

**UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**T E S I S**

**Relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco - Octubre a Diciembre del 2024**

**Para optar el título profesional de:  
Licenciada en Enfermería**

**Autoras:**

**Bach. Noria Milagros BONIFACIO GILIAN**

**Bach. Leslie Fiorela ROBLES PAITAN**

**Asesor:**

**Mg. Emerson Edwin LEON ROJAS**

**Cerro de Pasco - Perú - 2025**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**T E S I S**

**Relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco - Octubre a Diciembre del 2024**

**Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:**

---

Dr. Isaías Fausto MEDINA ESPINOZA

**PRESIDENTE**

---

Mg. Yolanda COLQUI CABELLO

**MIEMBRO**

---

Mg. Glenn Clemente ROSAS USURIAGA

**MIEMBRO**



**Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión**  
**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Unidad de Investigación**

---

## **INFORME DE ORIGINALIDAD N° 016-2025**

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

**BONIFACIO GILIAN, Noria Milagros**  
**ROBLES PAITAN, Leslie Fiorela**  
Escuela de Formación Profesional  
**ENFERMERIA**

Tesis

**“Relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco - octubre a diciembre del 2024”**

Asesor:

**Mg. EMERSON EDWIN LEON ROJAS**

**Índice de Similitud: 15 %**

Calificativo  
**APROBADO**

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 21 de mayo del 2025



Firmado digitalmente por PAITA  
HUATA Elsa Lourdes PAITA  
2025.05.20 11:03:19  
Huata Elsa Lourdes Paita Huata  
Fecha: 2025.05.20 11:03:19 -05:00

**Dra. Elsa Lourdes PAITA HUATA**  
Directora de la Unidad de Investigación  
Facultad de Ciencias de la Salud

## **DEDICATORIA:**

A Dios, a mi madre por siempre darme las fortalezas, a mi padre, aunque no esté a nuestro lado siempre nos acompaña y nos guía, a mi familia y enamorado por siempre darme esos ánimos y alientos para continuar, este logro los dedico de todo corazón, ya que siempre me acompañaran en cada logro alcanzada.

**Leslie R.P**

A mis padres por enseñarme el valor de la perseverancia, especialmente a mi madre por su apoyo emocional y cooperación.

**Milagros B.G**

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero dar mi sincero agradecimiento a nuestro asesor de tesis, por su ayuda, paciencia y conocimiento, que fueron fundamentales para el desarrollo de este proyecto, a mi familia por el respaldo constante, su apoyo fue fundamental para alcanzar este objetivo.

**Leslie R.P**

Agradezco a Dios por haberme guiado en esta etapa de mi vida, asimismo a mis padres que han sido mi inspiración, a mis hermanos que fueron parte fundamental de mi crecimiento profesional. A los docentes que compartieron todos sus conocimientos.

**Milagros B.G**

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo, identificar la relación del estrés de los adolescentes de 14 a 16 años, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.

**Materiales y métodos:** El tipo de investigación que se utilizó fue básica, cualitativa, el método usado corresponde al descriptivo. Para dicho fin, se contó con una muestra de 60 estudiantes del 3ro al 5to de secundaria a quienes se les aplicó el cuestionario estructurado con preguntas de los niveles de estrés y trastornos alimentarios de las adolescentes.

**Conclusión:** La mayoría de adolescentes 56.6% presenta un nivel de conocimiento adecuado de los trastornos alimentarios, seguido del 31.7% medianamente adecuado y el 11.7% inadecuado, así mismo, en la mayoría de adolescentes 46.7% se encuentran presente los trastornos alimentarios, seguido del 50% presente y el 3.3% ausente. La mayoría de estudiantes 53.3% presenta nivel de estrés leve, el 36.7% leve y el 10% moderado.

**Palabras clave:** Estrés en adolescentes, trastornos alimentarios.

## **ABSTRACT**

The present study aimed to identify the relationship between stress in adolescents aged 14 to 16 years and eating disorders - María Parado de Bellido Educational Institution - Cerro de Pasco, October to December 2024.

**Materials and Methods:** The research used was basic, qualitative, and descriptive. To this end, a sample of 60 students from 3rd to 5th grade of secondary school was recruited. A structured questionnaire was administered to these students, including questions about stress levels and eating disorders in adolescents.

**Conclusion:** The majority of adolescents (56.6%) had an adequate level of knowledge about eating disorders, followed by 31.7% with moderately adequate knowledge and 11.7% with inadequate knowledge. Likewise, eating disorders were present in the majority of adolescents (46.7%), followed by 50% with knowledge and 3.3% with no knowledge. The majority of students (53.3%) reported mild stress, 36.7% mild stress, and 10% moderate stress.

**Keywords:** Stress in adolescents, eating disorders.

## INTRODUCCIÓN

El objetivo general planteado es, identificar la relación del estrés de los adolescentes de 14 a 16 año, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024. Los objetivos específicos son: Identificar las manifestaciones clínicas del estrés de las adolescentes, identificar los trastornos alimentarios que presentan las adolescentes y determinar la relación entre el estrés de las adolescentes de 14 a 16 año, con los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido.

El tipo de investigación que se utilizó fue básica, cualitativa, el método usado corresponde al descriptivo. Para dicho fin, se contó con una muestra de 60 estudiantes del 3ro al 5to de secundaria a quienes se les aplicó el cuestionario estructurado con preguntas de los niveles de estrés y trastornos alimentarios de las adolescentes.

Los trastornos alimentarios en la mayoría de adolescentes 46.7% se encuentran medianamente presente, en el 50% presente y el 3.3% ausente. La mayoría de estudiantes 53.3% presenta nivel de estrés leve, el 36.7% leve y el 10% moderado. El informe de investigación incluye: El problema de investigación, el marco teórico, la metodología y técnicas de investigación, presentación de resultados, conclusiones y recomendaciones, bibliografía y anexos.

## INDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN

INDICE

## CAPITULO I

### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Delimitación de la investigación.....	2
1.3. Formulación del problema .....	2
1.3.1. Problema general .....	2
1.3.2. Problemas específicos .....	2
1.4. Formulación de objetivos.....	3
1.4.1. Objetivo general .....	3
1.4.2. Objetivos específicos.....	3
1.5. Justificación de la investigación .....	3
1.6. Limitación de la investigación .....	4

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del estudio.....	5
2.1.1 Nacionales:.....	5
2.1.2 Internacionales .....	9
2.2 Bases teóricas – científicas .....	14

2.2.1.	Trastornos alimenticios: una vida cargada de emociones. ....	14
2.2.2.	Anorexia nerviosa .....	14
2.2.3.	Bulimia nerviosa .....	15
2.2.4.	Trastorno de atracones .....	15
2.2.5.	Teria – trastorno de evitación y restricción de la ingesta de alimentos. ...	16
2.2.6.	Trastorno de la rumiación .....	16
2.2.7.	Pica.....	16
2.3	Definición de términos básicos .....	17
2.3.1.	Estrés. ....	17
2.3.2.	Estrés muy leve. – .....	17
2.3.3.	Estrés leve. – .....	17
2.3.4.	Estrés moderado. – .....	17
2.3.5.	Trastornos alimentarios. – .....	17
2.4	Enfoque filosófico – epistémico .....	18

### **CAPITULO III**

#### **METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION**

3.1	Tipo de investigación .....	19
3.2	Nivel de investigación.....	19
3.3	Características de la investigación .....	19
3.4	Métodos de investigación .....	19
3.5	Diseño de investigación .....	20
3.6	Procedimiento del muestreo.....	20
3.7	Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	21
3.8	Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....	21
3.9	Orientación ética .....	21

## **CAPITULO IV**

### **PRESENTACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. Presentación, análisis e interpretación de resultados .....	22
4.2. Discusión de resultados.....	28

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

ANEXOS

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Población adolescente, por edad, según grado de instrucción – Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 ....	22
<b>Tabla 2.</b> Población adolescente, por lugar de residencia, según presencia de bullying - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	23
<b>Tabla 3.</b> Población adolescente, por peso, según talla - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.....	25
<b>Tabla 4.</b> Población adolescente, por nivel de conocimiento de los trastornos alimentarios, según grado de instrucción- Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	26
<b>Tabla 5.</b> Población adolescente, por nivel de estrés, según presencia de trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	27

## INDICE DE GRAFICOS

<b>Grafico 1.</b> Población adolescente, por edad, según año de estudios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	23
<b>Grafico 2.</b> Población adolescente, por lugar de residencia, según presencia de bullying – Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	24
<b>Grafico 3.</b> Población adolescente, por peso, según talla - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	25
<b>Grafico 4.</b> Población adolescente, por nivel de conocimiento de los trastornos alimentarios, según grado de instrucción- Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	27
<b>Grafico 5.</b> Población adolescente, por nivel de estrés, según presencia de trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024 .....	28

## **CAPITULO I**

### **PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1. Planteamiento del problema.**

El estrés en los jóvenes, especialmente en el grupo de edad de 14-16, se ha preocupado cada vez más por la salud pública. Esta etapa de desarrollo se caracteriza por cambios significativos físicos, emocionales y sociales que pueden conducir a altos niveles de estrés. La presión académica, las expectativas sociales y los cambios hormonales son factores que pueden exacerbar esta situación. Los trastornos alimentarios como la anorexia y la bulimia son condiciones graves que se pueden desarrollar en respuesta al estrés.

Los jóvenes son particularmente vulnerables a estos sufrimientos debido a una serie de factores: la presión social, el impacto de los medios y las normas culturales en la imagen del cuerpo pueden causar que los jóvenes que asumen alimentos no saludables, baja confianza en sí mismas, el estrés asociado con la autoimagen puede causar trastornos alimentarios como el peso o el control de la apariencia. Los estudios de estrés en adolescentes y su relación con los trastornos alimentarios proporcionarán información valiosa para desarrollar programas

preventivos y terapéuticos. La prevención del estrés desde una perspectiva integrada, que incluye apoyo emocional, imagen corporal y hábitos alimenticios saludables, es muy importante para mejorar la salud mental y física de los adolescentes.

Por todo ello se planteó el siguiente trabajo de investigación: ¿Cuál es la relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024?

## **1.2. Delimitación de la investigación**

La investigación se realizó en el ámbito de la Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.

## **1.3. Formulación del problema**

### **1.3.1. Problema general**

¿Cuál es la relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco - octubre a diciembre del 2024?

### **1.3.2. Problemas específicos**

- a. ¿Cuáles son las características generales de las adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa María Parado de Bellido?
- b. ¿Cuáles son las manifestaciones clínicas del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa María Parado de Bellido?
- c. ¿Cuáles son los trastornos alimentarios que presentan las adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa María Parado de Bellido - Institución Educativa María Parado de Bellido?

- d. ¿Cuál es la relación entre el estrés de las adolescentes de 14 a 16 año, con los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido?

#### **1.4. Formulación de objetivos**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Identificar la relación del estrés de los adolescentes de 14 a 16 año, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

- a. Identificar las características generales de las adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa María Parado de Bellido.
- b. Identificar las manifestaciones clínicas del estrés de las adolescentes de 14 a 16 año de la Institución Educativa María Parado de Bellido.
- c. Identificar los trastornos alimentarios que presentan las adolescentes de 14 a 16 año de la Institución Educativa María Parado de Bellido - Institución Educativa María Parado de Bellido.
- d. Determinar la relación entre el estrés de las adolescentes de 14 a 16 año, con los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido.

#### **1.5. Justificación de la investigación**

Los trastornos alimentarios como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y los trastornos de los atracones han aumentado significativamente y afectan principalmente a las mujeres jóvenes.

Actualmente se estima que aprox. El 3% de la población sufre de estos trastornos, la mayoría de los cuales afectan a los jóvenes. Esto es alarmante

porque estas enfermedades están asociadas con un alto riesgo de muerte y complicaciones físicas y psicológicas. La juventud es un período crítico en el que los jóvenes son particularmente vulnerables a los cambios hormonales del estrés y la presión social y académica.

El contexto especial de María Parado de Belido College debe verificarse sobre cómo esta dinámica afecta a los estudiantes. Un estudio reciente muestra que el estrés ocurre generalmente antes de los trastornos alimentarios en los adolescentes, lo que indica un vínculo directo entre los dos factores.<sup>11</sup>

#### **1.6. Limitación de la investigación**

Ninguna

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes del estudio**

##### **2.1.1 Nacionales:**

Dulanto Adrianzen, I., & Sanchez Olivares, C. A. (2024). Relación entre el apego y el trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en adolescentes.

El comportamiento alimentario (TCA) es un problema psicológico preocupante, porque los jóvenes tienen una gran propagación, a un mayor nivel de representación de la anorexia y la alimentación. Se ha demostrado que parte de los factores que predicen el desarrollo de los trastornos alimentarios, esta es una relación parental. De esta manera, este estudio tiene como objetivo determinar la relación entre el apego y la TCA en los adolescentes. Para este propósito, la búsqueda ha sido implementada por las recomendaciones de liderazgo de Prisma (Page et al., 2021). Las instalaciones de consultoría son Scopus, EBSCO, Dialympient y ProQuest. Se han seleccionado 10 artículos sobre la base de criterios que incluyen y excepción para su análisis. Como resultado, se descubrió que 9 artículos mostraron una relación positiva entre la

cohesión peligrosa y la TCA; Sin embargo, 5 de ellos necesitan intermediarios para explicar esta conexión. Además, no hay relación en el artículo restante. Estos resultados indican que los adolescentes con apegos peligrosos serán mostrados más por TCA. La investigación futura debe centrarse en la intervención integral de que la familia es un factor para el desarrollo de trastornos de adolescencia.<sup>1</sup>

**Franco López, M. (2013).** Estrés y sintomatología de trastornos alimenticios en adolescentes de Lima.

Este estudio tiene como objetivo determinar la relación entre el estrés y los síntomas de los trastornos alimentarios (TA) en adolescentes y hombres de 14 a 18. Al final, hay una muestra de 208 estudiantes de las escuelas secundarias cuarta y quinta en Lima, utilizadas por los proveedores EDI-2 ( Se ha encontrado que la insatisfacción con el cuerpo, el acoso escolar y la obsesión con el arte están relacionados con mayores niveles de estrés con problemas con el futuro y los problemas con colegas en mujeres; Y en los hombres, con un mayor nivel de estrés relacionado con los problemas. Además, el género y el cuerpo han encontrado la diferencia en el estrés y los síntomas. Por supuesto, las mujeres tienen los síntomas más grandes relacionados con este nivel de estrés y un nivel superior. Además, resulta que los jóvenes con sobrepeso están más insatisfechos con sus cuerpos; Y los representantes ordinarios del IMC se consideran un factor estresante en los problemas en el campo de los individuos.<sup>3</sup>

**Huarcaya Landa, L. K., & Pariona Soto, M. (2023).** Estrés académico y estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa José Andrés Razuri de Pachacútec, 2023.

Este estudio tiene como objetivo determinar la relación entre el nivel de

estrés de aprendizaje y el estado nutricional entre los jóvenes del Instituto de Educación José Andres Rasari, en 2023. La población fue creada por 83 escuelas secundarias 4 y 5 de adolescentes de 14 a 16 años. Métodos de aprendizaje: lo básico, cuantitativo, no, horizontal, horizontal, pruebas de descripción. Como herramienta para el estrés de aprendizaje, la técnica de encuesta, cuestionario de SISCO, incluidas 23 preguntas, 3 mediciones: reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones conductuales, nutrición, indicadores de masa corporal, métodos de observación como herramienta, equilibrio y asombra. Resultados: La correlación de las variables se descubre con Almen. El 25.3% de los adolescentes tienen baja tensión y volumen normal. Cuando se trata del estrés de aprendizaje, el 44.6% es bajo. Cuando se trata de condición de alimentos, el 3.6% de los adolescentes son obesos. Para los tamaños: reacciones físicas, el 24.1% tiene tensión promedio y con sobrepeso. La reacción psicológica del 20.5% representa la tensión promedio y la masa normal, luego el 19.3% del nivel promedio y excesivo. La reacción conductual del 26.5% representa una bolsa baja y una masa normal, y el 18.1% tiene alta tensión y sobrepeso. Se ha encontrado que existe una relación adecuada para el valor de los datos estadísticos Rho Spearman ( $RS = 0.48$ ) con el nivel de significado ( $P = 0,000$ ), menos ( $P > 0.05$ ) entre el aprendizaje y el estado de alimentos de los adolescentes.<sup>7</sup>

**Olaya Sifuentes, L. D, & Trujillo Díaz, R. A.** Asociación entre la violencia y el consumo de alimentos procesados y ultra procesados en los adolescentes de 13 a 16 años según la quinta ronda de Niños del Milenio en el Perú. Diferentes estudios han identificado una información diferente sobre la violencia entre los adolescentes, lo que muestra que las personas que entran en

contacto con este tipo de agresión tienen comportamientos de salud riesgosos, principalmente relacionados con los comportamientos de dibujos animados, como el consumo de productos alimenticios extremadamente procesados. Sin embargo, ninguna investigación ha hecho esta relación entre los adolescentes en nuestro país. **Objetivo:** El objetivo es determinar si existe una relación entre la violencia y el consumo de productos alimenticios que se tratan y se manejan extremadamente entre los adolescentes peruanos de 13 a 16 años de la quinta ronda del segundo grupo de investigación infantil en el Milenio 2016. Base de datos investigada verticalmente, Young Life, un pequeño grupo de niños del milenio en Perú y un total de 1448 artículos. Las preguntas se utilizan como fuente de información: el cuestionario de un joven, el cuestionario doméstico y una pregunta secreta. **Resultados:** obtenidos significativamente entre las variables probadas: violencia y consumo de productos alimenticios procesados y extremadamente manejados con la presencia de valores en el modelo RAW (RP = 1.29; IC 95%: 1.12-1.50) y en el modelo editado (RP = 1.23; 95%IC: 1.06-1.42). **Conclusión:** los adolescentes son más del 23 % más violentos para el uso regular de productos procesados y extremos.<sup>8</sup>

**Ramos rojas, m. d. p. (2023).** depresión, ansiedad y estrés asociados a dismorfia muscular en varones usuarios de gimnasios en arequipa en marzo del año (doctoral dissertation, universidad nacional de san agustín).

**Objetivos:** Establezca si la depresión, la ansiedad y el estrés están relacionados con la displasia muscular en la sala deportiva masculina en Arekip en marzo de 2023. **Método:** Observar, futuro y horizontal. Se presentaron hombres de 18 a 35 años, registrados en una de las 4 salas deportivas elegidas en marzo. Trabajamos con un modelo de 220 participantes; Las muestras de

probabilidad se han completado. Para recopilar datos, recopilar datos y dos registros, se han utilizado la escala de apariencia (masa) y depresión, ansiedad y escala de estrés (DASS - 21). Se calculan la frecuencia y el porcentaje de cada variable y los criterios para -qadronus se han utilizado para determinar la conexión entre variables. Resultados: De los 220 hombres del 16.8% eran músculos populares, el 45.9% tenía ideas para la depresión, el 26.4% tenía una idea de ansiedad y el 30% tenía ideas para el estrés. El 97.3% de los hombres con trastornos musculares son una idea de depresión, mientras que una prueba cuadrada da  $p < 0.05$ ; El 81.1% de las personas con popularidad muscular, tienen una idea de ansiedad, con la prueba de gasto de Kuadrado, le da un valor a  $P < 0.05$ ; El 78.4% de los hombres comunes muscular tienen una idea de pruebas condicionales duras, con los criterios de gasto -CHR, dando  $p < 0.05$ . Conclusión: La depresión, la ansiedad y el estrés tienen relaciones estadísticas con la displasia muscular. Palabras clave: trastornos musculares, depresión, ansiedad, estrés.<sup>10</sup>

### **2.1.2 Internacionales**

**Borda Pérez, M., Celemín Nieto, A., Celemín Nieto, A., Palacio, L., & Majul, F. (2015).** Bulimia nerviosa y factores de riesgo asociados en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años en Barranquilla (Colombia). *Revista Salud Uninorte*, 31(1), 36-52. **Objetivos:** Determinación de la difusión del riesgo del azúcar tardío y los factores de riesgo en las escuelas de 14 a 18 años Barranquilla. **Materiales y métodos:** Verificar la forma representativa de un estudiante de cuatro instituciones educativas en Barranquilla. Llegaron 149 personas de 14 a 18 años. Esta herramienta se utiliza para identificar la imagen del cuerpo y comer locos (preguntas sobre formas del cuerpo), pruebas de bulimia en la prueba de Edimburgo, Rosamberg y Dass21, clasificadas por IMC y

cuestionarios utilizados para factores de decisión personales. Resultados: El riesgo de bulimia ocurre es del 44.3 %. Los registros antes de determinar el 51.3 % de las mujeres, cada una cuarta sobrepeso, de los cuales el 53% de los 16 años de edad. Las características apropiadas: el 18.2 % han tomado diuréticos y laxantes para perder peso; El 40.9 % tiene problemas económicos; El 56 % expresó miedo; El 53 % de la depresión y el 53 % no están satisfechos con sus imágenes. Se ha observado la tendencia de unión: sobrepeso, a menudo salta, consumo de tres comidas y cortes, comiendo tres comidas, usando diuréticos o laxantes para perder peso, ansiedad, depresión, estrés y insatisfacción con el cuerpo; Ni siquiera significativamente y se ha obtenido la probabilidad de la circulación por debajo de 0.05. Conclusión: El riesgo de comer loco se muestra principalmente en grupos > 16 años, en mujeres y complejidad promedio. Conexión estadística con baile con sobrepeso, comer tres comidas y cortar, comer tres comidas, usar diuréticos o laxantes para perder peso, miedo, depresión, estrés e insatisfacción con el cuerpo.<sup>2</sup>

**Escudero Vidal, J. (2006).** Alexitimia y vulnerabilidad a trastornos alimentarios en adolescentes gallegos de 12-16 años. Servicio de Publicaciones, Universidad de Burgos. Considere los problemas actuales con los trastornos alimentarios y de salud mental, y para proporcionar nuevos datos para la misión del maestro de una sesión de capacitación representativa de 3389 adolescentes de Galicia (de 1 a 4 años E.S.O.), los estudios de doctorado muestran que la aparición de trastornos con los evaluadores o en riesgo de su enfermedad; El análisis de la difusión de problemas de salud mental y la alexitimia y en comparación con otros estudios, o los resultados logrados en los adolescentes de Galian están en riesgo de estos trastornos mayores o menos. Las principales conclusiones que sacamos

a Show muestran que encontramos que se espera TCA todos los días a la edad más temprana (11-13 años, el primer lugar en E.S.O.) y se desarrolló con el tiempo. Aunque los números no son preocupantes, la evolución que vemos es un poco de preocupación.<sup>4</sup>

**Celemín-nieto, A., Celemín-Nieto, A., Palacio, L., & Majul, F. (2015).** Bulimia nerviosa y factores de riesgo asociados en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años en Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 31(1).  
Objetivos: Determinación de la difusión del riesgo del azúcar tardío y los factores de riesgo en las escuelas de 14 a 18 años Barranquilla. *Materiales y métodos:* Verificar la forma representativa de un estudiante de cuatro instituciones educativas en Barranquilla. Llegaron 149 personas de 14 a 18 años. Esta herramienta se utiliza para determinar la imagen y la bulimia del cuerpo (cuestionario de forma del cuerpo), pruebas de bulimia en la prueba de Edimburgo, Rosamberg y Dass<sup>21</sup>, IMC están clasificados y un cuestionario para los factores de decisión personales aplicados y utilizados. *Resultados:* El riesgo de bulimia ocurre es del 44.3%. El perfil se define mejor por el 51.3% de las mujeres, cada una de los cuatro excesos de peso, de los cuales el 53% es 16 o más. *Características apropiadas:* el 18.2% usa diuréticos y laxantes para perder peso, el 40.9% tiene problemas económicos; El 56% muestra ansiedad, 53% de depresión y 53% MSAT con imágenes corporales. Se ha observado la tendencia de unión: sobrepeso, a menudo salta, consumo de tres comidas y cortes, comiendo tres comidas, usando diuréticos o laxantes para perder peso, ansiedad, depresión, estrés y insatisfacción con el cuerpo; Se obtuvieron desigualdad significativa y probabilidad de gasto cuadrado inferior a 0.05. *Conclusión:* El riesgo de comer loco se muestra principalmente en un grupo 2 16 años, según

mujeres y moda. Conexión estadística con baile con sobrepeso comer tres comidas y cortar, comer tres comidas, usar diuréticos o laxantes para perder peso, miedo, depresión, estrés e insatisfacción con el cuerpo.<sup>5</sup>

**Soto Plaza, H. B., & Vázquez Zhunio, P. D. (2024).** Mindfulness y Estrés en Estudiantes Mujeres: Estudio de Intervención (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay). El estrés es un gran inconveniente en la vida de los adolescentes, por lo que usar la conciencia como herramienta diaria puede ayudar a reducir el estrés. Este estudio tiene como objetivo desarrollar y llevar a cabo un seminario de capacitación en el campo de los métodos de conciencia para reducir las tensiones en un grupo de 14 adolescentes de 16 a 17 estudiantes de secundaria en una organización privada. La naturaleza de la prueba es cuantitativa y horizontal. Para obtener datos, se han utilizado dos tipos de escala; La primera es la escala de tensión (PSS-14), que mide el nivel de voltaje; En segundo lugar, incluye el hecho de que la escala de atención, las larvas de colester (MAAA), la medición de la frecuencia de conciencia en la vida diaria. Después del análisis estadístico, se encontró que después de usar el taller, el nivel de estrés de los participantes ha disminuido significativamente. 6

**Ortis Gallardo, S. E. (2024).** Ansiedad y comportamiento entre los adolescentes de una organización educativa para cuidar Kito (Bachelor, Quito: University of Tecnologica Indoamèrica). Preocuparse como un estado de miedo general, bajo la influencia de las dificultades en la comprensión y el manejo de las emociones, así como un entorno caótico. La relación entre la ansiedad y las decisiones relacionadas con la comida en los adolescentes se destaca cuando estresado puede crear diferentes respuestas. Además, se mencionó que el miedo afectó los resultados de la escuela en este grupo. La creciente popularidad de los

adolescentes se explica por diferentes factores, como los cambios hormonales y las tensiones académicas. Se ha enfatizado la importancia de detectar y resolver la ansiedad, ya que puede afectar negativamente la vida diaria y conducir a la salud mental. Para los trastornos del comportamiento alimentario, se enfatiza su complejidad e influencia de los factores biológicos, familiares y de la sociedad. Se ha mencionado la aplicación de una dieta limitada y la preocupación por el peso ideal, especialmente en los adolescentes. Se indica que los trastornos del comportamiento alimentario no afectan a las mujeres, porque una proporción significativa de hombres también tiene estos problemas. La importancia de la detección temprana y el enfoque integrado, con la participación activa de la familia. La relación entre la sociedad, la presión social y los trastornos alimentarios se enfatiza como un problema para identificar y tratar estos problemas en los adolescentes. El estudio ocurrió después de un modelo realista, centrándose en la objetividad y la búsqueda de causas sociales por métodos cuantitativos. Aplique un enfoque de descripción cuantitativa para analizar la relación entre variables, la aplicación de un proyecto no estimulante. La exposición incluye adolescentes de 14 a 17 años de organización educativa en Kito. El muestreo es una opción que no identifica muestras para pruebas subjetivas de limitaciones o costos de tiempo. La importancia de una muestra representativa para aumentar la eficiencia y la precisión en la recopilación de datos es especial. Conclusión: en este grupo de jóvenes hay una relación significativa y la relación entre ansiedad y comportamiento en la nutrición. Los datos indican que el bajo nivel de alarma está asociado con comer menos fácilmente. La mayoría de los participantes (57.3%) tienen alarmas bajas, y luego el 38% con ansiedad moderada y 4.7% con fuerte ansiedad. Mantener los

alimentos analizados, mostrando diferentes niveles en diferentes aspectos, como la conciencia relacionada, la pérdida de confianza entre los individuos, la perfección, la sociedad de incertidumbre, la evidencia, la obsesión con la fragilidad, el impulsivo, el miedo, el ineficaz, los asesores, como el sexo, la edad, el curso, el curso y el vivido.<sup>9</sup>

## **2.2 Bases teóricas – científicas**

### **2.2.1. Trastornos alimenticios: una vida cargada de emociones.**

Los trastornos alimentarios son algunos de los años más comunes de adolescencia y pueden causar una enfermedad crónica e incluso incapaz. A menudo, los signos y síntomas aparecen entre las edades de 14 y 19 años, pero también pueden ocurrir en adultos y niños.<sup>12</sup>

La mayoría de los trastornos alimentarios están asociados con una profunda insatisfacción con el cuerpo, la forma y el peso, lo que lleva a las personas a crear un consumo de alimentos poco saludable. Los trastornos alimentarios son esencialmente estados psicológicos que acompañan a factores interpersonales, sociales y culturales que interfieren con el comportamiento alimentario humano y tienen un impacto negativo en la salud física y mental. El no complemento, la depresión, la ansiedad, la soledad, así como las dificultades en las relaciones familiares y personales o la dificultad del evento traumático también pueden contribuir a los trastornos alimentarios. Si cree que le gusta cualquiera de los sufrimientos que describimos a continuación, busque ayuda lo antes posible. ¡Cuanto antes comience el tratamiento, mejor!<sup>12</sup>

### **2.2.2. Anorexia nerviosa**

La nerviosa de la anorexia, como característica principal, es una insatisfacción extrema con el tamaño o la forma o las partes del cuerpo, lo que

hace que la persona desee alimentos que causen confianza en sí mismo debido a negarse a comer y una pérdida excesiva de peso. Hay miedo y un intenso aumento de peso. El bajo peso puede hacer amenorrea de mujeres y niñas (cuando la menstruación se detiene durante 3 meses consecutivos). Por lo general, una persona puede tener una piel muy seca, además de la obvia pérdida de peso, la pérdida del cabello y el retraso en el desarrollo de la pubertad (cuerpo de niños).<sup>12</sup>

### **2.2.3. Bulimia nerviosa**

Al igual que la anorexia nerviosa, el miedo a la grasa y trata de perder peso de los síntomas principales de la bulimia nerviosa. La característica más importante es el ayuno prolongado, que utiliza grandes cantidades de episodios de ingesta de alimentos, seguido de limpieza de alimentos, consumidos para compensar las calorías consumidas. Es una sensación de pérdida de control seguida de la falla que causa tratamiento. Como una forma de compensar la ingesta excesiva de alimentos, una persona que padece estos trastornos, vómitos, diarrea, tabletas dietéticas y otros mecanismos de limpieza con el objetivo final de perder peso. El peso de una persona puede variar de un peso normal a exceso. Es posible que una persona muestre erosión del esmalte dental de episodios de vómitos, así como problemas del tracto gastrointestinal y cicatrices en la parte posterior de la piel como resultado de la inducción de vómitos, incluidas las marcas.<sup>12</sup>

### **2.2.4. Trastorno de atracones**

Las personas que sufren de trastornos de atracción tienen episodios de alimentación no controlados frecuentes. La diferencia con la bulimia es que los comedores obligatorios no eliminan el exceso de calorías del cuerpo. Sus

características principales son la ingesta arbitraria de alimentos, sin opción o criterio para qué comer, y generalmente toma 2 horas, seguido de una sensación de hinchazón física, incomodidad y control emocional, culpa y vergüenza.<sup>12</sup>

#### **2.2.5. Teria – trastorno de evitación y restricción de la ingesta de alimentos.**

Utilizando alimentos selectivos y exigentes, estos trastornos se caracterizan por una intensa falta de interés en ciertos grupos de alimentos y otras preferencias basadas en sus sentidos, como el color, la textura y el olor, como comer color de luz y nada más. Una persona puede causar cambios de peso, crecimiento nutricional significativo y déficit.<sup>12</sup>

#### **2.2.6. Trastorno de la rumiación**

Es una regurgitación de alimentos repetida después de una comida y no está relacionado con el estómago, el gimnasio u otra condición, como el reflujo. Esto significa que la persona que padece este problema introduce alimentos y luego regresa a la boca, la comida ya consumida y repite esta acción varias veces, masticando y comiendo nuevamente.<sup>12</sup>

#### **2.2.7. Pica**

Una persona con pica no come regularmente o más, y este comportamiento no está relacionado con ninguna tradición cultural o etapa de desarrollo, como niños menores de 2 años que generalmente llevan la droga a la boca. Estas personas pueden mostrar nutrición o complicaciones clínicas como obstrucción intestinal, envenenamiento, papel para comer, arcilla, suelo o cabello.<sup>12</sup>

## **2.3 Definición de términos básicos**

### **2.3.1. Estrés.**

El estrés es una reacción corporal natural y una situación de la situación que se percibe como amenazante o desafiante. Es una sensación de emoción física o emocional que puede tener diferentes causas y efectos de diferentes maneras.

### **2.3.2. Estrés muy leve. –**

Es una reacción corporal normal a situaciones desafiantes o estresantes que incluso pueden estar en dosis bajas. Este tipo de estrés a menudo se resuelve rápidamente y puede manifestarse por síntomas como un ligero aumento de la frecuencia cardíaca, la tensión muscular o la dificultad para concentrarse.

### **2.3.3. Estrés leve. –**

Puede ser una reacción corporal normal a situaciones difíciles, como pruebas o acciones. Esto puede causar vigilancia y excelente capacidad para enfrentar la situación. Sin embargo, el estrés excesivo o crónico puede causar consecuencias negativas para la salud.

### **2.3.4. Estrés moderado. –**

Respuesta óptima y saludable del organismo frente a circunstancias difíciles, que puede potenciar el desempeño y la motivación. No obstante, es crucial mantenerlo controlado para prevenir que se transforme en estrés persistente y perjudique la salud física y mental.

### **2.3.5. Trastornos alimentarios. –**

El trastorno alimentario compulsivo, junto con la anorexia, es el más frecuente. Institución educativa emblemática María Parado Bellido. – Se

encuentra ubicado el distrito de Yanacancha y alberga exclusivamente a las alumnas del sexo femenino.

#### **2.4 Enfoque filosófico – epistémico**

Los trastornos alimentarios como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y los trastornos de los atracones han aumentado significativamente y afectan principalmente a las mujeres jóvenes. Actualmente se estima que aprox. El 3% de la población sufre de estos trastornos, la mayoría de los cuales afectan a los jóvenes. Esto es alarmante porque estas enfermedades están asociadas con un alto riesgo de muerte y complicaciones físicas y psicológicas. La juventud es un período crítico en el que los jóvenes son particularmente vulnerables a los cambios hormonales del estrés y la presión social y académica. El contexto especial de María Parado de Belido College debe verificarse sobre cómo esta dinámica afecta a los estudiantes. Un estudio reciente muestra que el estrés ocurre generalmente antes de los trastornos alimentarios en los adolescentes, lo que indica un vínculo directo entre los dos factores.

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION**

#### **3.1 Tipo de investigación**

El presente estudio es una investigación de tipo básica y cualitativa.

#### **3.2 Nivel de investigación**

El propósito de este nivel de estudio fue describir con mayor precisión posible la relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 años, con los trastornos alimentarios en la Institución Educativa María Parado de Bellido.

#### **3.3 Características de la investigación**

Se caracteriza por un proceso nacido con la idea de una investigación, entonces es sistemático porque sigue el orden y tiene una estructura, ya que cada parte del estudio está relacionada con cada uno de ellos, así como un estudio planificado, válida, innovadora, objetividad y prueba representativa que permitió resultados específicos y de pruebas.

#### **3.4 Métodos de investigación**

El estudio actual correspondió al método descriptivo al describir la relación entre los jóvenes de 14 a 16 años de trastornos alimentarios María para

la institución de capacitación de Belido de Cerro de Pasco

### 3.5 Diseño de investigación

#### Diseño descriptivo correlacional

	VARIABLES			
GRUPO	T1	T2	T3	Tn
G1	E1	E2	E3	En

#### Abreviaturas

G1 : GRUPO1

Gn : GRUPO número siguiente

T1 : TIEMPO 1

Tn : TIEMPO número siguiente

E1 : EVALUACIÓN 1

En : EVALUACIÓN número siguiente

### 3.6 Procedimiento del muestreo

**3.6.1 Universo objetivo.** - Todas las alumnas que estudian en la Institución Educativa María Parado de Bellido.

**3.6.2 Universo muestral.** - Todas las alumnas adolescentes que estudian en la Institución Educativa María Parado de Bellido.

**3.6.3 Muestra.** - A través del muestreo no probabilísticos intencionado se va seleccionar a las alumnas adolescentes que estudian en la Institución Educativa María Parado de Bellido durante los meses de octubre a diciembre del 2024.

a) **Criterios de inclusión.** – Se considerará a todas las alumnas adolescentes de 14 a 16 años que presenten estrés en sus diferentes

niveles.

- b) **Criterios de exclusión.** – A las alumnas que no presentes estrés de ningún tipo.

### **3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Durante la entrevista, se utilizó un cuestionario, que incluía preguntas sobre el nivel de estrés y trastornos alimentarios para los jóvenes de 14 a 16 años, las instituciones de capacitación de María para Belido de Cerro de Cerro de Pasco.

### **3.8 Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

El procesamiento de datos se llevó a cabo utilizando una prueba no métrica de chi-cuadrado porque las variables son de alta calidad, esta prueba es uno de los estudios de comportamiento más utilizados y nos ayudará a tomar la decisión más adecuada sobre la hipótesis de nuestro estudio. Los datos encontrados se organizaron en tablas de doble entrada y se representaron con una barra simple y otro horario estadístico.

### **3.9 Orientación ética**

Para los trastornos juveniles de 14 a 16 años, la institución de capacitación de María Parado de Belido de Cerro de Pasco es una relación significativa con el estrés psicosocial, especialmente en el contexto familiar y académico. Esta conexión requiere un enfoque ético que se centre en la prevención, la intervención interdisciplinaria y los derechos de los jóvenes para mejorar el desarrollo normal en esta prestigiosa institución educativa.

## CAPITULO IV

### PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Presentación, análisis e interpretación de resultados

*Tabla 1. Población adolescente, por edad, según grado de instrucción -  
Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a  
diciembre del 2024*

Edad (años)	Grado de instrucción (secundaria)						TOTAL	
	3ro		4to		5to			
			N°	%		%		
14	5	8.3	5	8.3		6.7	14	23.3
15	4	6.7	6	10		8.3	15	25
16	11	18.3	11	18.4		15	31	51.7
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>33.3</b>	<b>22</b>	<b>36.7</b>		<b>30</b>		<b>100</b>

Fuente: Elaboración propia

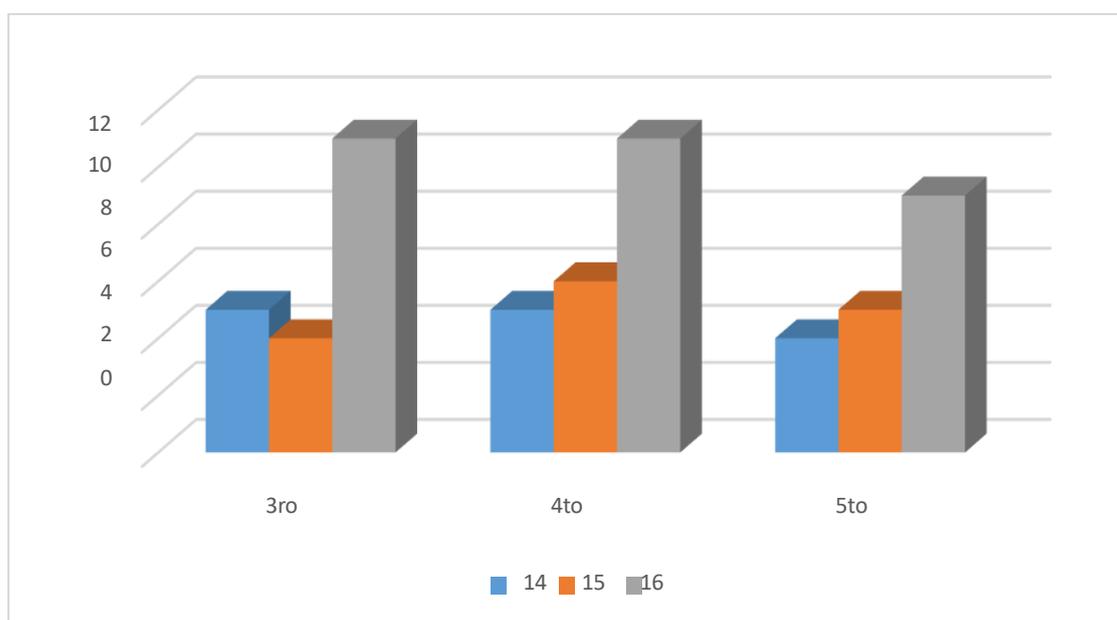
$$X^2 C = 0.402 < X^2 t = (0.05 \% \square 4 \text{ gl}) = 9.4877$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se rechaza } H_o = \text{Se acepta}$

La tabla 01 muestra a la población adolescente, por edad, según año de

estudios, en donde de un total de 60 estudiantes, la mayoría tienen 16 años, representado por el 51.7%, seguido de 15 años con un 25 %, y 23.3% de 14 años. De acuerdo al grado de instrucción, la mayoría 36.7% viene cursando el 4to año de secundaria, el 33.3% 3ero de secundaria y el 30% 5to de secundaria.

**Gráfico 1.** Población adolescente, por edad, según año de estudios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024



**Tabla 2.** Población adolescente, por lugar de residencia, según presencia de bullying - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024

Presencia de bullying	Lugar de residencia						TOTAL	
	Chaupimarca		Yanacancha		Otro lugar			
	N°	%	N°	%	N°	%		
SI	5	8.3	8	13.3		3.4		25
NO	13	21.7	18	30		8.3		60
A VECES	3		4	6.7		3.3		15
<b>TOTAL</b>	<b>21</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>50</b>		<b>15</b>		<b>100</b>

Fuente: Elaboración propia

$$X^2_c = 0.491 < X^2_t = (0.05 \% \square 4 \text{ gl}) = 9.4877$$

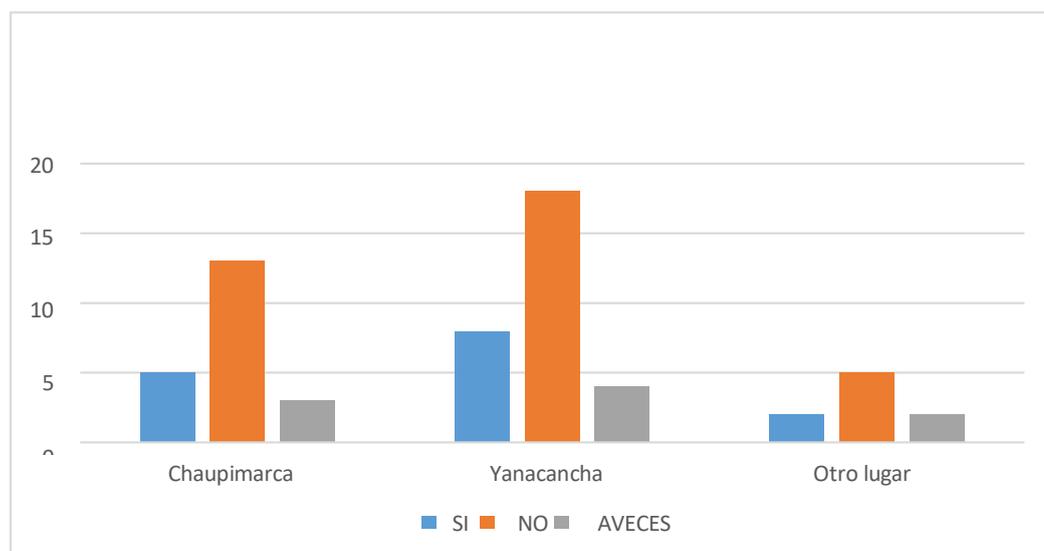
Por lo tanto: Ha = Se rechaza

Ho =Se acepta comentario:

La tabla 02 muestra a la población adolescente, por lugar de residencia, según presencia de bullying, en donde de un total de 60 estudiantes, la mayoría 60% no presentaron bullying, seguido del 25% si presentaron bullying y el 15% presentaron bullying a veces.

De acuerdo al lugar de residencia, la mayoría 50% procede de Yanacancha, el 35% de Chaupimarca, el 15% de otro lugar.

**Grafico 2.** Población adolescente, por lugar de residencia, según presencia de bullying – Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024



Fuente: Elaboración propia

**Tabla 3.** Población adolescente, por peso, según talla - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024

TALLA (m.)	PESO (Kgrs.)						TOTAL	
	40 - 45		46- 51		52 – 60			
			N°	%		%		
1.45 -1.50	3		6	10		13.3	17	28.3
1.51 – 1.55	4	6.7	7	11.7		18.3	22	36.7
1.56 – 1.60	3		7	11.7		18.3	21	35
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>16.7</b>	<b>20</b>	<b>33.4</b>		<b>49.9</b>		<b>100</b>

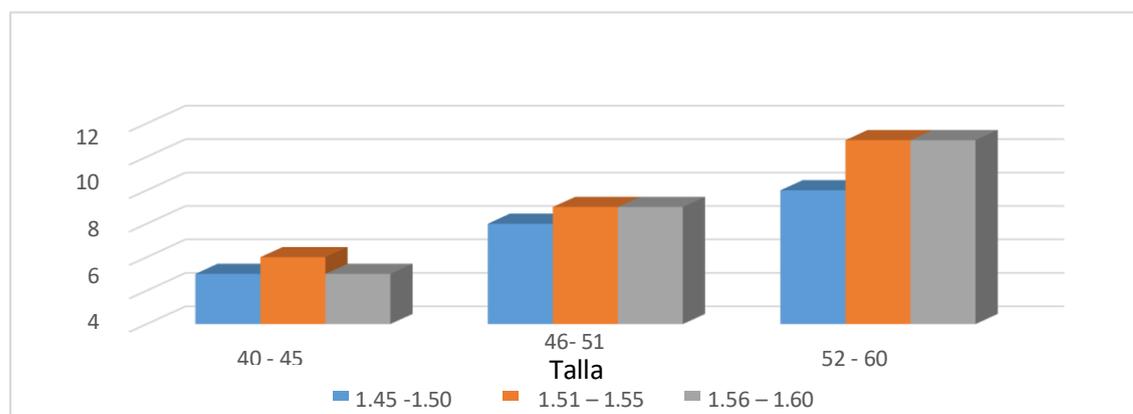
Fuente: Elaboración propia

$$X^2 C = 6.817 < X^2 t = (0.05 \% \square 4 \text{ gl}) = 9.4877$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se rechaza}$   $H_o = \text{Se acepta}$

La tabla 03 muestra a la población adolescente, por peso, según talla, en donde de un total de 60 estudiantes, la mayoría 36.7% miden entre 1.51 a 1.55 m., seguido de 35% los que miden entre 1.56 -1.60 m. y el 28.3% miden entre 1.45 – 1.50 m. De acuerdo al peso, la mayoría 49.9% pesan entre 52 a 60 kgrs., el 33.4% entre 46 – 51 kgrs. y el 16.7% de 40 a 45 kgrs.

**Grafico 3.** Población adolescente, por peso, según talla - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024



**Tabla 4.** Población adolescente, por nivel de conocimiento de los trastornos alimentarios, según grado de instrucción- Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024

Grado de instrucción	Nivel de conocimiento de los trastornos alimentarios						TOTAL	
	Adecuado		Medianamente adecuado		Inadecuado			
			N°	%		%		
3ro.	8	13.3	6	10		10	20	33.3
4to.	12	20	9	15		1.7	22	36.7
5to.	14	23.3	4	6.7		0	18	30
<b>TOTAL</b>	<b>34</b>		<b>19</b>	<b>31.7</b>		<b>11.7</b>		<b>100</b>

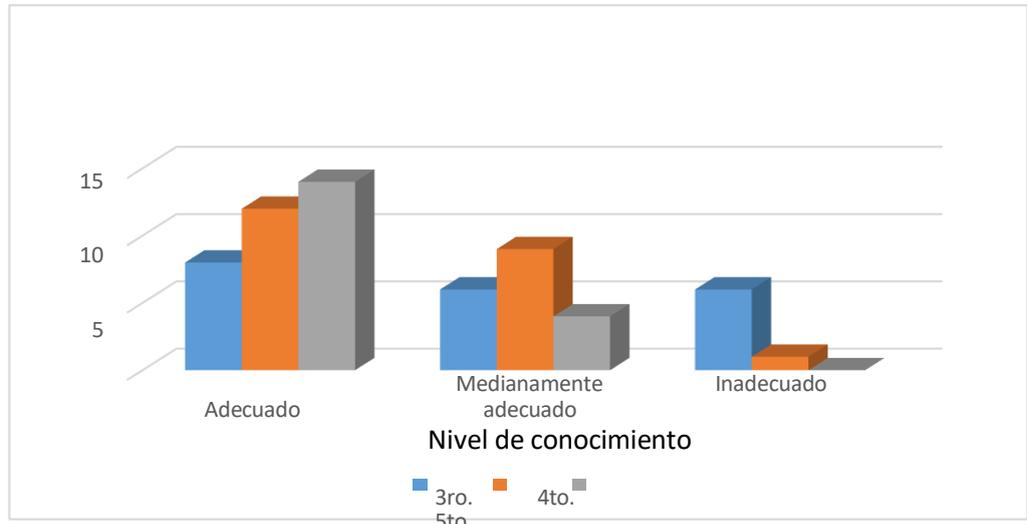
Fuente: Elaboración propia

$$X^2 C = 12.350 > X^2 t = (0.05 \% \square 4 \text{ gl}) = 9.4877$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se acepta}$   $H_o = \text{Se rechaza}$

La tabla 04 muestra a la población adolescente, por nivel de conocimiento de los trastornos alimentarios, en donde de un total de 60 estudiantes, la mayoría 56.6% presenta un nivel de conocimiento adecuado de los trastornos alimentarios, seguido del 31.7% medianamente adecuado y el 11.7% inadecuado.

**Grafico 4.** Población adolescente, por nivel de conocimiento de los trastornos alimentarios, según grado de instrucción- Institución Educativa María Parado de Bellido



**Tabla 5.** Población adolescente, por nivel de estrés, según presencia de trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024

Presencia de trastornos alimentarios	Nivel de estrés de las adolescentes						TOTAL	
	Muy leve		leve		Moderado			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Presente	17		7	11.7	6	10	30	50
Medianamente presente	13		15	25	0	0	28	46.7
Ausente	2	3.3	0	0	0	0	2	3.3
<b>TOTAL</b>	<b>32</b>		<b>22</b>	<b>36.7</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaboración propia

$$X^2_c = 11.500 > X^2_t = (0.05 \% \square 4 \text{ gl}) = 9.4877$$

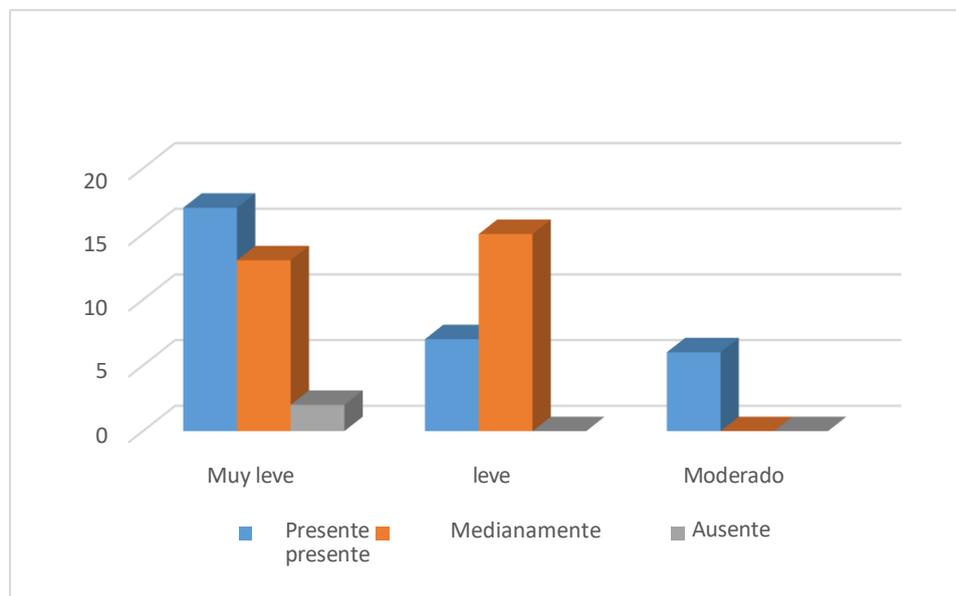
Por lo tanto: Ha = Se acepta Ho = Se rechaza

La tabla 05 muestra a la población adolescente, por nivel de estrés,

según presencia de trastornos alimentarios, en la mayoría 46.7% se encuentran presente los trastornos alimentarios, seguido del 50% presente y el 3.3% ausente.

De acuerdo al nivel de estrés, la mayoría 53.3% presenta nivel de estrés leve, el 36.7% leve y el 10% moderado.

**Grafico 5.** Población adolescente, por nivel de estrés, según presencia de trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024



#### 4.2. Discusión de resultados

El objetivo general planteado es, identificar la relación del estrés de los adolescentes de 14 a 16 año, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.

Dulanto Adrianzen, I., & Sanchez Olivares, C. A. (2024), descubrió que 9 artículos mostraron una relación positiva entre la cohesión peligrosa y la TCA; Sin embargo, 5 de ellos necesitan intermediarios para explicar esta conexión. Además, no hay relación en el artículo restante. Estos resultados indican que los

adolescentes con apegos peligrosos serán mostrados más por TCA. La investigación futura debe centrarse en la intervención integral de que la familia es un factor para el desarrollo de trastornos de adolescencia.<sup>1</sup>

Huarcaya Landa, L. K., & Pariona Soto, M. (2023). Descubre que, en el 25.3% de los adolescentes tienen baja tensión y volumen normal. Cuando se trata del estrés de aprendizaje, el 44.6% es bajo. Cuando se trata de condición de alimentos, el 3.6% de los adolescentes son obesos. Para los tamaños: reacciones físicas, el 24.1% tiene tensión promedio y con sobrepeso. La reacción psicológica del 20.5% representa la tensión promedio y la masa normal, luego el 19.3% del nivel promedio y excesivo. La reacción conductual del 26.5% representa una bolsa baja y una masa normal, y el 18.1% tiene alta tensión y sobrepeso. Se ha encontrado que existe una relación adecuada para el valor de los datos estadísticos Rho Spearman ( $RS = 0.48$ ) con el nivel de significado ( $P = 0,000$ ), menos ( $P > 0.05$ ) entre el aprendizaje y el estado de alimentos de los adolescentes.<sup>7</sup>

Borda Pérez, M., Celemín Nieto, A., Celemín Nieto, A., Palacio, L., & Majul, F. (2015), indica que, el riesgo de bulimia ocurre es del 44.3%. Los registros antes de determinar el 51.3 % de las mujeres, cada una cuarta sobrepeso, de los cuales el 53 % de los 16 años de edad. Las características apropiadas: el 18.2 % han tomado diuréticos y laxantes para perder peso; El 40.9 % tiene problemas económicos; El 56 % expresó miedo; El 53 % de la depresión y el 53 % no están satisfechos con sus imágenes. Se ha observado la tendencia de unión: sobrepeso, a menudo salta, consumo de tres comidas y cortes, comiendo tres comidas, usando diuréticos o laxantes para perder peso, ansiedad, depresión, estrés y insatisfacción con el cuerpo; Ni siquiera significativamente y se ha

obtenido la probabilidad de la circulación por debajo de 0.05. Conclusión: El riesgo de comer loco se muestra principalmente en grupos > 16 años, en mujeres y complejidad promedio. Conexión estadística con baile con sobrepeso, comer tres comidas y cortar, comer tres comidas, usar diuréticos o laxantes para perder peso, miedo, depresión, estrés e insatisfacción con el cuerpo.<sup>2</sup>

En nuestro estudio encontramos que, el 56.6% de las adolescentes presenta un nivel de conocimiento adecuado de los trastornos alimentarios, el 31.7% medianamente adecuado y el 11.7% inadecuado, así mismo, en el 46.7% se encuentran presente los trastornos alimentarios, seguido del 50% presente y el 3.3% ausente. La mayoría de estudiantes 53.3% presenta nivel de estrés leve, el 36.7% leve y el 10% moderado.

Por lo tanto, de acuerdo a los antecedentes de trabajos realizados en otras Instituciones y los resultados encontrados en nuestra investigación, podemos afirmar que en las estudiantes adolescentes del nivel secundario si se encuentran presente los problemas de los trastornos alimentarios y estrés que de una y otra forma repercuten en el rendimiento académico de las estudiantes.

## CONCLUSIONES

1. La mayoría de la población adolescente, tienen 16 años, 51.7%, seguido de 15 años 25 %, y 23.3% de 14 años.
2. La mayoría 36.7% de adolescentes viene cursando el 4to año de secundaria, el 33.3% 3ero de secundaria y el 30% 5to de secundaria.
3. La mayoría 60% de la población adolescente no presentaron bullying, seguido del 25% si presentaron y el 15% presentaron a veces.
4. La mayoría 50% procede de Yanacancha, el 35% de Chaupimarca, el 15% de otro lugar.
5. La tabla 03 muestra a la población adolescente, por peso, según talla, en donde de un total de 60 estudiantes, la mayoría 36.7% miden entre 1.51 a 1.55 m., seguido de 35% los que miden entre 1.56 -1.60 m. y el 28.3% miden entre 1.45 – 1.50 m.
6. La mayoría de adolescentes 49.9% pesan entre 52 a 60 kgrs., el 33.4% entre 46 – 51 kgrs. y el 16.7% de 40 a 45 kgrs.
7. La mayoría de adolescentes 56.6% presenta un nivel de conocimiento adecuado de los trastornos alimentarios, seguido del 31.7% medianamente adecuado y el 11.7% inadecuado.
8. En la mayoría de adolescentes 46.7% se encuentran presente los trastornos alimentarios, seguido del 50% presente y el 3.3% ausente.
9. De acuerdo al nivel de estrés, la mayoría 53.3% presenta nivel de estrés leve, el 36.7% leve y el 10% moderad

## **RECOMENDACIONES**

### **A LOS DIRECTIVOS Y DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**

#### **MARÍA PARADO DE BELLIDO:**

- 1) Fomentar la autorregulación emocional, a través de la enseñanza y prácticas estrategias de autorregulación emocional es fundamental. El “comer emocional” es una respuesta frecuente al estrés en adolescentes con estado nutricional) como extrínsecos (sistema de evaluación, metodología docente). Además, la presencia de trastornos (TCA), por lo que es clave identificar emociones y buscar alternativas saludables para gestionarlas, como técnicas de respiración y actividades artísticas.
- 2) Capacitación a docentes y padres, sensibilizar y capacitar a la comunidad educativa y a las familias para detectar señales de alerta de estrés y TCA, y saber cómo actuar ante ellas.
- 3) Fomentar actividades extracurriculares saludables, a través de la promoción de deportes, arte, música o voluntariado para canalizar el estrés de manera positiva y fortalecer la autoestima.
- 4) Desarrollar habilidades sociales y de afrontamiento, a través de la realización de talleres de habilidades sociales, resolución de conflictos y manejo de emociones, que permitan a las adolescentes enfrentar situaciones estresantes sin recurrir a conductas alimentarias desadaptativas.

### **A LAS AUTORIDADES DEL MINISTERIO DE SALUD – HOSPITAL**

#### **DANIEL ALCIDES CARRIÓN**

- 5) Implementar intervenciones psicoterapéuticas, a través de las terapias cognitivo-Conductual (TCC) es una de las intervenciones más efectivas para reducir tanto el estrés como los síntomas de los trastornos alimentarios. Esta terapia ayuda a identificar pensamientos distorsionados sobre la comida y el cuerpo, y a desarrollar

habilidades de afrontamiento más adaptativas. La terapia basada en la familia también puede ser útil, involucrando a padres y cuidadores en el proceso de recuperación.

- 6) Promover el apoyo social y grupal, los grupos de apoyo entre padres permiten compartir experiencias y estrategias de afrontamiento, reduciendo el aislamiento y el estigma asociado a los TCA y al estrés.
- 7) Asesoramiento nutricional especializado, incluir a un nutricionista con experiencia en adolescentes y TCA para educar sobre hábitos alimentarios saludables y evitar la desinformación nutricional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- (1) Dulanto Adrianzen, I., & Sanchez Olivares, C. A. (2024). Relación entre el apego y el trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en adolescentes. [https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/20368/T018\\_70813678\\_T.pdf?sequence=1](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/20368/T018_70813678_T.pdf?sequence=1)
- (2) Borda Pérez, M., Celemín Nieto, A., Celemín Nieto, A., Palacio, L., & Majul, F. (2015). Bulimia nerviosa y factores de riesgo asociados en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años en Barranquilla (Colombia). *Revista Salud Uninorte*, 31(1), 36-52. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-55522015000100006&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-55522015000100006&script=sci_arttext)
- (3) Franco López, M. (2013). Estrés y sintomatología de trastornos alimenticios en adolescentes de Lima. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20500.12404/5100>
- (4) Escudero Vidal, J. (2006). *Alexitimia y vulnerabilidad a trastornos alimentarios en adolescentes gallegos de 12-16 años*. Servicio de Publicaciones, Universidad de Burgos. <https://riubu.ubu.es/handle/10259/37>
- (5) Celemín-nieto, A., Celemín-Nieto, A., Palacio, L., & Majul, F. (2015). Bulimia nerviosa y factores de riesgo asociados en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años en Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 31(1). [https://www.proquest.com/openview/aa4beb505c122d4cae620db9\\_a5c0f485/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2027436](https://www.proquest.com/openview/aa4beb505c122d4cae620db9_a5c0f485/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2027436)
- (6) Soto Plaza, H. B., & Vázquez Zhunio, P. D. (2024). *Mindfulness y Estrés en Estudiantes Mujeres: Estudio de Intervención* (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay). <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/13967>
- (7) Huarcaya Landa, L. K., & Pariona Soto, M. (2023). Estrés académico y estado

- nutricional en adolescentes de la Institución Educativa José Andrés Razuri de Pachacútec, 2023. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20500.12692/123252>
- (8) Olaya Sifuentes, L. D., & Trujillo Díaz, R. A. Asociación entre la violencia y el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados en los adolescentes de 13 a 16 años, según la quinta ronda de Niños del Milenio en el Perú. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/668982>
- (9) Ortiz Gallardo, S. E. (2024). *Ansiedad y conducta alimentaria en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Quito* (Bachelor's thesis, Quito: Universidad Tecnológica Indoamérica). <https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/6738>
- (10) Ramos Rojas, M. D. P. (2023). *DEPRESIÓN, ANSIEDAD Y ESTRÉS ASOCIADOS A DISMORFIA MUSCULAR EN VARONES USUARIOS DE GIMNASIOS EN AREQUIPA EN MARZO DEL AÑO* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN). <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/868d351d-de3a-4369-bed8-11e60bc2164c/content>
- (11) Cobian Garcia, Yuliana Lizeth. El estrés y su relación con los trastornos alimentarios en los adolescentes en una escuela particular. Uruapan, Michoacán. 23 de enero de 2014. <https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000712857/3/0712857.pdf>
- (12) Fabiana di Carla Gottardi | Editor(a): Paula Errázuriz Arellano. Trastornos de alimentación. Psicoterapeuta de Adultos y Académica UC.GranSantiago, Región Metropolitana de Santiago, Chile Información de contacto [https://psiconecta.org/trastornos-de-alimentacion?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQiAouG5BhDBARIsAOc](https://psiconecta.org/trastornos-de-alimentacion?gad_source=1&gclid=Cj0KCQiAouG5BhDBARIsAOc)

08RQui1VMdEwB0oX\_7rh3p5gwI42CVDvwPG2hq6KyTPkFQUpBa

G34\_SoaApnfEALw\_wcB

## **ANEXOS**

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO

Objetivo: Identificar la relación del estrés de los adolescentes de 14 a 16 año, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.

A. FICHA DE DATOS

1) Edad: .....

2) Colegio: Año de estudios: ( ) 4to ( )

5to Sección:

.....

3) ¿Asistes a una academia preuniversitaria? ( ) Si ( )

No Si tu respuesta es si:

¿A cuál academia asistes? .....

¿Hace cuánto tiempo? .....

4. ¿Cuánto horas a la semana le dedicas? .....

5) ¿Con quienes vives en la casa?

( ) Papá ( ) Tíos ( ) Amigos ( ) Mamá ( ) Abuelos

( ) Solo ( ) Hermanos ( ) Primos ( ) otro especificar :

.....

6) ¿En qué distrito vives? .....

7) Peso real: .....

Peso ideal:

.....

8) Talla real:

.....

(el peso que te gustaría tener): .....

9) ¿Has hecho o intentado hacer alguna dieta en los últimos 6 meses? ( )

Si ( ) No

¿En qué consistía tu dieta?:

.....

.....

.....

.....

10.- Ha sufrido alguna vez Bullying?

.....

.....



## MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	VARIABLES	INDICADORES	MATERIAL Y METODOS															
<p><b>PROBLEMA GENERAL:</b></p> <p>¿Cuál es la relación del estrés de las adolescentes de 14 a 16 año, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco - octubre a diciembre del 2024?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</b></p> <p>¿Cuáles son las características generales de las adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa María Parado de Bellido?</p> <p>¿Cuáles son las manifestaciones clínicas del estrés de las adolescentes de 14 a 16 año de la Institución Educativa María Parado de Bellido?</p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b></p> <p>Identificar la relación del estrés de los adolescentes de 14 a 16 año, en los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido – Cerro de Pasco octubre a diciembre del 2024.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b></p> <p>Identificar las características generales de las adolescentes de 14 a 16 años de la Institución Educativa María Parado de Bellido.</p> <p>Identificar las manifestaciones clínicas del estrés de las adolescentes de 14 a 16 año de la Institución Educativa María Parado de Bellido.</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE.-</p> <p>EL ESTRÉS DE LAS ADOLESCENTES DE 14 A 16 AÑOS</p> <p>VARIABLE DEPENDIENTE.-</p> <p>TRASTORNOS ALIMENTARIOS</p>	<p>Muy leve</p> <p>Leve</p> <p>Moderado</p> <p>Presente</p> <p>Medianamente presente</p> <p>Ausente</p>	<p>Tipo de investigación: Sustantiva de nivel básico cualitativo.</p> <p>Método: Descriptivo</p> <p>Diseño: <b>DISEÑO DESCRIPTIVO CORRELACIONAL</b></p> <table border="1" style="margin: 10px auto; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="5">VARIABLES</th> </tr> <tr> <th>Grupo</th> <th>T1</th> <th>T2</th> <th>T3</th> <th>Tn</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">G1</td> <td>E1</td> <td>E2</td> <td>E3</td> <td>En</td> </tr> </tbody> </table> <p>Muestra: A través del muestreo no probabilísticos intencionado se seleccionó a 60 alumnas adolescentes que estudian en la Institución Educativa María Parado de Bellido durante los meses de octubre a diciembre del 2024.</p> <p>Crterios de inclusión. – Se considerará a todas las alumnas adolescentes de 14 a 16 años que presenten estrés en sus diferentes niveles.</p>	VARIABLES					Grupo	T1	T2	T3	Tn	G1	E1	E2	E3	En
VARIABLES																			
Grupo	T1	T2	T3	Tn															
G1	E1	E2	E3	En															

<p>¿Cuáles son los trastornos alimentarios que presentan las adolescentes de 14 a 16 año de la Institución Educativa María Parado de Bellido - Institución Educativa María Parado de Bellido?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el estrés de las adolescentes de 14 a 16 año, con los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido?.</p>	<p>Identificar los trastornos alimentarios que presentan las adolescentes de 14 a 16 año de la Institución Educativa María Parado de Bellido - Institución Educativa María Parado de Bellido.</p> <p>Determinar la relación entre el estrés de las adolescentes de 14 a 16 año, con los trastornos alimentarios - Institución Educativa María Parado de Bellido.</p>			<p>Criterios de exclusión. – A las alumnas que no presentes estrés de ningún tipo.</p>
---	--	--	--	--

**Panel Fotografico**













