focalizada en el aumento de los índices de sobrepeso y obesidad en los adolescentes, asociados a la inactividad física y los cambios alimentarios durante esta etapa. Es por ello, que el principal objetivo de esta investigación fue establecer la influencia de la actividad física en el estado nutricional de los adolescentes del nivel básico superior de la Unidad Educativa Fisco misional Calasanz de la Ciudad de Loja del período académico septiembre 2019 – Julio 2020. Se realizó un estudio cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional y transversal, conformado por 173 adolescentes (32).</p>	<p>se determinó con las curvas de crecimiento según el IMC/Edad, implementadas por el MSP para adolescentes de 10 a 19 años y el nivel de actividad física mediante el PAQ-A. Los resultados obtenidos se tabularon en Microsoft Excel y se analizaron estadísticamente en SPSS. Estos reportaron que el 58% de los adolescentes presentó un estado nutricional normal, sin embargo, 37% presentaron sobrepeso y obesidad. Además, el 36% mantuvo una actividad física normal, 28% moderada y 26% poca. Al relacionar ambas variables, observamos que 54% de adolescentes con un nivel de actividad física entre normal a intensa presentaron un estado nutricional normal y los que practicaron poca actividad, presentaron sobrepeso y obesidad. Además, se encontró una relación estadísticamente significativa entre ambas variables (<math>p=0.000</math>), con lo que se rechaza la hipótesis nula y se concluye que la actividad física influye positivamente sobre el estado nutricional de los adolescentes (32).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas nutricionales</li> <li>▪ Factores propiciantes de problemas nutricionales</li> </ul>	<p>Universidad Nacional de Loja.</p>
--	-----------------------------------	-------------	--	--	---	--------------------------------------

Fuente: Morocho & Pizha (2022)

## DISCUSIÓN

### Problemas nutricionales en Adolescentes

Los problemas nutricionales representan uno de los problemas de mayor preocupación en el ámbito de la salud puesto que a partir de ellos se desencadenan diversas condiciones médicas como: enfermedad coronaria, hipertensión arterial secundaria, diabetes, etc. Es de especial preocupación la adolescencia ya que en esta etapa las personas se encuentran altamente vulnerable a sufrir dichos problemas debido a los cambios que se enfrentan y al entorno. Los diferentes estudios revisados reportan que entre los principales problemas nutricionales presentes entre los adolescentes están la desnutrición por la malnutrición por déficit y por otro lado el sobrepeso y la obesidad por la malnutrición por exceso.

Andrade-Trujillo (14) en su investigación encontró que, en los adolescentes estudiados, la desnutrición prevalecía sobre el sobrepeso y la obesidad. Resultados que coinciden con Terán (30) en cuyo estudio se reportó 27,9% de su población de estudio presentó sobrepeso, un 7,7% obesidad y un 5,3% bajo peso. Un resultado alarmante fue el obtenido por Ramírez Lujerio (31), ya que un alto porcentaje de adolescentes 42,9% tuvieron sobrepeso, 9,5% obesidad, también detectó un 19% de estudiantes con delgadez. Por el contrario, Gonzáles-Jaramillo (26) reportó que el 3,2% de individuos estudiados presentaron sobrepeso y el 5,1% presentaron obesidad tipo I y 18,4% tienen bajo peso.

Así también, Sofía Alcaraz y Patricia Carolina (27) reportó que un 17% de los adolescentes que estudió tienen sobrepeso leve y el 10% se reportó con bajo peso leve. Kumar (31) encontró una mayor prevalencia de delgadez en los varones 31,10 % que en las mujeres 17,90% mientras que en la población estudiada por Cardoso Marrero (17) las tres cuartas partes de individuos con sobrepeso/obesidad fueron varones, de igual manera,

Vélez Jaramillo (15) reportó un mayor rango de obesidad y sobrepeso en los varones. No obstante, la variación de resultados en este aspecto no definió un patrón de relación del problema nutricional con el sexo del adolescente.

María Paz Martínez Guaicha (32), en su estudio realizado en adolescentes estudiantes de Managua, detectaron la presencia de otros problemas nutricionales, así 2% de los estudiantes padecían de megarexia, un 11% de bulimia nerviosa y otro 11% de anorexia nerviosa. Ramírez Lujerio (31) determinó que el 55,6% de su población estudiada identificaron riesgo de presentar trastornos de aspectos alimenticios, riesgo que se relacionó con el sobrepeso relacionado también con la insatisfacción corporal y búsqueda de delgadez en los adolescentes.

Respecto a los factores causantes de estos problemas nutricionales se encontraron coincidencias en que se relaciona con desequilibrios en la ingesta de nutrientes (16). Por un lado, el sobrepeso y obesidad se relacionan con el consumo de comida chatarra (19,21) alimentos ricos en grasas, azúcares y de origen animal (29) además de un bajo nivel o la ausencia de actividad física (19,28,33). Kirkpatrick (22) evaluó si existía una relación entre el IMC y residir en un área rural o urbana y si bien no se encontró una asociación entre estos factores se determinó que los adolescentes en áreas urbanas presentan una mayor ingesta de alimentos pocos saludables.

Luigi Antonio Bravo (19) menciona que los adolescentes suelen pasar solos en casa por lo que no tienen supervisión de un adulto en cuanto a su alimentación siendo vulnerables a verse influenciados por sus amigos hacia conductas alimentarias inadecuadas, es decir les conlleva a tener una alimentación inadecuada como es con comida chatarra o a su vez no recomendada. Las conductas alimentarias se ven afectadas también por la insatisfacción corporal con ciertas prendas de vestir. Dicha insatisfacción

la describe Luigi Antonio Bravo (19) quién menciona una notable preocupación de los adolescentes por su imagen corporal, lo que los lleva a dietas restrictivas y desequilibradas sin una adecuada guía profesional, por ende, también la necesidad de realizar actividades físicas.

Como se puede notar diferentes factores que pueden desencadenar problemas nutricionales en los adolescentes y son ellos en los que se debe enfocar la prevención. González Jaramillo (24) menciona que los programas que presentan mayor efectividad son aquellos que se enfocan en uno o más factores de riesgo, con una orientación cognitivo-conductual abordando las temáticas de alimentación saludable, nutrición, alfabetización mediática, presiones socioculturales y aceptación corporal; haciendo uso además de nuevas tecnologías y siendo interactivos.

Canals (25) menciona que para lograr una educación nutricional efectiva se necesita incorporarla en el curriculum escolar y esto desde los primeros años, siendo primordial de familia, maestros y demás profesionales de la comunidad. Así, Tania Pampillo Castiñeiras (23) presentó resultados positivos al aplicar una idea de instrucción acerca de la nutrición personal desde una perspectiva multidisciplinar basada en métodos descriptivos y transversales que permitan analizar el estado nutricional y los hábitos alimentarios. Basado en estadísticas descriptivas y en encuestas de caracterización.

## CONCLUSIONES

Se determinó que los problemas nutricionales más comunes en los adolescentes de las diferentes investigaciones son la desnutrición, el bajo peso, sobrepeso y la obesidad. No obstante, también se encontraron casos de megarexia, bulimia nerviosa y anorexia nerviosa. El estar conscientes de estas problemáticas permitirá establecer las estrategias adecuadas para enfrentarlas.

Los factores que propician estos problemas comprenden tanto la interacción de los adolescentes con su medio, así como su percepción y satisfacción corporal. La falta de supervisión de un adulto y de una guía profesional respecto a su nutrición propicia el desarrollo de conductas alimentarias inadecuadas por lo que se denota que es necesaria la constante guía por parte de maestros y padres para la adecuada orientación del adolescente.

Sin lugar a duda, el conocimiento acerca de la nutrición humana y una alimentación equilibrada afecta de manera positiva y puede prevenir el desarrollo de estos problemas nutricionales. Es fundamental que se trabajen también el aspecto de aceptación corporal. La manera más efectiva de proveer este conocimiento a los adolescentes es a través de su curriculum escolar, resultando importante que esta educación en nutrición se realice incluso desde edades tempranas y considerando todos los factores influyentes en cada caso.

Resulta de vital importancia que se realicen más estudios respecto a problemáticas como lo son los trastornos de alimentación: anorexia, bulimia, megarexia, vigorexia, ortorexia, etc; debido a los graves efectos tanto en la salud física como mental de quienes los padecen. El profundizar en estas temáticas, así como los demás problemas nutricionales brindará las herramientas para combatirlas.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Quevedo Bolívar PA. La malnutrición: más allá de las deficiencias nutricionales. Trabajo Social. 2019 Jan 1;21(1):219–39.
2. González Natalia. Estado nutricional y su influencia en el rendimiento académico [Internet]. Editorial Inclusión, editor. 2021. Available from: <https://books.google.com.ec/books?id=D7gEAAAQBAJ&pg=PA2&dq=Estado+nutricional+y+su+influencia+en+el+rendimiento+acad%C3%A9mico&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiFn4yj1PH8AhWYfTABHbBgCQIQ6AF6BAgCEAI#v=onepage&q=Estado%20nutricional%20y%20su%20influencia%20en%20el%20rendimiento%20acad%C3%A9mico&f=false>
3. Food and Agriculture Organization. Nutrición y Salud [Internet]. 2018. Available from: <https://www.fao.org/3/am401s/am401s04.pdf>
4. Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Salud Mental del Adolescente. 2021. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
5. Bethesda (MD): Biblioteca Nacional de Medicina (EE. UU.). MedlinePlus [Internet]. Trastornos de la alimentación. 2021. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/eatingdisorders.html>
6. Douma ER, Valente M, Syurina E v. Developmental pathway of orthorexia nervosa: Factors contributing to progression from healthy eating to excessive preoccupation with healthy eating. Experiences of Dutch health professionals. Appetite [Internet]. 2021 Mar;158:105008. Available from: <https://www.sciencedirect.com/sdfe/reader/pii/S2161831322003106/pdf>

7. Herrero Ayuso E, Sainz de Medrano Moreno M, Marín Jerez E, Jimeno García C, Muñoz López A. Vigorexia. Revista Sanitaria de Investigación [Internet]. 2021;2(11). Available from: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/vigorexia/>
8. Jessica Ibarra Mora, Claudio Marcelo Hernández Mosqueira, Carles Ventura Llovera. Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes en Chile. 2019. [Internet].SciELO; 2019. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2174-51452019000400010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452019000400010)
9. Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Salud del adolescente y el joven adulto. 2022. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
10. Fernández Rivas A. Anorexia nerviosa del adolescente y COVID-19: la pandemia colateral. Revista Española de Endocrinología Pediátrica [Internet]. 2021;12(2). Available from: <https://www.endocrinologiapediatrica.org/revistas/P1-E38/P1-E38-S3128-A705.pdf>
11. Asociación TCA Aragón. Asociación TCA Aragón [Internet]. Estadísticas sobre los TCA. 2020. Available from: <https://www.tca-aragon.org/2020/06/01/estadisticas-sobre-los-tca/>
12. Behar Astudillo R. Orthorexia nervosa: A lifestyle phenomenon or the emergence of a new eating disorder? Revista Chilena de Nutrición [Internet]. 2021;48(2):255–65. Available from: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v48n2/0717-7518-rchnut-48-02-0255.pdf>



13. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Rev Esp Cardiol* [Internet]. 2021 Sep;74(9):790–9. Available from: <https://www.sciencedirect.com/sdfe/reader/pii/S0300893221002748/pdf>
14. Andrade-Trujillo CA, Abril-Merizalde DL, Chico-López P del C, Santillán-Mancero ET. Actividad física y su relación con el estado nutricional en niños y adolescentes. *Mikarimin Revista Científica Multidisciplinaria* [Internet]. 2019; Available from: <https://core.ac.uk/download/pdf/288220166.pdf>
15. Vélez Jaramillo V, Santonja Gómez F, Aniento Company F, Soriano del Castillo JM. Antropometría infantil y adolescente en diferentes zonas de la costa y sierra ecuatoriana. In: *Experiencias de mejora de la soberanía alimentaria y la malnutrición: el papel de los recursos y las políticas locales* [Internet]. 2021. p. 19–41. Available from: <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/116394#vpreview>
16. Guerrero Solis Gabriela Elizabeth. Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes, análisis de los datos reportados en la encuesta nacional de Salud y Nutrición, ENSANUT 2012. 2020 [cited 2023 Jun 11];1:1–79. Available from: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20993/1/T-UCES-0006-CME-197-P.pdf>
17. Cardoso Marrero Y, Prieto Cordovés Y, Serrano González LM, Hernández Rodríguez M, González Martínez N. MALNUTRICIÓN POR EXCESO Y MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DE ADOLESCENTES EN LA SECUNDARIA ROBERTO RODRÍGUEZ DE MORÓN. *Morfovirtual* [Internet]. 2020; Available from:

<http://morfovvirtual2020.sld.cu/index.php/morfovvirtual/morfovvirtual2020/paper/download/926/752>

18. Gerbotto M, Paturzo CL. Eating habits and body image perception in a group of adolescents who perform musical comedy. *Diaeta* [Internet]. 2021;38(172):26–40. Available from: <http://www.scielo.org.ar/pdf/diaeta/v38n172/1852-7337-diaeta-38-172-26.pdf>
19. Lic, Luigi Antonio Pilay Bravo, Dr. Roberth Zambrano Santos PhD. Eating habits in adolescents from 13 to 19 years old at the Junín health center in times of pandemic Science [Internet]. 2021 Jan 1;14 (1): e 99–105. Available from: <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/499/1251>.
20. Kumar P, Srivastava S, Chauhan S, Patel R, Marbaniang SP, Dhillon P. Associated factors and socio-economic inequality in the prevalence of thinness and stunting among adolescent boys and girls in Uttar Pradesh and Bihar, India. *PLoS One* [Internet]. 2021 Feb 1;16(2 February). Available from: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0247526>
21. Blunt J, Morris J, Trigg J. Diet and physical activity practices of South Australian adolescents. *Heliyon* [Internet]. 2020 Aug 1;6(8). Available from: [sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844020311701/pdf?md5=4373593d71a50cea718df506bb4055d3&pid=1-s2.0-S2405844020311701-main.pdf](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844020311701/pdf?md5=4373593d71a50cea718df506bb4055d3&pid=1-s2.0-S2405844020311701-main.pdf)
22. Kirkpatrick BM, Yuhas M, Zoellner JM. Exploring differences in adolescent BMI and obesity-related behaviors by urban, suburban, and rural status. *Prev Med Rep* [Internet]. 2022 Oct 1;29. Available from: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2211335522002674?token=1A8F8A2F2A6507B5780CA71A23FA60C10AC5CB837494672F7EC251989C8104F656D>

3767508FB5FB4AC4DAE77503FCB19&originRegion=us-east-1&originCreation=20230329002109

23. Tania Pampillo Castiñeiras, Nadia Arteché Díaz, María Antonieta Méndez Suárez [Internet]. Scielo; 2019 [cited 2023 Mar 29]. Available from: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-31942019000100099](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000100099).
24. González Jaramillo V, Greca IM. Estrategias de prevención desde la escuela: implementación de una propuesta de enseñanza sobre nutrición humana basada en metodologías activas de aprendizaje. *Perspectivas en Nutrición Humana* [Internet]. 2022 Nov 18;24(2):161–77. Available from: <https://www.proquest.com/openview/38c89b36c2ada3a1325c164ef9070acb/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1806350>
25. Canals J, Val VA. Risk factors and prevention strategies in eating disorders. *Nutr Hosp* [Internet]. 2022;39(Ext2):16–26. Available from: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v39nspe2/0212-1611-nh-39-nspe2-16.pdf>
26. González-Jaramillo V, Greca I, González S. Review of the strategies employed in the school setting for the teaching of human nutrition. *Revista Chilena de Nutrición* [Internet]. 2020 [cited 2023 Mar 27];47(3):512–23. Available from: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v47n3/0717-7518-rchnut-47-03-0512.pdf>
27. Sofía Belén Alcaraz- Martínez, Patricia Carolina Velázquez Comelli. Prácticas alimentarias y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo privado subvencionado de la ciudad de Luque en agosto de 2019 [Internet]. 2021. Available from: [http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2664-28912021000200026](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2664-28912021000200026).

28. Cobo Bonilla PG. Factores nutricionales y de actividad física asociados al desarrollo de obesidad infantil exógena en niños y adolescentes de 8 a 14 años en dos Unidades Educativas Municipales del Sur de Quito en el período de febrero a abril de 2019 [Internet]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2019. Available from:  
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/16749/Trabajo%20de%20Titulaci%3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
29. Ordoñez Asanza, Gissella Alexandra, Sanchez Blanchart. Estado nutricional en adolescentes del 12-16 años de edad en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo y su relación con actividad física y hábitos alimenticios durante el período 2019-2020 [Internet]. Universidad Técnica Particular de Loja; 2021. Available from:  
<https://dspace.utpl.edu.ec/handle/20.500.11962/28277>
30. Terán W. Asociación del IMC/edad con el uso de aparatos electrónicos y el comportamiento alimentario en adolescentes de la Unidad Educativa “Juan Montalvo” de la parroquia de Sangolquí [Internet]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2020. Available:  
[http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/18117/TESSIS\\_Ter%3%a1n\\_Wendy\\_Agosto%2005.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/18117/TESSIS_Ter%3%a1n_Wendy_Agosto%2005.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
31. Ramírez Lujerio AJ. Efectos de riesgo de trastornos de conducta alimentaria sobre el estado nutricional en estudiantes del Colegio Marino Adrián Meza Rosales – Amarilis 2019 [Internet]. Universidad de Huánuco; 2019. Available from:  
<http://200.37.135.58/bitstream/handle/123456789/2165/RAM%3%8dREZ%20LUJERIO%2c%20Alicia%20Josselyn.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

32. Martínez Guaicha María Paz. Actividad física y su relación con el estado nutricional en adolescentes de la Unidad Educativa Fisco misional Calasanz. [Internet].2021; Available from: [https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/24138/1/MARIAPAZ\\_MARTINEZGUIACHA-signed-signed-signed.pdf](https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/24138/1/MARIAPAZ_MARTINEZGUIACHA-signed-signed-signed.pdf).

## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA portador de la cédula de ciudadanía N° 0303031900, CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO portador de la cedula de ciudadanía N° 0301895470. En calidad de autores y titulares de los derechos patrimoniales del proyecto de titulación **PROBLEMAS NUTRICIONALES EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconocemos a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizamos además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cañar, 14 de junio del 2023

E:   
.....  
**EDISON JONNATHAN CHUMA PIZHA**  
C.I. 0303031900

F:   
.....  
**CARLOS GILBERTO CALLE MOROCHO**  
C.I. 0301895470