

## Ansiedad y Riesgo de Trastornos Alimentarios En Estudiantes de Enfermería

## Anxiety and Risk of Eating Disorders in Nursing Students

Lizet Avendaño-López<sup>b</sup>; Jenyfer Mendoza Pérez<sup>c</sup>;  
Yeraslin Pérez Paz<sup>d</sup>; José A. Guerrero-Solano<sup>e</sup>; Sheila A. Mendoza-Mojica<sup>f</sup>; Karina I. Casco-Gallardo<sup>a</sup>

**Abstract:**

Objective: To analyze the relationship between anxiety and risk of eating disorders in nursing students at the Escuela Superior de Tlahuelilpan. Method: A quantitative, cross-sectional, descriptive-correlational study with non-probabilistic convenience sampling in 300 students. The Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7) and Eating Attitudes Test (EAT-26) were applied. Results: 72.8% presented mild to moderate anxiety and 48.5% showed high risk of eating disorders. A positive moderate correlation ( $\rho = 0.387$ ,  $p < 0.001$ ) was identified between anxiety and risk of eating disorders. Women presented higher scores in risky eating behaviors ( $U = 5859.50$ ,  $p = 0.018$ ). Conclusion: There is a significant relationship between anxiety and risk of eating disorders, highlighting the need to implement prevention and mental health care programs in university population.

**Keywords:**

Anxiety, eating disorders, nursing students, mental health.

**Resumen:**

Objetivo: Examinar la asociación entre la ansiedad y el riesgo de trastornos alimentarios en estudiantes de enfermería. Método: Estudio cuantitativo, transversal, descriptivo-correlacional, con muestreo no probabilístico por conveniencia en 300 estudiantes. Se aplicaron la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7) y el Eating Attitudes Test (EAT-26). Resultados: El 72.8% presentó ansiedad leve a moderada y el 48.5% mostró alto riesgo de trastornos alimentarios. Se identificó una correlación positiva moderada ( $\rho = 0.387$ ,  $p < 0.001$ ) entre ansiedad y riesgo de trastornos alimentarios. Las puntuaciones más elevadas en cuanto a conductas alimentarias de riesgo las tuvieron las mujeres ( $U = 5859.50$ ,  $p = 0.018$ ). Conclusión: Existe una relación significativa entre ansiedad y riesgo de trastornos alimentarios, destacando la necesidad de implementar programas de prevención y atención en salud mental en población universitaria.

**Palabras Clave:**

Ansiedad, trastornos alimentarios, estudiantes de enfermería, salud mental.

<sup>a</sup> Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | Tlahuelilpan-Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0003-0094-7416>, Email: karina\_casco@uaeh.edu.mx

<sup>b</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | Tlahuelilpan-Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0000-6013-8456>, Email: av475506@uaeh.edu.mx

<sup>c</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | Tlahuelilpan-Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0004-4589-4754>, Email: me477561@uaeh.edu.mx

<sup>d</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | Tlahuelilpan-Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0007-9460-847X>, Email: pe485689@uaeh.edu.mx

<sup>e</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | Tlahuelilpan-Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0002-9331-9509>, Email: jose\_guerrero@uaeh.edu.mx

<sup>f</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | Tlahuelilpan-Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0002-8910-5663>, Email: sheila\_mendoza@uaeh.edu.mx

Fecha de recepción: 28/11/2025, Fecha de aceptación: 23/04/2026, Fecha de publicación: 05/07/2026

## Introducción

La ansiedad constituye una respuesta adaptativa del ser humano ante situaciones percibidas como amenazantes. Sin embargo, cuando su intensidad o frecuencia excede la capacidad adaptativa del individuo, puede convertirse en un trastorno incapacitante que afecta múltiples dimensiones de la vida. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reporta que más de 260 millones de personas padecen trastornos de ansiedad, con estimaciones globales que varían del 3.8% al 25% en diferentes países <sup>(1)</sup>. En México, diversos reportes poblacionales han evidenciado una proporción importante de individuos con sintomatología ansiosa en distintos niveles de severidad <sup>(2)</sup>. De manera paralela, los trastornos de la conducta alimentaria constituyen un problema relevante de salud pública, especialmente en adolescentes y adultos jóvenes, caracterizados por patrones persistentes de alimentación disfuncional que impactan la salud física y psicosocial <sup>(3)</sup>. El riesgo de TCA se refiere a la probabilidad de desarrollar estas patologías, influenciado por factores psicológicos, biológicos y socioculturales <sup>(4)</sup>. En el contexto universitario,

## Método

### Diseño de investigación:

Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo y alcance descriptivo-correlacional <sup>(9)</sup> de corte transversal y retrospectivo <sup>(10)</sup>.

### Población y muestra:

El universo de estudio estuvo conformado por 539 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la Escuela Superior de Tlahuelilpan. Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia <sup>(11)</sup>, con una muestra de 300 estudiantes de primero a séptimo semestre.

### Instrumentos:

Para la medición de la ansiedad se utilizó la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7) (38,39), que consta de 7 ítems evaluados mediante una escala Likert de 4 puntos (0: "nunca" a 3: "casi todos los días"). La puntuación total varía de 0 a 21 y se clasifica en los siguientes niveles: ausencia de ansiedad (0-4), leve (5-9), moderada (10-14) y severa (15-21). El instrumento mostró una consistencia interna aceptable en población mexicana con un coeficiente alfa de Cronbach de ( $\alpha=0.82$ ). El riesgo de trastornos alimentarios se evaluó mediante el Cuestionario de Actitudes Alimentarias (EAT-26) <sup>(12)</sup>, que contiene 26 preguntas con opciones de respuesta tipo Likert de seis categorías. La puntuación total  $\geq 20$  indica riesgo de trastorno alimentario. Presenta una validez de Cronbach de ( $\alpha=0.93$ ). Se subdivide en 3 subescalas básicas: Dieta (1,6,7,10,11,12,14,16,17,22,23,24,26) Bulimia y preocupación por la comida (3,4,9,18,21,25) Control oral (2,5,8,13,15,19,20).

particularmente en estudiantes de enfermería, confluyen factores académicos, emocionales y sociales —como la sobrecarga académica, la exposición constante al sufrimiento humano y las altas demandas de desempeño— que incrementan la vulnerabilidad tanto a la ansiedad como a conductas alimentarias de riesgo <sup>(5)</sup>. Sandoval y González (2021) reportaron que el 48.5% de estudiantes de enfermería presentaba alto riesgo de alterar su conducta alimentaria normal, mientras que el 14.7% presentaba ansiedad severa y el 72.8% ansiedad leve y moderada <sup>(6)</sup>. De manera similar, Bautista et al. (2023) encontraron que el 20.1% de estudiantes universitarios estaban en riesgo de presentar TCA durante la pandemia por COVID-19, con predominio de niveles moderados (32.2%) y severos (24.3%) de ansiedad <sup>(7)</sup>. El modelo de adaptación de Callista Roy proporciona un marco teórico relevante para comprender esta problemática, al conceptualizar a la persona como un sistema adaptativo en constante interacción con su entorno. Desde esta perspectiva, la ansiedad puede entenderse como un estímulo focal que afecta los modos de adaptación fisiológico y de autoconcepto, manifestándose en conductas alimentarias alteradas como mecanismo de afrontamiento <sup>(8)</sup>.

## Procedimiento:

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Escuela Superior de Tlahuelilpan. Se obtuvo el consentimiento informado por escrito de todos los participantes, en cumplimiento con la Declaración de Helsinki y la Ley General de Salud en sus artículos 13,14,20,21 y 22. Este estudio fue clasificado como sin riesgo, de acuerdo con la NOM-012-SSA3-2012 <sup>(13)</sup>, ya que no se realizó intervención alguna en los participantes se garantizó la confidencialidad de la información.

## Análisis estadístico:

Los datos se procesaron mediante el programa SPSS versión 27. Se utilizó estadística descriptiva (frecuencias, porcentajes, medias y desviación estándar) para caracterizar la muestra. La normalidad de los datos se evaluó con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual indicó una distribución no paramétrica ( $p<0.001$ ) para todas las variables. En consecuencia, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para evaluar la asociación entre la ansiedad y el riesgo de trastornos alimentarios.

## Resultados

La muestra estuvo integrada principalmente por mujeres (82.7%,  $n=248$ ). La edad de los participantes se encontró en un rango de 18 a 33 años, con una media de 20.29 años ( $DE=2.069$ ). En cuanto a la distribución por semestres, el primer semestre concentró el mayor porcentaje de estudiantes (22.0%), seguido por cuarto semestre (20.7%) y quinto semestre (19.3%).

Respecto al nivel socioeconómico, la mayoría de los estudiantes (89.0%) se ubicó en el nivel medio, mientras que el 10.0% correspondió al nivel bajo y solo el 1.0% al nivel alto. En relación con el estado civil, el 98.0% de la población reportó ser soltera.

En cuanto a los niveles de ansiedad medidos con la escala GAD-7, se identificó que el 55.3% de los estudiantes presentaba síntomas de ansiedad leve, mientras que el 22.7% mostraba síntomas moderados y el 8.3% ansiedad severa. Solamente el 13.7% de la población no reportó síntomas significativos de ansiedad.

Respecto al riesgo de trastornos de la alimentación evaluado mediante el EAT-26, se encontró que el 28.3% de los estudiantes (85 participantes) obtuvo una puntuación igual o

superior a 20 puntos, lo que indica riesgo significativo de desarrollar un trastorno alimentario. La subescala de Dieta fue la que mostró puntuaciones más elevadas en comparación con las subescalas de Bulimia y Control oral.

El análisis de correlación de Spearman reveló una relación positiva y estadísticamente significativa entre la ansiedad y el riesgo de trastornos de la alimentación, así como con las dimensiones del instrumento.

Tabla 1. Correlación de Spearman

Variable	1	2	3	4	5
1. Ansiedad	1	r=.387** p=<0.001	r=.332** p=<0.001	r=.349** p=<0.001	r=.243** p=<0.001
2. Riesgo TCA		1	r=.920** p=<0.001	r=.674** p=<0.001	r=.669** p=<0.001
3. Dimensión Dieta			1	r=.588** p=<0.001	r=.421** p=<0.001
4. Dimensión Bulimia y preocupación por la comida				1	r=.247** p=<0.001
5. Dimensión Control Oral					1

Análisis estadístico SPSS v.27. Elaboración propia 2025.

Esta correlación sugiere que a medida que aumentan los niveles de ansiedad, también se incrementa el riesgo de presentar conductas alimentarias alteradas.

Al analizar las subescalas del EAT-26<sup>(14)</sup> se observó que la ansiedad presentaba una correlación moderada con la subescala de Dieta (rho= 0.332, p < 0.001) y una correlación moderada pero igualmente significativa con la subescala de Bulimia (rho= 0.349, p < 0.001) y control oral (rho= 0.243, p < 0.001).

### Diferencias por género

Al comparar las variables por género, se identificó que las mujeres presentaron puntuaciones significativamente más altas en riesgo de trastornos de la alimentación (U = 5859.50, p = 0.018) y en la subescala de preocupación por la comida (U = 5459.00, p = 0.011) en comparación con los hombres. o obstante, no se observaron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en los niveles globales de ansiedad (U = 5730.00, p = 0.086).

### Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre ansiedad y riesgo de trastornos de la alimentación en estudiantes de enfermería, hipotetizando que existiría una relación significativa entre estas variables. Los hallazgos obtenidos confirman esta hipótesis, revelando una correlación positiva y moderada (rho = 0.387, p < 0.001) que sugiere que a medida que aumentan los niveles de ansiedad, se incrementa el riesgo de desarrollar conductas alimentarias alteradas.

Estos resultados concuerdan con lo reportado por Bautista et al. <sup>(7)</sup> en su estudio transversal durante la pandemia por COVID-19, donde se identificó una correlación significativa entre ansiedad y trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes universitarios. De igual forma, Sandoval y González encontraron que el 48.5% de estudiantes de enfermería con ansiedad presentaban alto riesgo de alterar su conducta alimentaria normal, lo que refuerza la interrelación entre estas variables en poblaciones similares.

Al analizar las subescalas del EAT-26, se observó que la ansiedad mostró una correlación más fuerte con la subescala de Dieta (rho = 0.332) en comparación con la subescala de Bulimia (rho = 0.349). Este hallazgo es consistente con lo reportado por León Hernández et al. quienes identificaron la ansiedad como predictor significativo de trastornos alimentarios en población universitaria mexicana, particularmente en conductas restrictivas y de control dietético.

En cuanto a la distribución de los niveles de ansiedad, se identificó que el 55.3% de los estudiantes presentaba ansiedad leve y el 22.7% ansiedad moderada. Estas cifras son notablemente inferiores a las reportadas por Savitsky et al. en estudiantes de enfermería israelíes durante la pandemia, donde el 42.8% presentaba ansiedad grave. Esta discrepancia podría explicarse por diferencias contextuales y metodológicas entre los estudios.

En relación con el riesgo de trastornos alimentarios, el 28.3% de la muestra obtuvo puntuaciones indicativas de riesgo. Este porcentaje es superior al 20.1% reportado por Bautista et al. en universitarios mexicanos, pero inferior al 48.5% identificado por Sandoval y González en estudiantes de enfermería de Puebla. Estas variaciones podrían atribuirse a diferencias en las características de las poblaciones estudiadas y en los periodos de evaluación.

Un hallazgo relevante fue la identificación de diferencias significativas por género en el riesgo de trastornos alimentarios, con mayor afectación en mujeres. Este resultado coincide con lo reportado por múltiples investigaciones, incluyendo el estudio de Vilchis et al. <sup>(15)</sup>, que atribuyen esta diferencia a la mayor presión sociocultural hacia el ideal de

delgadez en la población femenina.

La relación identificada entre ansiedad y riesgo de trastornos alimentarios sustenta la importancia de implementar estrategias de detección temprana y programas de intervención en el ámbito universitario, particularmente en carreras de salud donde los estudiantes enfrentan altos niveles de estrés académico.

## Conclusiones

Existe una correlación positiva moderada estadísticamente significativa entre ansiedad y riesgo de trastornos alimentarios en estudiantes de enfermería, indicando que a mayor nivel de ansiedad, mayor probabilidad de presentar conductas alimentarias alteradas.

Aunque el puntaje promedio de riesgo de TCA se encuentra por debajo del punto de corte establecido, un subgrupo significativo (48.5%) de la población presenta alto riesgo de alterar su conducta alimentaria normal, requiriendo atención preventiva.

No se identificaron diferencias significativas por género en los niveles de ansiedad, pero sí en conductas alimentarias de riesgo, con mayores puntuaciones en mujeres, lo que refleja la influencia de factores socioculturales diferenciados.

Los resultados respaldan la utilidad del modelo de adaptación de Callista Roy para comprender la relación entre ansiedad y conductas alimentarias en contexto universitario, conceptualizando la ansiedad como estímulo focal que afecta los modos de adaptación.

Se evidencia la necesidad de implementar programas integrales de salud mental en escuelas de enfermería, incorporando estrategias de detección temprana, intervención psicológica y promoción de hábitos alimentarios saludables.

## Referencias

1. Organización Mundial de la Salud. Trastornos de ansiedad [Internet]. 2023 [citado 27 abr 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/anxiety-disorders>
2. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) 2021 [Internet]. 2021 [citado 27 abr 2024]. Disponible en: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBIARE\\_2021.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBIARE_2021.pdf)
3. Suárez Jaramillo LA, Céspedes Martínez VA, Claros Benítez DI, et al. Trastornos alimenticios en adolescentes y jóvenes adultos [Internet]. 2020 [citado 27 abr 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uceva.edu.co/bitstream/handle/20.500.12993/1528/T00031715.pdf>
4. León Hernández R, Del Ángel-García JE, Díaz-Ramírez A, et al. Factores psicológicos predictores del riesgo de trastorno alimentario en población mexicana. Rev Puertorriquena Psicol [Internet]. 2023 [citado 27 abr 2024];34(2):168–79. Disponible en: <https://repsasppr.net/index.php/reps/article/view/820>
5. Savitsky B, Findling Y, Erell A, Hendel T. Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. Nurse Educ Pract [Internet]. el 1 de julio de 2020 [citado el 5 de octubre de 2024];46. Disponible en: [https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471595320303371?ref=pdf\\_download&fr=RR-2&rr=8ce77637ea9b2cbb](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471595320303371?ref=pdf_download&fr=RR-2&rr=8ce77637ea9b2cbb)
6. González Negrete D, Sandoval Ortiz S. Ansiedad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes de licenciatura en enfermería de una universidad privada del estado de Puebla en el año 2020 [Internet]. Universidad De Las Américas Puebla Escuela De Ciencias Departamento De Ciencias De La Salud; 2021. Disponible en: [https://caterina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lef/gonzalez\\_negrete\\_dl/etd\\_2051020622482.pdf](https://caterina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lef/gonzalez_negrete_dl/etd_2051020622482.pdf)
7. Bautista Jacobo A, González Lomelí D, González Valencia DG, Vázquez Bautista MA. Eating disorders and anxiety in students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. Nutr Clin Diet Hosp [Internet]. 2023 [citado 27 abr 2024];43(2):97–105. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/368/299>
8. Alligood MRaile, Tomey AMarriner. Modelos y teorías en enfermería. 2018 [citado el 9 de septiembre de 2024];616. Disponible en: [https://books.google.com/books/about/Modelos\\_y\\_teor%C3%A1Das\\_en\\_enfermer%C3%ADa.html?hl=es&id=nlpGdWAAQBAJ](https://books.google.com/books/about/Modelos_y_teor%C3%A1Das_en_enfermer%C3%ADa.html?hl=es&id=nlpGdWAAQBAJ)
9. Grove SK, Gray JR. Investigación en enfermería Desarrollo de la práctica enfermera basada en la evidencia [Internet]. 7a ed. Elsevier; 2023. Disponible en: [https://books.google.com/books?id=OKiDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com/books?id=OKiDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
10. Hernández Sampieri Roberto, Fernández Collado Carlos, Baptista Lucio Pilar. Metodología de la investigación [Internet]. 4a ed. McGraw-Hill; 2006. 850 p. Disponible en: <http://repositorio.ucsh.cl/bitstream/handle/ucsh/2792/metodologia-de-la-investigacion.pdf?sequence=1>
11. Carrillo Cervantes Ana Laura, Cortes Montelogo Diana Berenice. Bioestadística: Guía para un programa académico [Internet]. 2023. Disponible en: [https://tddf0ba6-dda4-4b29-8584-6142831cf6bb.usrfiles.com/ugd/fddf0b\\_fe955cefef0845cb836120bdb647f89e.pdf](https://tddf0ba6-dda4-4b29-8584-6142831cf6bb.usrfiles.com/ugd/fddf0b_fe955cefef0845cb836120bdb647f89e.pdf)
12. Pérez Polanco P, Montano Zetina LM. Estudio Del Riesgo De Presentar Trastornos Alimentarios En Un Grupo De Estudiantes De Licenciatura Y Posgrado De Instituciones Mexicanas. Revista Espacio I+D Innovación más Desarrollo [Internet]. el 1 de junio de 2020;9(23):54–68. Disponible en: <https://www.espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/215/719>
13. Diario Oficial de la Federación. Norma Oficial Mexicana NOM-012-SSA3-2012, que establece los criterios para la ejecución de proyectos de investigación para la salud en seres humanos [Internet]. 2013 [citado 16 abr 2025]. Disponible en: [https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5284148](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5284148)
14. León Hernández R, Del Ángel-García JE, Díaz-Ramírez A, Platas Acevedo S, Guzmán Saldaña RME. Factores psicológicos predictores del riesgo de trastorno alimentario en población mexicana. Rev Puertorriquena Psicol [Internet]. 2023 [citado 27 abr 2024];34(2):168–79. Disponible en: <https://repsasppr.net/index.php/reps/article/view/820>
15. Vilchis Gutiérrez HJ, Guadarrama Guadarrama R, Bautista Rodríguez ML, Veyta López M, Robles Estrada E. Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y exceso de control en estudiantes de psicología de una universidad pública del Estado de México. Rev Mex Trastor Aliment [Internet]. 2025 [citado 27 abr 2024];15(1):24–31. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/trastornos/mta-2025/mta251c.pdf>