

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO



CARRERA ENFERMERÍA

**PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA
DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA
UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACocha EN EL
PERIODO ABRIL –AGOSTO DEL 2023.**

**INFORME DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE TÉCNICOS EN LA CARRERA DE ENFERMERÍA**

AUTORES:

Mori Ramírez Jhoselyn Nikool

Paute Pauta Yaleny Patricia

DIRECTORA:

Lic. Brito Tamayo Paula Cecibel

Loja, 10 de noviembre 2023

Certificación

Lic. Paula Cecibel Brito Tamayo

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN

CERTIFICA:

Que he supervisado el presente proyecto de investigación titulado: “**PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACocha EN EL PERIODO ABRIL –AGOSTO DEL 2023.**”, el mismo que cumple con lo establecido por el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano; por consiguiente, autorizo su presentación ante el tribunal respectivo.

Loja, 10 de noviembre del 2023

Lic. Paula Cecibel Brito Tamayo

C.I.: 1150480976

Declaración juramentada

Loja, 10 de noviembre del 2023

Nombres: Jhoselyn Nikool

Apellidos: Mori Ramírez

Cédula de Identidad: 1105420564

Carrera: Enfermería

Semestre de ejecución del proceso de titulación: abril – agosto 2023

Tema de proyecto de investigación de fin de carrera con fines de titulación:

“PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACocha EN EL PERIODO ABRIL – AGOSTO DEL 2023.”

En calidad de estudiante del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja;

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.
2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentada no atenta contra derechos de terceros.

4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente dispuesta por la LOES y sus respectivos reglamentos y del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de la ciudad de Loja.

Firma:

Jhoselyn Mori
C.I: 1105420564

Declaración juramentada

Loja, 10 de noviembre del 2023

Nombres: Yaleny Patricia

Apellidos: Paute Pauta

Cédula de Identidad: 1105608747

Carrera: Enfermería

Semestre de ejecución del proceso de titulación: abril – agosto 2023

Tema de proyecto de investigación de fin de carrera con fines de titulación:

“PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACocha EN EL PERIODO ABRIL – AGOSTO DEL 2023.”

En calidad de estudiante del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja;

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.
2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentada no atenta contra derechos de terceros.

4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente dispuesta por la LOES y sus respectivos reglamentos y del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de la ciudad de Loja.

Firma:

Yaleny Paute
C.I: 1105608747

Dedicatoria

En el transcurso de mi vida me he encontrado con aquellas personas que me han acompañado durante mis estudios, donde experimente diversas experiencias tanto en el ámbito social como académico, a los mismos que espero encontrarlos en algún momento de mi vida porque son personas importantes para mí, por otro lado, también encontrarme personas que puedan formar parte de mis futuros estudios y logros tanto en el ámbito laboral, social y académico.

También dedicar especialmente a mi querida madre Tania Mireya Pauta Benítez a mis tíos Nancy Pauta y Juan Carlos Matalio Ruiz por haberme apoyado en todo momento. Por sus consejos, por confiar en mí por siempre motivarme. Se los dedico de todo corazón gracias a ustedes estoy culminando mis estudios por lo cual me siento muy agradecida y también gracias a todos los que me brindaron su ayuda en este proyecto.

Yaleny Patricia Pauta Pauta

Dedicatoria

Durante este ciclo de mi vida he encontrado a personas que me han ayudado en el transcurso de mis estudios, donde la experiencia brindada por parte de las personas allegadas fueron una experiencia muy única y especial, por lo que espero volver a encontrarme con ellos y seguir compartiendo momentos inolvidables.

Esta va dedicada especialmente a mis padres Sandro Mori y Sonia Ramírez quienes me han apoyado incondicionalmente para llegar a esta instancia de mis estudios y por brindarme su confianza cada momento de mi vida, ya que ellos siempre han estado presentes para guiarme cada vez que he tropezado, también a mis hermanos Evelin, Daniel y Luan por siempre estar presentes en cada momento vivido.

Jhoselyn Nikool Mori Ramírez

Agradecimiento

Agradecido por el apoyo incondicional que he recibido a lo largo de mi carrera, gracias a dios y a mi familia por apoyarme en cada decisión y proyecto. Gracias a la vida porque cada día me muestra que nunca es tarde para estudiar y que cuando nos proponemos si podemos lograr nuestros sueños.

Gratitud total a mi madre Tania Mireya Pauta y mis tíos Nancy Pauta y Juan Carlos Mátalo Ruiz quienes ha sido el pilar fundamental de mi vida y a quienes reconozco como las personas más importantes que han estado apoyándome incondicionalmente en esta etapa tan importante de mi vida

Un agradecimiento a todos los docentes especialmente los de la carrera de enfermería quienes han estado a lo largo de mi formación académica, por quienes hoy estoy presentando el proyecto de grado de tercer nivel y un agradecimiento especial a todos los docentes de ISTS quienes gracias a ellos hoy estoy culminando mis estudios superiores.

Un cordial agradecimiento y gratitud total a la Lcda. Paula Cecibel Brito quien a ha estado presente en mi desarrollo profesional, ha sido tolerante demostrando capacidad profesional y social ante todos los estudiantes y culminando como tutor de grado de mi proyecto, dándole mi total respeto y aprecio a ella.

Yaleny Patricia Paute Pauta

Agradecimiento

Primeramente, agradecerle a Dios por sus bendiciones y llenarme de fuerzas para vencer todos los obstáculos, a mis padres Sandro Mori y Sonia Ramírez y a mis hermanos Evelin, Daniel y Luan, quienes me han apoyado para llegar a esta estancia de mis estudios, ya que siempre han estado presentes para apoyarme incondicionalmente y la confianza brindada en cada momento de mi vida. Gracias por su cariño y por tener la confianza de que su hija lo iba a lograr, por otro lado, gracias por siempre motivarme a seguir adelante, y reconozco que sin ustedes esto no sería posible ya que han sido un pilar fundamental para culminar mis propósitos, también agradecer a mis familiares por los consejos.

Agradecerles a todas las personas que fueron partícipes de este proceso para poder convertirme en un ser profesional en lo que me gusta, gracias a cada maestro que fue partícipe y ayudarme con su granito de arena para culminar este proceso de formación.

Agradecida por cada por cada momento especial, que perdure no solo en la mente de las personas que agradecí, sino también en quienes invirtieron para que esto se haga posible, también a la Lic. Paula Cecibel Brito por acompañarnos en este último proceso de titulación, por tenernos la paciencia y la dicha de guiarnos con su capacidad profesional y demostrar que es una gran responsable en todo muchas gracias.

Jhoselyn Nikool Mori Ramírez

Acta de cesión de derechos

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DE FIN DE CARRERA

Conste por el presente documento la Cesión de los Derechos de proyecto de investigación de fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA. - Por sus propios derechos; La Lic. Paula Cecibel Brito Tamayo, en calidad de Director del proyecto de investigación de fin de carrera; y, Jhoselyn Nikool Mori Ramírez y Yaleny Patricia Paute Pauta, en calidad de autor del proyecto de investigación de fin de carrera; mayores de edad emiten la presente acta de cesión de derechos

SEGUNDA. - Jhoselyn Nikool Mori Ramírez y Yaleny Patricia Paute Pauta, realizaron la Investigación titulada “PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACocha EN EL PERIODO ABRIL –AGOSTO DEL 2023.”; para optar por el título de Técnico Superior en Enfermería, en el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja, bajo la dirección de la Lic. Paula Cecibel Brito Tamayo.

TERCERA. - Es política del Instituto que los proyectos de investigación de fin de carrera se apliquen y materialicen en beneficio de la comunidad.

CUARTA. - Los comparecientes la Lic. Paula Cecibel Brito Tamayo, en calidad de Director del proyecto de investigación de fin de carrera y Jhoselyn Nikool Mori Ramírez y Yaleny Patricia Paute Pauta como autor, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos de proyecto de investigación de fin de carrera titulado “Propuesta

de prevención de trastornos de conducta alimentaria dirigida a los estudiantes” a favor del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja; y, conceden autorización para que el Instituto pueda utilizar esta investigación en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

QUINTA. - Aceptación. - Las partes declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos.

Para constancia suscriben la presente cesión de derechos, en la ciudad de Loja, en el mes de octubre del año 2023.

Lic. Paula Cecibel Brito Tamayo

DIRECTORA

C.I: 1150480976

Jhoselyn Mori

C.I: 1105420564

Yaleny Paute

C.I: 1105608747

Índice de contenido

Certificación.....	I
Declaración juramentada	II
Declaración juramentada	IV
Dedicatoria.....	VI
Dedicatoria.....	VII
Agradecimiento.....	VIII
Agradecimiento.....	IX
Acta de cesión de derechos.....	X
Índice de contenido.....	11
Índice de figuras.....	14
Índice de tablas	15
Resumen.....	16
Abstract.....	17
Problemática	18
Tema	20
Justificación	21
Objetivos.....	23
6.1 Objetivo general.....	23
6.2 Objetivos específicos.....	23
Marco teórico.....	24
7.1 Marco Institucional	24
7.2 Marco Conceptual	28

	12
7.3 Principales trastornos alimenticios.....	29
Diseño Metodológico.....	34
8.1 Métodos.....	34
8.2 Técnicas de investigación.....	36
8.3 Determinación del universo u de la muestra para el estudio.....	37
Análisis de resultados.....	38
Propuesta de plan de acción.....	59
10.1 Introducción de la propuesta de acción.....	59
10.2 Título de la guía.....	59
10.3 Beneficios de la guía.....	60
10.4 Análisis geográfico.....	60
10.5 Estructura de la guía.....	60
10.6 Presupuesto de la guía.....	61
Conclusiones.....	62
Recomendaciones.....	63
Bibliografía.....	64
Anexos.....	67
14.1 Anexo 1: Encuesta.....	67
14.2 Anexo 2: Certificación del proyecto en el colegio.....	70
14.3 Anexo 3: Certificación de aprobación para la realización de las encuestas.....	71
14.4 Anexo 4: Oficio de apertura del proceso de titulación.....	73
14.5 Anexo 5: Presupuesto.....	75
14.6 Anexo 6: Cronograma.....	76

14.7	Anexo 7: Evidencia fotográfica.....	78
14.8	Anexo 8: Certificado de Abstract.....	81

Índice de figuras

Figura 1	Identidad del colegio Maristas de Catacocha.	24
Figura 2	Ubicación de la parroquia urbana Catacocha.	24
Figura 3	Organigrama	27
Figura 4	Comidas principales	38
Figura 5	Tipos de alimentos consumidos.....	40
Figura 6	Preparación más habitual de los alimentos.....	41
Figura 7	Cuanto tiempo te encuentras normalmente satisfecho.	43
Figura 8	Comen en exceso.....	44
Figura 9	Apariencia física importante.....	46
Figura 10	Período de tiempo sin comer	47
Figura 11	Comer demasiado y provocarse el vómito	49
Figura 12	Medicamentos para controlar su peso	50
Figura 13	Consumo de agua al día.....	52
Figura 14	Qué harías para cuidar tu cuerpo	53
Figura 15	Hacer ejercicio.....	55
Figura 16	Evitar un alimento y porque lo hace.....	56
Figura 17	Trastornos alimenticios	58
Figura 18	Realización de encuestas	78

Índice de tablas

Tabla 1 Estudiantes de la Unidad educativa Fiscomisional Marista de Catacocha	37
Tabla 2 Comidas principales	38
Tabla 3 Tipos de alimentos consumidos	39
Tabla 4 Preparación más habitual de los alimentos	41
Tabla 5 Cuanto tiempo normalmente te encuentras satisfecho	42
Tabla 6 Comen en exceso.	44
Tabla 7 Apariencia física importante	45
Tabla 8 Período de tiempo sin comer.....	47
Tabla 9 Comer demasiado y provocarse el vómito	48
Tabla 10 Medicamentos para controlar su peso	50
Tabla 11 Consumo de agua al día	51
Tabla 12 Qué harías para cuidar tu cuerpo.....	53
Tabla 13 Hacer ejercicio	54
Tabla 14 Evitar un alimento y porque lo hace.	56
Tabla 15 Trastornos alimenticios	57
Tabla 16 Presupuesto de la guía.....	61
Tabla 17 Presupuesto de proyecto.....	75
Tabla 18 Cronograma de actividades.....	76

Resumen

En la actualidad los estudiantes tienen preocupaciones exageradas con respecto a la comida, el peso y la imagen corporal que muestran, esto trae como consecuencia un riesgo para la salud tanto física como mental. El presente estudio de investigación tuvo como objetivo elaborar una propuesta para la prevención de trastornos de conducta alimentaria, dirigida a los estudiantes de Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha. Por ello se elaboró una guía de prevención, para fomentar el cuidado de la salud y mantengan su correcta alimentación. La población estuvo constituida por los alumnos antes mencionados de la institución, de ella se tomó una muestra de 81 estudiantes de tercero de bachillerato. El instrumento utilizado son encuestas y la aplicación del cuestionario desorden de comer (EDE). Los resultados fueron procesados y tabulados a través de la herramienta Microsoft Excel para establecer el nivel de conocimiento que poseen los jóvenes acerca de los trastornos de conducta alimentaria. Por lo cual realizamos la comparación y se observó que los estudiantes el 35% no tienen conocimiento sobre el tema antes mencionado. En conclusión, la aplicación correcta sobre los conocimientos de trastornos de conducta alimentaria es beneficiosa de forma general en los estudiantes.

Palabras clave: trastornos, alimentación y estudiantes.

Abstract

Currently, students have exaggerated concerns regarding food, weight and the body image they show, which results in a risk to both physical and mental health. The objective of this research study was to develop a proposal for the prevention of eating disorders, aimed to students of the "Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha". For this reason, a prevention guide was developed to promote health care and maintain proper nutrition. The population was made up of the aforementioned students of the institution, from which a sample of 81 third-year high school students was taken. The instrument used are surveys and the application of the eating disorder questionnaire (EDE).

The results were processed and tabulated through the Microsoft Excel tool to establish the level of knowledge that young people have about eating disorders. Therefore, it was made the comparison and observed that 35% of the students do not have knowledge about the aforementioned topic. In conclusion, the correct application of knowledge about eating disorders is generally beneficial for students.

Keywords: disorders, eating and students.

Problemática

Los trastornos de la conducta alimentaria, son considerados como patologías psiquiátricas que se caracterizan por una alteración en la cantidad y forma de comer, acompañada de una exagerada preocupación respecto a la comida, el peso y la imagen corporal que trae como consecuencia un riesgo para la salud tanto física como mental de un individuo.

En los estudios realizados para determinar este tipo de trastornos alimenticios, se ha encontrado que la edad de inicio, está entre los 12 y 25 siendo la edad más crítica entre 14 y 19 años, catalogándose la adolescencia una etapa de alto riesgo para padecerlos. Además, se ha hecho más evidente en el sexo femenino en aproximadamente el 90% de los casos, mientras que en el sexo masculino oscila entre el 5% hasta el 10%. (Méndez, 2023)

La existencia de otros posibles problemas, que se adjuntan al potencial desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria hace imprescindible la búsqueda de adolescentes enfermos. Muchos de estos problemas inician desencadenados por factores económicos, afectivos, sociales y culturales, que culminan en la presencia de trastornos de la conducta, como; ansiedad y depresión, que empujan al adolescente a la despersonalización y a la búsqueda de una imagen perfecta para lograr la aceptación de la sociedad, destacando la importancia de identificar estos problemas que representan mayor riesgo, evitando las complicaciones que traen consigo los trastornos de la conducta alimentaria. (Cánovas, 2005).

Para realizar el diagnóstico de un trastorno de conducta alimentaria se requiere un alto índice de sospecha por parte del médico, lo que, en conjunto con una anamnesis acuciosa, ayuda a evitar el retraso del diagnóstico. Es sabido que el comienzo de este tipo

de patología suele ser insidioso y con frecuencia pasa desapercibido en la familia o en el sistema escolar. De aquí la importancia de una detección temprana, antes que el trastorno se instale con sus consecuentes complicaciones médicas, ya que el inicio de tratamiento oportuno mejora la respuesta y el pronóstico. (María Loreto Correa et al., 2006)

Por tal razón, se plantea determinar el nivel de conocimiento sobre los trastornos de conducta alimentaria y su prevención, mediante la aplicación de encuestas individualizadas a los estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha para así desarrollar una guía de prevención durante el periodo 2023.

Tema

Propuesta de prevención de trastornos de conducta alimentaria dirigida a los estudiantes de Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha en el periodo abril – agosto del 2023.

Justificación

El presente proyecto de investigación se basa en la línea 5 prevenciones, protección y fomento del cuidado de salud enmarcada dentro de la Sublínea trastornos nutricionales, en virtud de que la investigación va centrada en determinar los problemas de trastornos de conducta alimentaria, Debido a que en gran parte de nuestra sociedad, principalmente en los jóvenes, han incrementado de una manera exorbitante los índices de trastornos de conducta alimentaria, es por eso que necesario que revisemos el conocimiento que tienen los alumnos de estos problemas para poder tomar una postura de prevención; intentar disminuir la gran cantidad de personas que caen en estos padecimientos o crear una cultura que se enfoque principalmente en la prevención.

La siguiente investigación es un requisito esencial para obtener el título profesional de Técnico Superior en Enfermería, con motivo de que permite concientizar los conocimientos sobre los trastornos de conducta alimentaria, en la actualidad la tendencia hace el perfeccionismo, la baja autoestima, puede hacer que se dé un gran valor de importancia al aspecto físico y que se busque el cuerpo perfecto de acuerdo a lo que imponga la sociedad, una de las características individuales que presentas son el temor a ganar peso, la distorsión de su imagen corporal y la negativa a perder su figura que va acompañada del estado de animo de las personas que lo padecen.

En vista que es necesario que revisemos el conocimiento que tienen los jóvenes con respecto a estos problemas, así poder prevenir e intentar disminuir la gran cantidad de jóvenes que caen en estos padecimientos alimenticios o a la vez crear una cultura que se enfoque principalmente en los trastornos de conducta alimentaria.

Según fuentes de información, permiten evidenciar que en la ciudad de Loja en la parroquia urbana de Catacocha es necesario el conocimiento de los riesgos que tienen los

adolescentes de presentar algún tipo de trastorno alimentario específicamente de anorexia y bulimia, es de mucha relevancia pues permitirá adoptar medidas para evitar que se desarrollen estas patologías.

Frente al factor que subsiste cada día, poniendo en riesgo a todos los jóvenes especialmente los adolescentes por falta de orientación, información y comunicación se determinó que el siguiente proyecto de investigación, es muy importante porque ayudaría a los jóvenes a conocer más sobre los problemas alimenticios que existen en la actualidad.

Se ha considerado que el presente proyecto de investigación tiene un valor relevante, puesto que permite aportar con mayor conocimiento acerca del riesgo de los trastornos de conducta alimentaria, el cual permitirá brindar un adecuado cuidado a personas con este tipo de trastornos y desempeñarnos efectivamente en un área de trabajo como enfermeras del mañana.

Objetivos

6.1 Objetivo general

Elaborar una propuesta para la prevención de trastornos de conducta alimentaria dirigida a los estudiantes de Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha a través de la aplicación del examen de desorden del comer (S-EDE-Q) y encuesta para obtener los resultados alimenticios para elaborar una guía de prevención.

6.2 Objetivos específicos

- Establecer el nivel de conocimiento que poseen los jóvenes acerca de los trastornos de conducta alimentaria mediante la aplicación del test de desorden del comer (S-EDE-Q) y encuestas para conocer su situación actual.
- Recopilar información bibliográfica a través de diversas fuentes, como revistas, guías públicas y artículos científicos, para educar correctamente a los estudiantes sobre prevención de los trastornos de conducta alimentaria con el correcto análisis de los principales factores de riesgo involucrados.
- Desarrollar una guía informativa para los estudiantes con información detallada sobre los trastornos de conducta alimentaria y sus estrategias de prevención por medio de revisión de encuestas previas que se han realizado a los estudiantes, para brindar una información más precisa y relevante.
- Socialización de guía a los estudiantes de la unidad educativa Fiscomisional Maristas, para que mantenga su correcta alimentación en el transcurso de su vida diaria.

Marco teórico

7.1 Marco Institucional

7.1.1 *Reseña histórica de la Unidad Educativa*

Figura 1

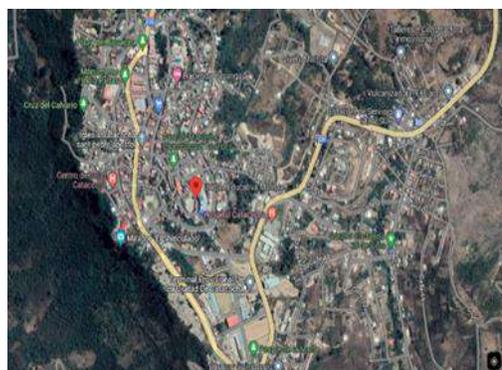
Identidad del colegio Maristas de Catacocha.



Nota. En la siguiente imagen encontramos la entidad donde se encuentra el (IDENTIDAD-U.E.F. MARISTAS DE CATACOCHA, 2023).

Figura 2

Ubicación de la parroquia urbana Catacocha.



Nota. En la siguiente imagen encontramos la entidad y el lugar donde se encuentra (UNIDAD EDUCATIVA MARISTAS, 2019).

El presente trabajo investigativo se desarrolla en la Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha que acoge un número total de 933 de estudiantes, por lo que es importante realizar una breve reseña histórica:

El 10 de noviembre de 1957 después de varias gestiones de Dr. Jorge Guillermo Armijos, vicario de paltas, llegaron los primeros hermanos maristas a Catacocha y a Ecuador, Luciano Gutiérrez García, Alberto Cañón Presa, quienes fueron recibidos por los habitantes del cantón paltas, el obispo de Loja Juan María Riofrío hace la entrega de la escuela católica Luis Antonio

Aguirre fundada en 1952 a los hermanos Maristas (Catacocha Historia de los hermanos maristas, 2015).

La labor callada y efectiva de los hermanitos de María, despertó el interés de muchos platenses, quienes a firmaron hombro y codo a codo dejaron impreso su sello en varios proyectos parroquiales de la diócesis, se desarrollaron mingas y trabajo de desarrollo comunitario. Su labor de educador jamás dejó de ser prioridad, por ello el 20 de mayo de 1961, inicia su Escuela Artesanal y Agrícola. En 1966 se aprueba el funcionamiento del Ciclo Básico del colegio Maristas, posteriormente en 1977 aprueban el ciclo Diversificado en Humanidades Modernas. (HISTORIA DE LOS HERMANOS MARISTAS, 2015).

Mediante decreto ejecutado 3576-c del 29 de junio de 1979 se convierte en Colegio Fiscomisional Maristas, a partir de ese momento se inicia la ampliación de la planta física con moderno edificio que hoy es orgullo de Catacocha. En 1992 se abre el Jardín de Infantes junto a la escuela con fecha 3 de marzo de 1995, mediante acuerdo 003 de la dirección provincial de educación de Loja se aprueba el funcionamiento de todos los niveles como Unidad Educativa Maristas De Catacocha, y con el acuerdo ministerial 33-30 del 18 de julio de 1996 se crea definitivamente la unidad Educativa Maristas De Catacocha considerando así la casa cuna de la Obra Marista en el Ecuador, su grandeza está basada en una filosofía auténticamente humanista y de servicio. (HISTORIA DE LOS HERMANOS MARISTAS, 2015).

Caraguay Días (2013) afirma que: La tarea educativa maristas, no es solo una profesión es una vocación, es por ello que se hace eco de estos pensamientos de que para educar bien a los niños y jóvenes hay que amarlos a todos por igual, como regalo de bodas de oro de su llegada a Ecuador, les entregaron el proyecto de hogar Champagnat, en donde se brinda asistencia

transitoria a los estudiantes de las zonas rurales y periféricas de todas las instituciones educativas de la ciudad.

7.1.2 Misión, visión y valores

Misión: La Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, es una institución Fiscomisional de educación formal orientada por los principios de la pedagogía Marista, heredada de nuestro fundador San Marcelino Champagnat, ofrece una educación evangelizadora que construya una sociedad más justa y que responda a las necesidades y problemáticas del contexto histórico y sociocultural, promueve el desarrollo humano integral a través de procesos pedagógicos caracterizados por la creación de un ambiente de familia, sencillo y participativo, la formación en valores y la formación académica, con el fin de brindar un servicio de calidad a la niñez y juventud menos favorecida.

Visión: Nuestra institución educativa se proyecta hacia el año 2023, a integrar, acompañar, promover y evaluar el proceso de maduración humana de cada estudiante en todo el contexto educativo e insertar en la labor docente la inclusión, la práctica y vivencia de los valores evangélicos, excelencia educativa, convivencia fraterna y el mejoramiento de gestión educativa con una propuesta curricular innovadora. Aprovechar el uso adecuado de las nuevas tecnologías de la información y comunicación como una herramienta elemental y soporte didáctico en el aula, que promueva la investigación, participación activa e interdisciplinar en el desarrollo de destrezas y competencias inherente a los estándares educativos.

Valores: Sus pilares fundamentales se sostienen en la práctica de tres valores: éticos - morales – espirituales. (*IDENTIDAD – U.E.F. MARISTA DE CATACOCHA, 2023*)

7.1.3 Organigrama estructural

Figura 3

Organigrama



Nota. Organigrama referencial del Colegio Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha tomado de: Agrupación Marista – ISTDAB. (2022).

7.1.4 Productos y servicios

La Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha cuenta con novecientos estudiantes, sesenta y cinco profesores y personal administrativo, abre sus puertas sin ninguna

distinción a cuantas familias, educadores y educandos que quieran conocer, aceptar y vivir la filosofía educativa Maristas formando personas transformadoras de la sociedad y gestoras de su propio auto-aprendizaje. (*IDENTIDAD – U.E.F. MARISTA DE CATACOCHA*, 2023).

Presenciales:

- Primaria
- Secundaria
- Básica superior
- Bachillerato General Unificado

(*Identidad – u.e.f. marista de Catacocha*, 2023).

7.2 Marco Conceptual

7.2.1 Definición de los trastornos alimenticios

Los trastornos de la alimentación o también llamados trastornos de la conducta alimentaria son frecuentes en la adolescencia y adultos jóvenes afectando su salud física, psicológica y mental. Los adolescentes además de estar expuestos a modas alimentarias pasajeras y la tendencia adelgazar, suelen saltarse las comidas y desarrollar hábitos alimentarios irregulares (López G. Carolina, 2011). Los trastornos de la conducta alimentaria afectan la salud mental de una persona y pueden causar daños graves a la salud física, estos problemas más frecuentes de trastorno de conducta alimentaria son la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa, el trastorno por atracón y el trastorno por evitación y restricción de la ingesta.

Según Teresa Muñoz Calvo (2019) En la etapa de la adolescencia, la imagen corporal es el rasgo de personalidad que tiene mayor relación con el desencadenamiento de Trastornos

Alimenticios, ya que los adolescentes, al no tener definida su personalidad y la aceptación de la imagen corporal, los Trastornos de conducta alimentaria tienen una estrecha relación con características como el perfeccionismo, el miedo a madurar, que es una característica muy marcada en adolescentes, la ansiedad y la desconfianza.

Cuando los adolescentes comparan la imagen corporal propia con el cuerpo ideal, nacen sentimientos de insatisfacción corporal y personal, ansiedad y una necesidad compulsiva y extrema de cambio físico. Las personas que los padecen toman medidas estrictas para lograr el cuerpo ideal, y recurren a la inanición, purgas mediante vómitos, toma de diuréticos o laxantes, aislamiento, ejercicio físico compulsivo o el desgaste de zonas corporales concretas que ponen en grave peligro su salud física y psicológica (Muñoz, 2019).

7.2.2 Trastornos alimenticios a nivel académico

Los trastornos alimenticios en los adolescentes se ven afectado con aumento o disminución del rendimiento escolar, cambios de conducta como aislamiento social o irritabilidad, comentarios o excesiva preocupación por el peso o la figura. Estado de ánimo bajo o sintomatología ansiosa (Lyness, s.f.).

7.3 Principales trastornos alimenticios

Según Garner (2015) Los principales trastornos alimenticios son la anorexia, la bulimia y la compulsión para comer. Las edades en que aparece o inicia el trastorno van desde los 12 hasta los 25 años, y la frecuencia aumenta entre los 12 y los 17 años de edad.

7.3.1 Anorexia Nerviosa

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018), la anorexia es un trastorno caracterizado por una búsqueda de adelgazamiento obsesivo, acompañada de prácticas voluntarias auto inducidas mediante una alimentación progresivamente restrictiva y de conductas purgativas. Es una enfermedad mental derivada de un intenso temor a la obesidad o al sobrepeso, en la que la persona genera una serie de conductas para conseguir el cuerpo perfecto. Se debe considerar que una reducción de peso cercana al 15 % es valorada como riesgo médico.

La Guía de Práctica Clínica sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria (2019), concluyó que las personas que padecen de anorexia no tienen conciencia de enfermedad ni del riesgo que corren por su conducta. Su atención está centrada en la Pérdida ponderal, lo que les causa estados nutricionales carenciales que pueden Comportar riesgos vitales.

7.3.2 Tipos

RESTRICTIVA: Describe cuadros clínicos en los que la pérdida de peso se consigue mediante la privación de alimentos, ayuno o realización de ejercicios intensos. Durante los episodios estas personas no recurren a atracones o purgas.

PURGATIVA: Se recurre a atracones y purgas. Las purgas se provocan mediante el vómito o utilización de diuréticos, laxantes o enemas de una manera excesiva.

7.3.3 Diagnóstico

- a) Rechazo a mantener el peso corporal igual o por encima del valor mínimo normal considerado la edad, la talla o fracaso de conseguir el aumento de peso normal durante el periodo de crecimiento dando como resultado un peso corporal inferior al 85% de lo esperado.

- b) Método intenso a ganar peso o a convertir en obeso, incluso estando por debajo del peso normal.
- c) Alteración de la percepción del peso o silueta corporales, exageradamente de su importancia en la autoevaluación o negación del peligro que conlleva al bajo peso corporal.

7.3.4 Síntomas.

La mayoría de la anorexia se puede manifestar desde los 10 a los 30 años, pero la mayor incidencia se produce entre los 12 y 18 años. El comienzo generalmente pasa desapercibido para la familia.

- Rechazo a mantener el peso corporal.
- Miedo al aumento de peso.
- Ausencia de ciclos menstruales consecutivos en las mujeres.
- Estreñimiento, dolor abdominal, vómitos, náuseas.
- Conducta alimentaria extraña: come de pie, corta los alimentos.
- Sensación de saciedad y plenitud antes de las comidas.

7.3.5 Complicaciones

- Dificultad para concentrarse o pensar de forma clara.
- Infarto del miocardio.
- Agrandamiento de las glándulas salivares.
- Dedos hinchados.

7.3.6 Abordaje terapéutico.

El tratamiento debe ser interdisciplinado con atención especializada donde sumen conocimientos médicos y psicológicos, es fundamental el tratamiento psiquiátrico y nutricional que debe llevarse a cabo en unidades especializadas.

7.3.7 Tratamiento nutricional:

- Identificación de los antecedentes alimentarios.
- Evaluación inicial que incluya índices metabólicos y químicos.
- Determinar el aporte energético de la dieta inicial.
- Distribuir las calorías diarias en cinco tomas.

7.3.8 Bulimia Nerviosa.

Es un trastorno que se caracteriza por presentar episodios de atracones seguidos de auto purgación lo cual significa ingerir compulsiva y desmesuradamente grandes cantidades de comida en un periodo muy corto de tiempo seguido de varios intentos de deshacerse de las calorías.

7.3.9 Tipos

PURGATIVAS: Describe cuadros clínicos en los que los enfermos se han provocado el vómito y han hecho un mal del uso de laxantes, diuréticos y enemas durante el episodio.

NO PURGATIVAS: Los enfermos han empleado técnicas compensatorias inapropiadas, como ayunar o practicar ejercicios intensos.

7.3.10 Diagnóstico

Presencia de atracones recurrentes u atracón se caracteriza por.

- Ingesta de alimentos en un corto periodo de tiempo, en cantidades superiores a la que la mayoría de las personas ingerían en un periodo de tiempo similar y en las mismas circunstancias.
- Sensación de pérdida de control sobre la ingesta de alimento sensación de no parar de comer o de no poder controlar el tipo o la cantidad de comida que se está ingiriendo.

7.3.11 Síntomas

- Atracones o sobre ingesta de alimentos.
- Vómitos auto inducidos.
- Irregularidades menstruales.
- Ejercicio físico excesivo.

7.3.12 Complicaciones

- Arritmias que pueden desembocar en infartos.
- Deshidratación.
- Reflujo gastrointestinal o esofagitis.

Diseño Metodológico

8.1 Métodos

8.1.1 Método Fenomenológico

El método fenomenológico es aquel que nos permite explorar diferentes situaciones de la vida y del mundo, entendiendo que lo hacemos desde un punto de vista subjetivo, es decir, a partir de nuestros sentidos y de lo que hacemos con lo que percibimos en nuestra conciencia. El método como tal nos permitiría analizar, descubrir o comprender, y finalmente conocer el fenómeno estudiado, tal cual es y cómo se presenta ante nosotros. Este método se deriva de la fenomenología trascendental, desarrollada por el matemático y filósofo alemán Edmund Husserl (1859-1937), con aportes posteriores de pensadores como Max Scheler, Martin Heidegger o Inmanuel Levinas, entre otros (Ayala, 2021)

Con el fin de alcanzar dicho objetivo, se llevará a cabo la implementación de encuestas y recursos que nos permita recolectar los datos requeridos, con el propósito de brindar una explicación e informar acerca de los trastornos de conducta alimentaria a los jóvenes estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Maristas de Catacocha en el periodo 2023.

8.1.2 Método Hermenéutico

Hermenéutica viene del vocablo griego *HERMENEIA* que significa el acto de la interpretación. Autores como Echeverría y Coreth, coinciden en señalar que Schleiermacher (1769-1834) puede ser considerado el padre de la hermenéutica moderna.

Según Moreno González, M. A., & Ortiz Viveros, G. R. (2009) La hermenéutica provee una alternativa propia para la interpretación de los textos. En sentido general, el estudio de la comprensión y de la interpretación, y en sentido particular, la tarea de la interpretación de textos.

Hermenéutica se refiere al arte de interpretar textos bien sean de carácter sagrado, filosófico o literario. Asimismo, a través de la hermenéutica se pretende encontrar el verdadero significado de las palabras, tanto escritas como verbales. La hermenéutica tiene sus orígenes en la Antigüedad, cuando diversos pensadores se concentraron en la tarea de interpretar los textos o escrituras sagradas a fin de diferenciar la verdad de lo espiritual, y esclarecer aquello que resultaba ambiguo o poco claro. (Tasia, 2016, p.1)

Apoyándonos en el enfoque hermenéutico para la elaboración de nuestro proyecto, vamos a recolectar información de diversas fuentes bibliográficas acerca de los trastornos de conducta alimentaria Esta información será utilizada con el propósito de concienciar a los jóvenes acerca de las consecuencias que estas traen consigo.

8.1.3 Método Práctico Proyectual

Conjunto de procedimientos utilizados durante un proceso de trabajo para resolver un problema de diseño. Requiere habilidades y conocimientos específicos; según los distintos autores podemos reconocer distintas etapas en las cuales se emplean herramientas que permiten un desarrollo lógico y creativo en la toma de decisiones

Según Blasco, L. S. (2018) manifiesta que el “método proyectual consiste simplemente en una serie de operaciones necesarias, dispuestas en un orden lógico dictado por la experiencia. Su finalidad es la de conseguir un máximo resultado con el mínimo esfuerzo”.

Con la población establecida y la aplicación de encuestas a fin de recopilar información necesaria para este proyecto de investigación, también se realizará una guía dirigida a los adolescentes. Esta guía proporcionara información acerca de los trastornos de conducta

alimentaria y su importancia de tener una alimentación saludable. La guía estará conformada de 6 hojas bien detalladas, para una comprensión clara y efectiva al momento de su socialización.

8.2 Técnicas de investigación

La técnica de investigación que se utilizó fue un cuestionario (S-EDE-Q) y encuesta que ayudo a obtener resultados sobre los trastornos de conducta alimentaria, ya que permite al investigador obtener datos exactos que enmarcaran su labor de investigación para recopilar los datos necesarios.

8.2.1 Población

La población puede comprender una nación o un grupo de personas u objetos con una característica común. Incluye a todo el grupo bien definido sobre el que cualquier investigación quiere extraer conclusiones. (Narváez, 2023).

8.2.2 Encuesta

Casas, Labrador & Campos nos dice “La técnica de encuesta es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz” (2023).

La encuesta que se les aplico a los estudiantes del colegio Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, consta de 14 preguntas, las cuales nos ayuda a investigar la presencia de trastornos de conducta alimentaria y sus factores de riesgo. También se utilizó el cuestionario desorden del comer (S-EDE-Q), en el que evaluamos los hábitos y estilos de alimentación, es validada por la Comunidad de Madrid por Peláez-Fernández, M. A., Labrador, F. J. y Raich, R. M. en el año 2012.

8.3 Determinación del universo u de la muestra para el estudio

Tabla 1

Estudiantes de la Unidad educativa Fiscomisional Marista de Catacocha

Estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha	
Estudiantes del paralela "A"	28
Estudiantes del paralelo "B"	31
Estudiantes del paralelo "C"	25
Universo total	81

Nota. Estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, datos proporcionados por el Colegio Unidad Educativa Marista de Catacocha.

Universo: La presente investigación estuvo conformada por una población universo 81 estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha

Muestra: La muestra de población para el presente estudio, estuvo conformada por toda la población del universo, por tal razón, no fue necesario la aplicación de la fórmula para el cálculo de la misma.

Análisis de resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos mediante las encuestas aplicadas a los estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha.

1. ¿Comes las tres comidas principales todos los días?

Tabla 2

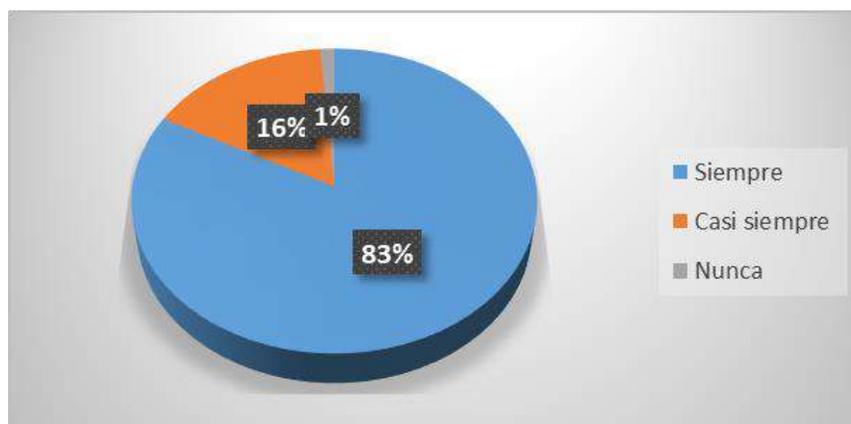
Comidas principales

Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Siempre	67	83%
Casi siempre	13	16%
Nunca	1	1%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 4

Comidas principales



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos el 83% de los estudiantes indican que siempre comen sus tres comidas principales, mientras el 16% dijeron que casi siempre comen sus tres comidas principales y terminando con el 1% que nunca comen sus tres principales comidas principales.

Análisis cualitativo

En general, este análisis comprende que los estudiantes no están consumiendo sus tres comidas principales y esto puede perjudicar en sus estudios académicos. Es importante las tres comidas principales porque permite que los jóvenes tengan un desarrollo plenamente en su etapa de vida para gozar de una buena salud.

2. ¿Qué tipo de alimentos consumes al desayuno?

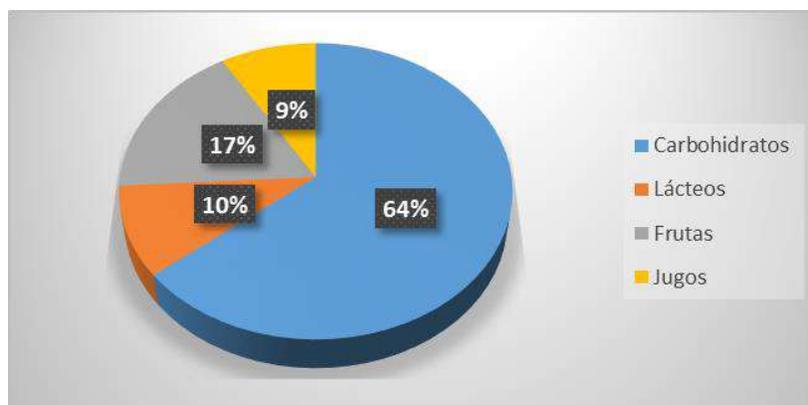
Tabla 3

Tipos de alimentos consumidos

Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Carbohidratos	52	64%
Lácteos	8	10%
Frutas	14	17%
Jugos	7	9%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa

Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 5*Tipos de alimentos consumidos*

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos nos dicen que el 64% de los estudiantes indican que consumen carbohidratos al desayuno, mientras que un 17% dijeron que consumen frutas, seguido con el 10% de estudiantes que consumen lácteos y terminando con el 9% que consumen jugos al desayuno.

Análisis cualitativo

En general, este análisis nos da a conocer sobre los alimentos consumidos por los estudiantes en base a los resultados que más de la mitad de los estudiantes tienen una alimentación saludable, mientras que otra parte consumen alimentos grasos y es una de las principales causas de enfermedades en nuestro país. La dislipidemia en obesidad se caracteriza por la concentración alta de triglicéridos y niveles bajos de colesterol HDL.

3. ¿Cuál es la preparación más habitual de tus alimentos?

Tabla 4

Preparación más habitual de los alimentos

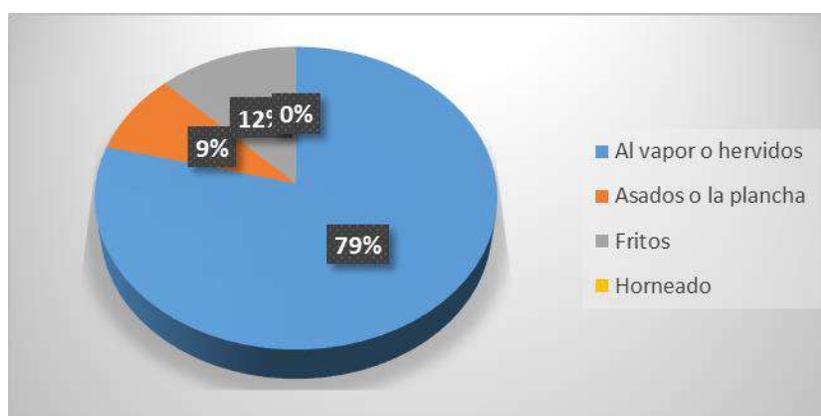
Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Al vapor o hervidos	64	79%
Asados o la plancha	7	9%
Fritos	10	12%
Horneado	0	0%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa

Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 6

Preparación más habitual de los alimentos.



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa

Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos sobre los estudiantes nos manifiestan que el 79% indican que consumen alimentos hechos al vapor o hervidos, mientras que un 12% dijeron que consumen los alimentos frito y el 9% consumen asados y a la plancha, terminando con los estudiantes que consumen la comida horneada es de un 0%.

Análisis cualitativo

Según los datos obtenidos los estudiantes consumen la mayor cantidad de grasa, por lo que afectaría en su salud y por consecuencia traería problemas como la acumulación de colesterol en las arterias (vasos sanguíneos).

4. ¿Qué haces normalmente cuando te sientes satisfecho?

Tabla 5

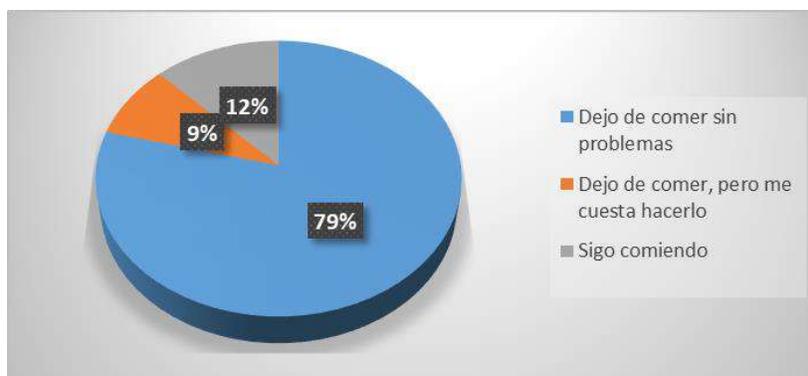
Cuanto tiempo normalmente te encuentras satisfecho

Opción	N. de encuestados	Porcentaje
Dejo de comer sin problemas	64	79%
Dejo de comer, pero me cuesta hacerlo	7	9%
Sigo comiendo	18	12%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 7

Cuanto tiempo te encuentras normalmente satisfecho.



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Los resultados que obtuvimos según las encuestas nos dicen que el 79% de los estudiantes indican que dejan de comer sin problemas cuando están satisfechos, mientras que un 12% siguen comiendo y el 9% dijeron que dejan de comer, pero les cuesta hacerlo.

Análisis cualitativo

En función a los resultados, la mayoría de los encuestados cuando se encuentran satisfechos dejan de comer sin ningún problema, pero un pequeño grupo de estudiantes siguen comiendo sin algún problema y una mínima cantidad que dejan de comer, pero les cuesta hacerlo. Podemos concluir que los resultados ofrecen información útil sobre qué haces cuando te sientes satisfecho al momento de comer. Ya que la mayoría de los estudiantes dejan de comer sin ningún problema.

5. ¿Se siente usted culpable cuando come en exceso?

Tabla 6

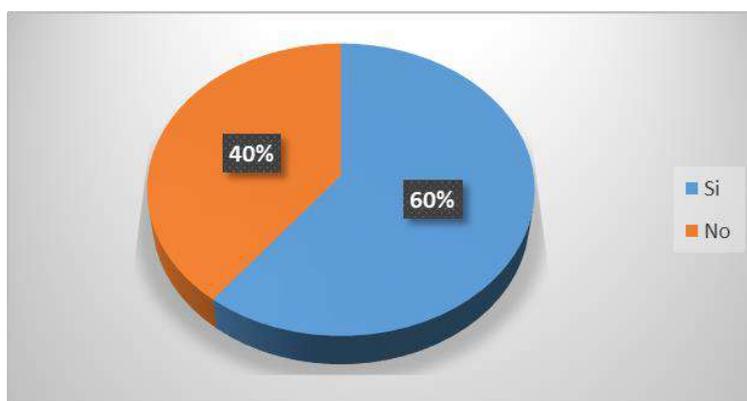
Comen en exceso.

Opción	N. de encuestados	Porcentaje
Si	49	60%
No	32	40%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 8

Comen en exceso



Nota. En el colegio Marista nos manifiestan que hay estudiantes que si se sienten culpables por comer en exceso. (Paute y Mori, 2023)

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos nos muestran el resultado que el 60% de los estudiantes si se sienten culpables cuando comen en exceso, mientras que un 40% dijeron que no se sienten culpables al momento de digerir la comida o comer en exceso.

Análisis cualitativo

Según encuestas realizadas, se observa que la mayoría de estudiantes no se sienten culpables y esto es preocupante por la simple razón de que los puede llevar a problemas de salud, tales como la obesidad, colesterol alto, diabetes

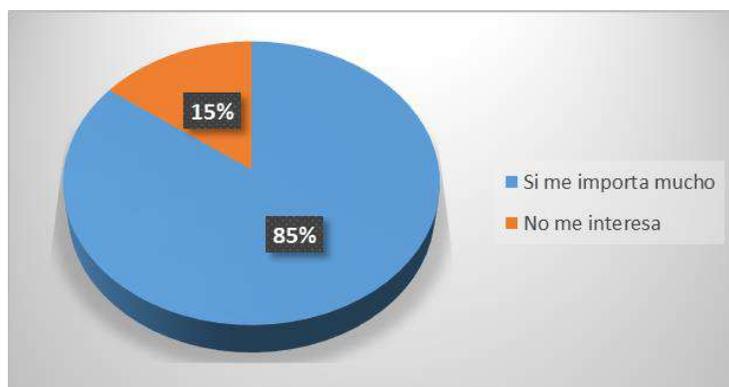
6. ¿Consideras que tu apariencia física es importante?

Tabla 7

Apariencia física importante

Opción	N. de encuestados	Porcentaje
Si me importa mucho	69	85%
No me interesa	12	15%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023).

Figura 9*Apariencia física importante*

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según las encuestas aplicadas el 85% de los estudiantes indican si les importa su apariencia física o como se encuentran físicamente, mientras que un 15% dijeron que no les importa su apariencia física.

Análisis cualitativo

En relación a los resultados, se manifiesta que es importantísima la apariencia física, por lo tanto, los afectados son hombres como a mujeres de todas las edades, y no se limitan solo a adolescentes mujeres. Por tal razón la apariencia física tiene un papel importante en la sociedad actual, lo que lleva a tener miedo al rechazo por el peso, estatura u otros aspectos físicos.

7. ¿Alguna vez usted ha pasado un largo periodo de tiempo sin comer para tratar de bajar su peso?

Tabla 8

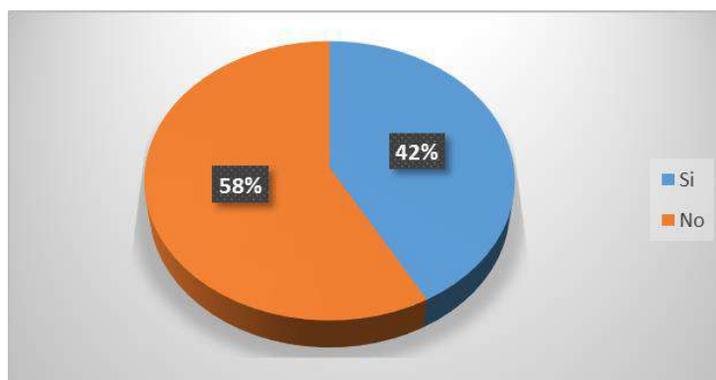
Período de tiempo sin comer

Opciones	N. de encuestados	Porcentajes
Si	34	42
No	47	58
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 10

Período de tiempo sin comer



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos nos muestra que el 58% de los estudiantes indican que, si pasan un largo periodo sin comer para bajar de peso lo que es preocupante como estudiante para su rendimiento académico, mientras que un 42% dijeron que no pasan un periodo de tiempo sin comer por lo cual llevan una vida saludable.

Análisis cualitativo

Según de los datos obtenidos cerca de la mitad en la población encuestada está dejando de comer por largos periodos de tiempo para bajar de peso esto puede ser causa de una baja autoestima, por la sociedad o por amigos que puede provocar daños a su salud como anemia llegando incluso a la muerte.

8. ¿Alguna vez usted ha comido demasiado y te has provocado el vómito?

Tabla 9

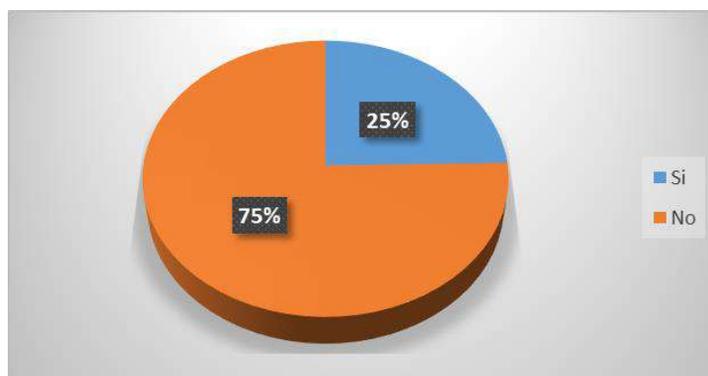
Comer demasiado y provocarse el vómito

Opción	N. de encuestados	Porcentaje
Si	20	25%
No	61	75%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha. (Paute y Mori, 2023)

Figura 11

Comer demasiado y provocarse el vómito



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Este análisis en cuanto que si los estudiantes se han provocado el vómito al momento de comer demasiado nos dio como resultado que un 75% no se provoca el vómito, mientras que 25% si se provoca el vómito, aunque es poca la cantidad, pero preocupa por hacer ese tipo de acto.

Análisis cualitativo

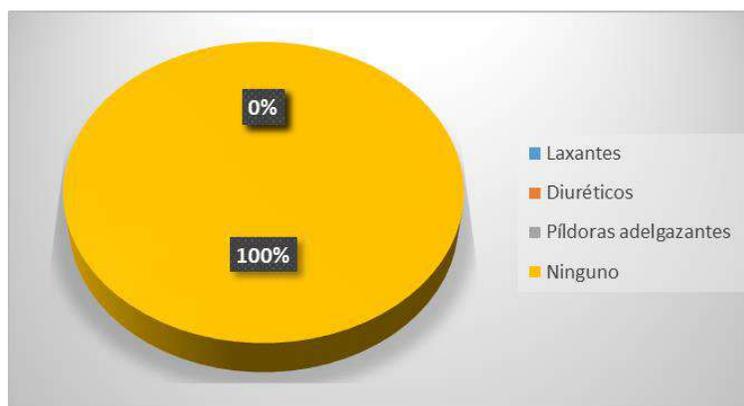
Según resultados obtenidos un porcentaje de estudiantes manifiestan que se provocan el vómito, por tal motivo esto sería un problema que afecte a la salud, lo cual es muy preocupante que estén realizando ese tipo de acciones, una de las consecuencias que causa provocarse el vómito es la bulimia nerviosa que trae como resultado la ansiedad, depresión, pérdida de peso, esto puede causar graves consecuencias en la salud de los estudiantes.

9. ¿Toma usted algún medicamento para tratar de controlar su peso?

Tabla 10*Medicamentos para controlar su peso*

Opción	N. de encuestados	Porcentaje
Laxantes	0	0%
Diuréticos	0	0%
Píldoras adelgazantes	0	0%
Ninguno	81	100%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Figura 12*Medicamentos para controlar su peso*

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Los resultados nos indican que el 100% de los estudiantes indican que no consumen medicamentos para controlar su peso por lo que generalmente esta es una excelente decisión por parte de ellos, mientras que un 0% dijeron que no consumen ni laxantes, ni diuréticos, ni píldoras adelgazantes

Análisis cualitativo

Según encuestas realizadas todos los estudiantes muestran que no consumen ningún medicamento para bajar de peso por lo cual resulta de forma positiva para la sociedad, esto puede ser por muchas razones, porque los medicamentos para bajar de peso suelen ser muy perjudiciales y estos pueden tener componentes que pongan en riesgo la salud de los estudiantes al momento de consumirlas.

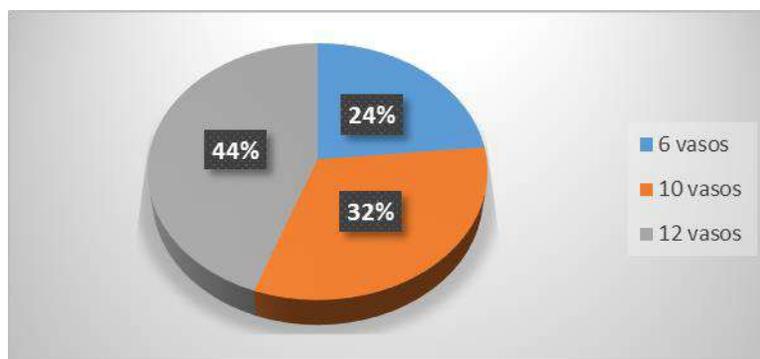
10. ¿Cuántos vasos de agua consume al día?

Tabla 11

Consumo de agua al día

Opción	N. de encuestados	Porcentaje
6 vasos	36	24%
10 vasos	26	32%
12 vasos	19	44%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Figura 13*Consumo de agua al día*

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos nos dicen que el 44% de los estudiantes consumen 6 vasos de agua al día y lo que no es preocupante porque la mayoría de vasos de agua que se deben tomar son 8, mientras que un 32% dijeron que consumen 10 vasos de agua y esto está generalmente bien ya que es más de los vasos recomendados por los especialistas, también el 24% de estudiantes consumen 12 vasos en abundancia que es lo mejor que pueden estar haciendo

Análisis cualitativo

En este análisis según resultados obtenidos, los especialistas siempre recomiendan tomar una cantidad exacta de agua, por lo general lo más recomendado son ocho vasos y los estudiantes si consumen suficiente cantidad de agua, ya que es muy trascendental para muchas funciones de nuestro cuerpo, por lo que estar bien hidratado es muy importante para mantenernos saludables.

11. ¿Qué haces o estarías dispuesto hacer por cuidar tu cuerpo?

Tabla 12

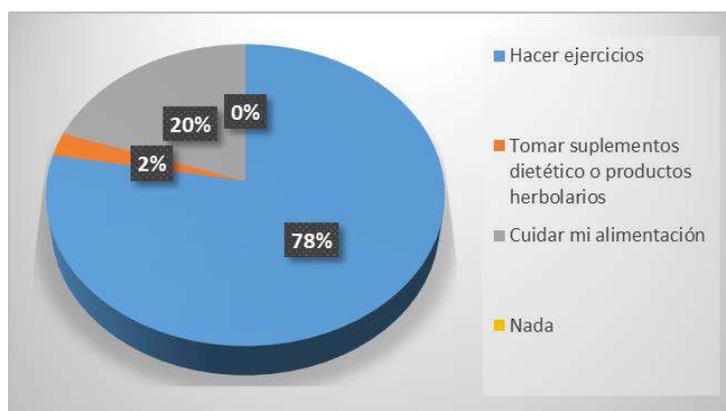
Qué harías para cuidar tu cuerpo.

Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Hacer ejercicios	63	78%
Tomar suplementos dietético o productos herbolarios	2	2%
Cuidar mi alimentación	16	20%
Nada	0	0%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Figura 14

Qué harías para cuidar tu cuerpo



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos nos dicen que el 78% de los estudiantes indican que están dispuestos hacer ejercicio para cuidar su cuerpo, mientras que un 20% están dispuestos a cuidar su alimentación para cuidar su cuerpo, y el 2% dijo que tomarían suplementos dietéticos o productos herbolarios para cuidar su cuerpo, el 0% de los que no haría nada.

Análisis cualitativo

Mientras recolectamos respuestas de estudiantes, los resultados obtenidos fueron que hacen ejercicio para mantener en forma su cuerpo, ya que si tomarían medicamentos o se realizaran alguna cirugía estarían poniendo su vida en peligro.

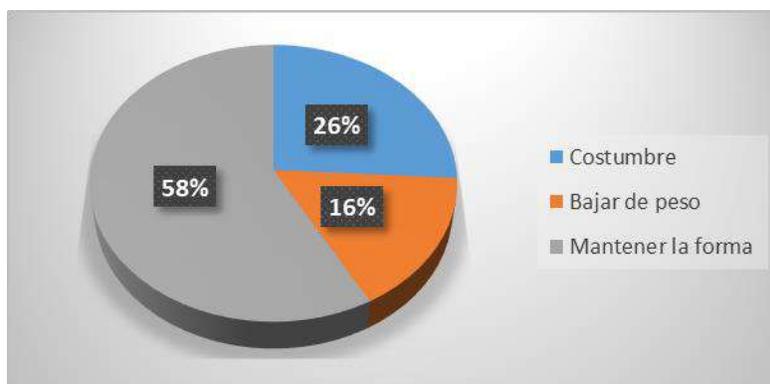
12. ¿Por qué haces ejercicio?

Tabla 13

Hacer ejercicio

Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Costumbre	21	26%
Bajar peso	13	16%
Mantener la forma	47	58%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Figura 15*Hacer ejercicio*

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según los valores obtenidos nos dicen que el 58% de los estudiantes indican que hacen ejercicio para mantener su forma, mientras que un 26% dijeron que hacen por costumbre, por otro lado, el 16% dijo que realiza ejercicio para bajar de peso.

Análisis cualitativo

Dados los resultados obtenidos de los estudiantes, manifiestan que lo más recomendable es bajar de peso, pero no están lo correcto, ya que puede provocar una enfermedad como la anorexia nerviosa y causaría graves problemas para su salud.

13. ¿Si usted evita un alimento porque motivo lo hace?

Tabla 14

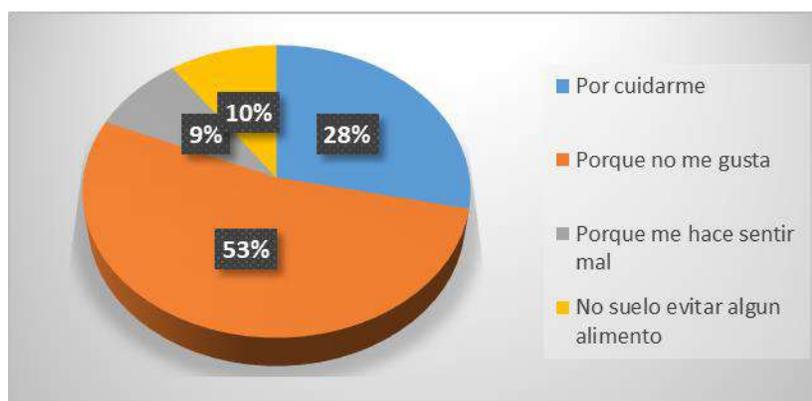
Evitar un alimento y porque lo hace.

Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Por cuidarme	23	28%
Porque no me gusta	43	53%
Porque me hace sentir mal	7	9%
No suelo evitar ningún alimento	8	10%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Figura 16

Evitar un alimento y porque lo hace.



Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Según datos obtenidos los estudiantes manifiestan el 53% que, si evita alimentos porque no les gusta, mientras que el 28% dijo que evita alimentos por cuidarse, un 10% dice que no suele evitar algún alimento y un 9% porque le hace sentir mal.

Análisis cualitativo

Según los resultados observamos que una gran cantidad de estudiantes no ingieren alimentos por sentirse mal, este puede ser preocupante y un factor principal por los cuales tengan mal rendimiento académico y cause normalmente enfermedades en su salud.

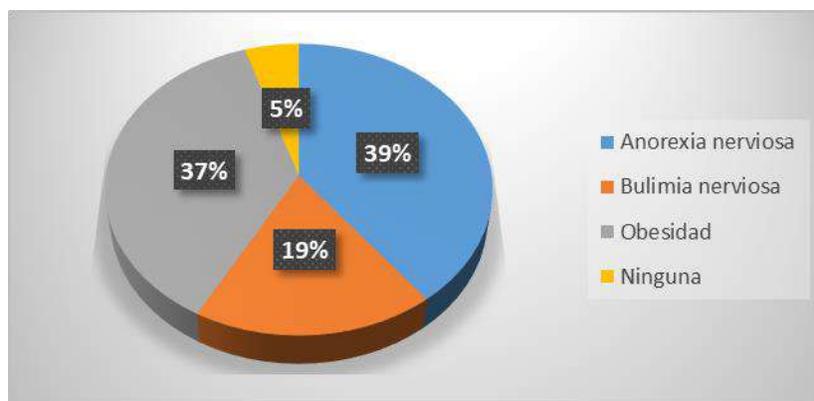
14. ¿Cuál cree usted que son trastornos alimenticios?

Tabla 15

Trastornos alimenticios

Opción	N. de encuestados	Porcentajes
Anorexia nerviosa	32	39%
Bulimia nerviosa	15	19%
Obesidad	30	37%
Ninguno	4	5%
Total	81	100%

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Figura 17*Trastornos alimenticios*

Nota. Datos obtenidos de los estudiantes de 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, (Paute y Mori, 2023).

Análisis cuantitativo

Estos resultados muestran que los estudiantes tienen de conocimiento sobre los trastornos de conducta alimenticia por lo que un 39% dijo que era anorexia nerviosa, mientras que un 37% dijo que era obesidad, por otro lado, también dijeron que era bulimia nerviosa un 19% y un 5% supo manifestar que no sabían que eran los trastornos de conducta alimenticia.

Análisis cualitativo

En general, este análisis comprende que la mayoría de los estudiantes si están informados sobre que son trastornos de conducta alimenticia, mientras una mínima cantidad desconocen, por lo que preocupa en el ámbito estudiantil, ya que al tratar de hablar sobre que son trastornos de conducta alimenticia sería no comer saludablemente o hacer dietas no saludables.

Propuesta de plan de acción

10.1 Introducción de la propuesta de acción

La guía fue elaborada con recursos didácticos y ciertos artículos que nos ayudan para recolectar información, para que pueda generar vistas de una manera que los lectores les agrade leerla y no les aburra. Los trastornos alimentarios, también conocidos como trastornos de la conducta alimentaria, son enfermedades médicas graves que se caracterizan por alteraciones graves en las conductas alimentarias. Estos trastornos pueden afectar tanto la salud física como mental de quienes los padecen e incluso poner en peligro sus vidas (Attia.2022. pág. 2).

Los trastornos de conducta alimentaria son afecciones graves de salud mental que implican problemas serios en la forma en que se piensa sobre la comida y la conducta alimentaria. Estos trastornos pueden manifestarse en formas como comer mucho menos o mucho más de lo necesario. Es importante destacar que los trastornos de conducta alimentaria son afecciones médicas y no un estilo de vida. Pueden afectar la capacidad del cuerpo para obtener una nutrición adecuada, lo que puede provocar problemas de salud graves, como enfermedades cardíacas y renales, e incluso la muerte. Afortunadamente, existen tratamientos disponibles que pueden ayudar a las personas que sufren de trastornos de conducta alimentaria.

10.1.1 Plan de acción

Recolectada la información propuesta se dio una guía para la prevención de los trastornos alimenticios, utilizando diferentes métodos y técnicas que ayudaron en la recolección de información necesaria para su elaboración.

10.2 Título de la guía

“GUÍA SOBRE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA”

10.3 Beneficios de la guía

Los beneficios según la guía implementada son más conocimientos acerca del tema propuesto ya que mediante el, si quieren una mejoría para su forma de estilo de vida y su correcta alimentación sobre todo para no perder peso y mantenerse en su forma.

Se beneficiaría de esta guía porque permitiría crear iniciativas, para una mejor calidad de vida y sobre todo de los estudiantes que están en proceso de sus estudios académicos.

10.4 Análisis geográfico

Una vez realizado la propuesta de acción, se dio a conocer algunos aspectos geográficos que son puntos claves al estilo de vida de los estudiantes:

Trastornos alimenticios: se implementarían charlas en la Unidad educativa acerca de trastornos alimenticios para su conocimiento.

Mediante su salud: otros aspectos es que con la información de las encuestas se evidenciaron que más de la mitad de los estudiantes de la Unidad Educativa Marista adoptan prefieren hacer ejercicios y comer una alimentación sana para su salud.

10.5 Estructura de la guía

Con la información obtenida se obtuvo la siguiente guía con su estructura

¿QUE SON LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA **¡Error! Marcador no definido.**

Tipos de trastornos **¡Error! Marcador no definido.**

¿Quiénes los padecen? **¡Error! Marcador no definido.**

Como se detectan los trastornos de conducta alimentaria **¡Error! Marcador no definido.**

¿Por qué se presentan los trastornos alimenticios? **¡Error! Marcador no definido.**

Causas de los trastornos **¡Error! Marcador no definido.**

Síntomas.....	¡Error! Marcador no definido.
Consecuencias.....	¡Error! Marcador no definido.
¿Cómo se hace un diagnóstico de los trastornos de conducta alimentaria?..	¡Error! Marcador no definido.
Recomendaciones	¡Error! Marcador no definido.
¿Qué exámenes se deben realizar?.....	¡Error! Marcador no definido.
Tratamiento.....	¡Error! Marcador no definido.
Bibliografía	¡Error! Marcador no definido.

10.6 Presupuesto de la guía

Tabla 16

Presupuesto de la guía

PRESUPUESTO	
Recursos materiales	Valor
3 impresiones	\$24.00
3 anillados	\$9.00
TOTAL	\$33.00

Nota. Detalles de los gastos (Mori y Paute, 2023).

Conclusiones

Con base a la información de la aplicación del test desorden del comer (S-EDE-Q), el resultado obtenido sobre trastornos de conducta alimentaria realizados por los estudiantes permitió una referencia sobre su alimentación en los hábitos de trastornos de conducta alimentaria, mientras en las encuestas obtuvimos información acerca de cómo es su estilo de vida según la alimentación, ya que todo esto podría estar afectando en sus estudios académicos.

Mediante la información recolectada de fuentes bibliográficas confiables, artículos científicos y revistas, podemos indagar sobre los resultados de factores de riesgo que pueden causar no cuidar su alimentación correctamente y aplicando estas encuestas sirvió para obtener conocimientos acerca de los trastornos de conducta alimentaria y sus factores de riesgo.

La guía fue elaborada mediante uso de información, recursos didácticos y recreativos que permiten llamar la atención de los lectores y a su vez brindar un excelente contenido informativo. Por tanto, se trató de buscar lo más relevante para brindar más visibilidad y así los estudiantes se mantengan informados de cómo afecta los trastornos de conducta alimentaria y cuáles son los tratamientos que se debe llevar a cabo.

La guía fue socializada en el colegio Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, en donde se evidencio gran interés en los estudiantes, y en las autoridades, pudiéndose cumplir el propósito de la creación de la guía, de educar a la población objetivo

Recomendaciones

Se recomienda dar a conocer a las autoridades sobre las consecuencias que puede causar no comer sobre todo simplemente para bajar de peso, también implementar charlas sobre trastornos de conducta alimentaria y acerca de los riesgos que causa persistentemente no comer saludablemente o de hacer dietas no saludables.

Recolectar más información acerca de los artículos para una mejoraría de la guía, lo cual ayudaría a los estudiantes estas más informados sobre los riesgos causados al momento de no tener una correcta alimentación. También pueden acudir con un especialista en nutrición que proporcione mejores técnicas de alimentación y cuidado.

Se recomendaría que los estudiantes diseñar guías didácticas y creativas que llamen la atención a la población objetivo y pueda ser la información de su agrado

Se recomienda implementar charlas educativas para los estudiantes y estén informados de trastornos de conducta alimenticia.

Bibliografía

- Catacocha - HISTORIA DE LOS HERMANOS MARISTAS. (2015). Catacocha.es.tl.
<https://catacocha.es.tl/HISTORIA-DE-LOS-HERMANOS-MARISTAS.htm>
- Blasco, L. S. (14 de marzo 2018). Metodología proyectual por Bruno Munari. COSAS de ARQUITECTOS. <https://www.cosasdearquitectos.com/2011/03/metodologia-proyectual-por-bruno-munari/#:~:text=El%20m%C3%A9todo%20proyectual%20consiste%20simplemente,resultado>
- De Hotelería, E., Turismo, Y., Presencial, M., De, T., Obtención, L., Título De Ingeniera En, D., De, A., Hoteleras, E., & Turísticas, Y. (s.f.). *UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA La Universidad Católica de Loja MONOGRAFÍA DEL CANTÓN PALTAS DE LA PROVINCIA DE LOJA*.
<https://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/7524/1/Tesis%20Celi%20Paladines%20Maria%20Esther.pdf>
- D´Arcy Lyness, p. (s.f.). trastornos de la conducta alimentaria. Obtenido de <https://kitshealth.org/es/teens/eatdisorder.html>
- Espínola, J. P. (2022). Fenomenología. Concepto.
- Karen, G. (12 de 05 de 2014). FACTORES DE RIESGO ASOCIADOS A TRASTORNOS DE LA CONDUCTA. Obtenido de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/16062/GomezCuevasKarenDahana2014.pdf;jsessionid=6C21BF382CF7525CAC1D34A2DC7F9A5A?sequence=1>
- Munari, B. (2016). Metodologías Proyectuales. EASD. Creatividad y Metodología de Proyecto.

- Naranjo Pereira, M. L. (2009). Una revisión teórica sobre el Estrés y Algunos Aspectos Relevantes de Éste en el Ámbito Educativo. *Revista Educación*, 171-190.
- Paladines, M. E. (2018). Monografía del cantón paltas de. Loja.
- Ramírez, A. (5 abril del 2021). El daño que causan los trastornos alimenticios. superar centro integral de psicología.
- Rodríguez, L. F. (2018). LA COMPRENSIÓN DE LA OBRA ARQUITECTÓNICA REPRESENTADA POR LAS VIVIENDAS QUE FORMAN EL PATRIMONIO. Loja.
- Santillán, A. M. (2023). Nutrición y dietética con mención en. Obtenido de <https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/6907/1/ANDREA%20MERCEDES%20ROELAS%20SANTILLAN.pdf>
- Senado, G. d. (23 de abril de 2014). Dictámenes a Discusión y Votación. Obtenido de https://www.senado.gob.mx/65/gaceta_del_senado/documento/46930#:~:text=Tanto%20a%20Anorexia%20Nerviosa%2C%20Bulimia,van%20generando%20de%20m
- Aránguez, T. (2016). *¿Qué es el método hermenéutico?*, La galería de los perplejos; Obtenido de <https://arjai.es/2016/08/24/que-es-el-metodo-hermeneutico/>
- Vásquez, H. C. (2005). *Hermenéutica y análisis Cualitativo*. Cinta Moebio, 206-207.
- Viñuela, P. (2019). Fases del Estrés: Alarma, Resistencia y agotamiento. *Psynthesispsicologia*. <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/16062/GomezCuevasKarenDahana2014.pdf;jsessionid=6C21BF382CF7525CAC1D34A2DC7F9A5A?sequence=1>
- Pastor, M. R. (2023). *adolescentes trastornos de la alimentación*. San Vicente (alicante): editorial club universitario.
- Health, N. T. (marzo de 2022). *trastornos de la conducta alimentaria para adolescentes*. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/teens/eat-disorder.html>

M., G. D. (2015). *Inventario de trastornos de la conducta alimentaria*. TEA Ediciones Madrid.

Narváez, M. (06 de febrero de 2023). ¿Qué es una población? Definición, tipos y métodos de estudio. QuestionPro. <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-una-poblacion/>

Casas Anguita, J, Labrador, R., & Campos, D. (2003). La encuesta como técnica de investigación. *Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*. *Atención Primaria*, 31(8), 527–538. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>

Ortega, C. (2023, May 20). Tipos de observación: Características y ventajas. QuestionPro. <https://www.questionpro.com/blog/es/tipos-de-observacion/#:~:text=La%20observaci%C3%B3n%20puede%20ser%20directa,registros%20o%20testimonios%20de%20otros.>

IDENTIDAD – U.E.F. MARISTA DE CATACocha. (2023). Maristasecuador.org. <https://catacocha.maristasecuador.org/identidad/>

María Loreto Correa, Tamara Zubarew G, Patricia Silva M, & Romero, I. (2006). Prevalencia de riesgo de trastornos alimentarios en adolescentes mujeres escolares de la Región Metropolitana. *Revista Chilena de Pediatría*, 77(2). <https://doi.org/10.4067/s0370-41062006000200005>

Méndez, J. P., Vázquez-Velazquez, V., & García-García, E. (2023). Los trastornos de la conducta alimentaria. *Boletín Médico Del Hospital Infantil de México*, 65(6), 579–592. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462008000600014

Anexos

14.1 Anexo 1: Encuesta




ENCUESTA

Estimado estudiante la presente encuesta está diseñada para investigar la presencia de trastornos de la conducta alimentaria y sus factores de riesgo con la finalidad de crear una guía de prevención con el fin de conocer su estado nutricional.

Sección 1

- La encuesta a realizar es completamente anónima, los datos que se van a obtener serán utilizados únicamente para el estudio.
- El procedimiento a seguir forma parte del proyecto de titulación de la carrera de enfermería del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano.
- A continuación, se presenta un conjunto de preguntas que usted deberá responder, por favor encierre o subraye la opción que crea correspondiente.

Consentimiento Informado

¿Acepta ser parte de esta investigación?

- Si ()
- No ()

Edad

15-20 () 21-25 ()

Sexo

- Femenino ()
- Masculino ()

Sección 2

1. ¿Comes las tres comidas principales todos los días?
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
2. ¿Qué tipo de alimentos consumes al desayuno?
 - a) Carbohidratos
 - b) Lácteos
 - c) frutas
 - d) jugos
3. ¿Cuál es la preparación más habitual de tus alimentos?
 - a) Al vapor o hervidos
 - b) Asados o a la plancha
 - c) Fritos
 - d) Horneado

4. ¿Qué haces normalmente cuando te sientes satisfecho?
 - a) Dejo de comer sin problemas
 - b) Dejo de comer pero me cuesta hacerlo
 - c) sigo comiendo
5. ¿Se siente usted culpable cuando come exceso de comida?
 - a) SI ()
 - b) NO ()
6. ¿Consideras que tu apariencia física es importante?
 - a) si me importa mucho ()
 - b) no me interesa ()
6. ¿Alguna vez usted ha pasado un largo periodo de tiempo sin comer para tratar bajar de peso?
 - a) Si ()
 - b) No ()
7. ¿Alguna vez usted ha comido demasiado y te has provocado el vómito?
 - a) Si ()
 - b) No ()
8. ¿Toma usted algún medicamento para tratar de controlar su peso?
 - a) Laxantes
 - b) Diuréticos
 - c) píldoras adelgazantes
 - d) ninguno
9. ¿Cuántos vasos de agua consumes al día?
 - a) 6
 - b) 10
 - c) 12
10. ¿Qué haces o estarías dispuesto hacer por cuidar tu cuerpo?
 - a) Hacer ejercicios
 - b) Tomar suplementos dietéticos o productos herbolarios
 - c) Cuidar mi alimentación
 - d) Nada
11. ¿Por qué haces ejercicios?
 - a) Costumbre
 - b) Bajar de peso
 - c) Mantenerme en forma
12. ¿Si usted evita un alimento porque motivo lo haces?
 - a) por cuidarme
 - b) Porque no me gusta
 - c) Porque me hace sentir mal
 - d) No suelo evitar ningún alimento

13. ¿Cuál cree usted que son trastornos alimenticios?

- a) Anorexia nerviosa
- b) bulimia nerviosa
- c) obesidad
- d) ninguno

Muchas gracias por su colaboración

Santiago Gutierrez A.C.
LICENCIADO GENERAL
Nº Reg. Senecyt: 1103022643

Validada.

Melany P. Lapo D.

ENF ENFERMERIA
FECHA DE REGISTRO: 10/01/2016
COORDINACIÓN

Lic. Melany P. Lapo D.
ENFERMERA
Reg. Senecyt: 1004 2016 265176

Melany P. Lapo D.

14.2 Anexo 2: Certificación del proyecto en el colegio




Loja, 16 de mayo de 2023

Mgtr.
DIEGO EFRAIN VIVANCO APOLO
RECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTA DE
CATACÓCHA

De mis consideraciones:

A través de la presente me permito extenderle un afectuoso saludo de quienes hacemos el Instituto Tecnológico Superior Sudamericano, deseándole éxitos en sus funciones.

Así mismo me permito solicitarle el espacio para que los estudiantes Jhoselyn Nikool Mori Ramirez y Yaleny Patricia Paute Pauta, realicen su proyecto de fin de titulación previo a la obtención del título de Técnico Superior en Enfermería, cuyo tema, de ser aprobado esta solicitud, sería: Determinar la presencia de trastornos de conducta alimenticia y sus factores de riesgo en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha en el periodo Abril – Agosto 2023 mediante la aplicación del examen de desorden del comer (EDE) y encuestas de hábitos alimenticios, con el fin de conocer su estado alimenticio para elaborar una guía de prevención.

Para llevar a cabo el proyecto mencionado es necesaria su colaboración en cuanto a:

- Acceso las aulas de clase para realizar la investigación,
- Aplicación del examen de desorden del comer (EDE) a los estudiantes.
- Aplicación de encuestas a los estudiantes de la institución

Al culminar el proyecto se entregará a su persona los resultados obtenidos de la presente investigación.

Por la atención brindada le expreso mis sinceros agradecimientos, en espera de su respuesta a la petición.

Atentamente;



Md. Richard Javier Padilla Vicente
DIRECTOR DE PROYECTO DE FIN DE TITULACIÓN

Recibido
16-05-2023



Presentar en el
Instituto 11003 Paltas-Educación

14.3 Anexo 3: Certificación de aprobación para la realización de las encuestas



UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTA DE CATACOCHA

Catacocha - Paltas / Loja - Ecuador

Dirección: Calle Lourdes y Kennedy Telf. 2683 - 201 / 984

maristascatacocha@hotmail.com

Mgs. Diego Efraín Vivanco Apolo, Rector de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, a petición verbal de parte interesada y en forma legal.

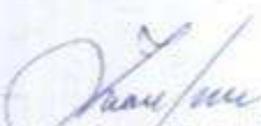
CERTIFICO:

Que la Srta. Yaleny Patricia Paute Pauta con cédula de identidad 1105608747, estudiante de la Carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano de la ciudad de Loja, quien realizó las *Encuestas, socialización y entrega de guía conducta alimentaria* el 7 de septiembre /2023 a los estudiantes de tercer curso de bachillerato de nuestra institución educativa, periodo lectivo 2023 - 2024.

Certifico en honor a la verdad.

Catacocha, 3 de octubre de 2023

Atentamente,


Mgs. Diego Efraín Vivanco Apolo
RECTOR - UEFM





UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTA DE CATACOCHA

Catacocha - Paltas / Loja - Ecuador

Dirección: Calle Lourdes y Kennedy Telf. 2683 - 201 / 984

maristascatacocha@hotmail.com

Mgs. Diego Efraín Vivanco Apolo, Rector de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista de Catacocha, a petición verbal de parte interesada y en forma legal.

CERTIFICO:

Que la Sra. *Juselyn Nikool Mori Ramirez* con cédula de identidad 1105-420564, estudiante de la Carrera de Enfermería del Instituto Sudamericano de la ciudad de Loja, quien realizó las *Encuestas, socialización y entrega de guía conducta alimentaria* el 7 de septiembre /2023 a los estudiantes de tercer curso de bachillerato de nuestra institución educativa, periodo lectivo 2023 - 2024.

Certifico en honor a la verdad.

Catacocha, 3 de octubre de 2023

Atentamente,


Mgs. Diego Efraín Vivanco Apolo
RECTOR - UEFMC



14.4 Anexo 4: Oficio de apertura del proceso de titulación


INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUDAMERICANO
Acción para la Tercera Milenio

VICERRECTORADO ACADÉMICO

Loja, 21 de Julio del 2023
Of. N° 1020 -VDIN-ISTS-2023

Sr.(ita). PAUTE PAUTA YALENY PATRICIA
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA

Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el anteproyecto de investigación de fin de carrera de su autoría titulado **PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACocha EN EL PERIODO ABRIL –AGOSTO DEL 2023.**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (el/la) MD. RICHARD JAVIER PADILLA VICENTE.

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,


Ing. Germán Patricio Villamarín Coronel Mgs.
VICERRECTOR DE DESARROLLO E INNOVACION DEL ISTS



Matriz: Miguel Riofrío 156-25 entre Sucre y Bolívar. Telfs: 07-2587258 / 07-2587210 Pagina Web:
www.tecnologicosudamericano.edu.ec

VICERRECTORADO ACADÉMICO

Loja, 21 de Julio del 2023
Of. N° 1088 -VDiN-ISTS-2023

Sr.(ta). MORI RAMÍREZ JHOSELYN NIKOOL
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA

Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el anteproyecto de investigación de fin de carrera de su autoría titulado **PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MARISTAS DE CATACOCCHA EN EL PERIODO ABRIL -AGOSTO DEL 2023.**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (e/lla) MD. RICHARD JAVIER PADILLA VICENTE.

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,



Ing. Germán Patricio Villamarín Coronel Mgs.
VICERRECTOR DE DESARROLLO E INNOVACION DEL ISTS



14.5 Anexo 5: Presupuesto

Tabla 17

Presupuesto de proyecto.

Recurso	Valor
Transporte	200
Copias	100
Guía	150
Internet	80
Impresión de Tesis	300
TOTAL	830

Nota. Esta tabla muestra el presupuesto a ejecutarse en el presente proyecto. (Paute y Mori, 2023)

14.6 Anexo 6: Cronograma

Tabla 18

Cronograma de actividades

Tiempo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre
Orientarán en las líneas de investigación del Instituto y les inducirán sobre los problemas que se pretenden solucionar con la investigación	X						
Refuerzo en problema a trabajar en base a las líneas de investigación	X						
Identificación del problema	X						
Planteamiento del tema	X	X					
Elaboración de justificación		X					
Planteamiento de objetivo general y objetivos específicos		X					
Elaboración del marco institucional y marco teórico.			X				
Elaboración del diseño metodológico				X			
Determinación de la muestra, recursos, y bibliografía.				X			
Presentación del proyecto ante el Vicerrectorado de Desarrollo e Innovación				X			
Investigación de campo: Diseño y aplicación de encuesta y/o entrevista, observaciones de campo.					X		

Tabulación y elaboración de gráficas, análisis cuantitativo y cualitativo.			
Desarrollo de investigación y propuesta de acción	X	X	X
Elaboración de conclusiones y recomendaciones y levantamiento del documento final del borrador de proyecto de investigación.			X
Revisión integral del proyecto			
Revisión del esquema de la investigación en base al Manual de Titulación del ITSS, impresión de certificados varios y documentos legales solicitados en el Manual ITSS y Secretaría del ITSS, revisión y legalización por parte del director (firmas), impresión y anillado			X
Entrega de borradores de proyectos de investigación de fin de carrera según el horario y orientaciones que secretaria ISTS indique a través de sus correos institucionales.			X

Nota. La presente tabla muestra las actividades a desarrollarse para fin de la titulación. (Paute y Mori, 2023).

14.7 Anexo 7: Evidencia fotográfica

Figura 18

Realización de encuestas



Nota. Evidencia fotográfica sobre la realización de la encuesta a los estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista Catacocha (Mori y Paute, 2023).

Figura 19

Realización de encuestas



Nota. Evidencia fotográfica sobre la realización de la encuesta a los estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista Catacocha (Mori y Paute, 2023).

Figura 20

Socialización de la guía



Nota. Evidencia fotográfica sobre la socialización de la guía a los estudiantes de la Unidad Educativa Fiscomisional Marista Catacocha (Mori y Paute, 2023).

14.8 Anexo 8: Certificado de Abstract



CERTF. N° 016-JG-ISTS-2023
Loja, 27 de Octubre de 2023

El suscrito, Lic. Jordy Christian Granda Feijoo, Mgs., **COORDINADOR-DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS - CIS DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO "SUDAMERICANO"**, a petición de la parte interesada y en forma legal,

CERTIFICA:

Que el apartado **ABSTRACT** del Proyecto de Investigación de Fin de Carrera de las señoritas MORI RAMÍREZ JHOSELYN NIKOOL y PAUTE PAUTA YALENY PATRICIA estudiantes en proceso de titulación periodo Abril – Noviembre 2023 de la carrera de ENFERMERIA; está correctamente traducido, luego de haber ejecutado las correcciones emitidas por mi persona; por cuanto se autoriza la impresión y presentación dentro del empastado final previo a la disertación del proyecto.

Particular que comunico en honor a la verdad para los fines académicos pertinentes.

English is a piece of cake.

Lic. Jordy Christian Granda Feijoo, Mgs.
COORDINADOR-DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS ISTS - CIS

