

Conductas alimentarias de riesgo y autoconcepto físico en estudiantes de Enfermería en Huánuco

Risky eating behaviour and physical self-concept in nurse students in Huanuco

Bethsy Diana Huapalla Céspedes^{1,a}

Filiación y grado académico

¹ Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú.

^a Licenciada en enfermería - Magíster en Salud Pública y Gestión Sanitaria.

ORCID iD

<https://orcid.org/0000-0003-1013-825X>

Fuentes de financiamiento

No se ha recibido apoyo financiero para ejecutar la investigación.

Conflictos de interés

La tesis de este artículo fue sustentado como tesis doctoral en la Universidad de Huánuco, Perú; asimismo, la autora declara no tener conflictos de interés en la presente publicación.

Recibido: 11/01/2019

Arbitrado por pares

Aceptado: 07/05/2019

Citar como

Huapalla B. Conductas alimentarias de riesgo y autoconcepto físico en estudiantes de Enfermería en Huánuco. Rev Peru Cienc Salud. 2019; 1(2): 67-72. doi: <https://doi.org/10.37711/rpcs.2019.1.2.18>

Correspondencia

Bethsy Diana Huapalla Céspedes
Dirección: Urbanización San Gregorio Manzana A Lote 1. Pillco Marca-Huánuco.
Cel.: 990 957 692
Email: bethsy22@hotmail.com

RESUMEN

Objetivo. Determinar la relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el autoconcepto físico que tienen los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, en Huánuco al 2018. **Método.** Se realizó un estudio observacional, prospectivo y analítico. Se aplicó un cuestionario de datos sociodemográficos, el Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo y el Cuestionario de Autoconcepto Físico, a 141 estudiantes de Enfermería, a través del muestreo probabilístico por cuotas. Para la comprobación de la hipótesis se utilizó la Prueba V de Cramer, basada en el valor de Chi cuadrado, con una probabilidad de significancia de 0,05. **Resultados.** Se evidenció que la mayor proporción de estudiantes tienen entre 18 y 22 años, pertenecen al género femenino y son solteros. El 37,6 % residen en Huánuco, un 53,2 % vive con sus padres, el 65,2 % fue católico, el 79,4 % sólo estudia y el 66 % consumía sus alimentos en su casa. Un 14,2 % tuvo conducta alimentaria de riesgo y en el autoconcepto físico, un 79,4 % presentó nivel medio de percepción positiva. Existe relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el nivel de autoconcepto físico en las dimensiones: condición física, autoconcepto físico general, autoconcepto general (débil asociación) y atractivo físico (asociación moderada). No encontrándose relación con las dimensiones: habilidad física y en fuerza. **Conclusión.** Existe relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el autoconcepto físico (χ^2 : 14,627 y un $p = 0,001$), con un nivel de asociación moderado (V de Cramer = 0,322).

Palabras clave: adolescente, Adulto joven, Adulto, catolicismo, Estudios prospectivos, Universidades, Distribución Chi-Square, Padres, Comportamiento de alimentación, Estudiantes, Encuestas y cuestionarios, Autoconcepto, Demografía, Probabilidad (Fuente: DeCS-Bireme).

ABSTRACT

Objective. To determine the relationship between risky eating behaviour and physical self-concept that Hermilio Valdizán University nurse students have, in Huánuco by 2018. **Methods.** An observational, prospective and analytical study was conducted. a socio-demographic background questionnaire was applied. the brief risky eating behaviour and physical self-concept questionnaire, to 141 nurse students, through probabilistic sampling by quotas. cramer's v was used for the hypothesis check based on the pearson's chi-squared test value, with a probability of significance of 0.05. **Results.** It was shown that the highest proportion of students are between the ages of 18 and 22, belonging to the female gender and single. 37.6 % live in huánuco, 53.2 % live with their parents, 65.2 % are catholic, 79.4 % only study and 66 % consume their food at home. 14.2 % have risky eating behaviour and about the physical self-concept, 79.4 % show an average level of positive perception. there is a relationship between risky eating behaviours and the level of physical self-concept in the dimensions: physical condition, general physical self-concept, general self-concept (weak association) and physical attractiveness (moderate association). not being related to the dimensions: physical ability and strength. **Conclusion.** There is a relationship between risky eating behaviours and physical self-concept (χ^2 : 14,627 an a $p = 0.001$), with a moderate level of association (cramer's v = 0.322)

Keywords: adolescent, Young Adult, Adult, Catholicism Prospective Studies Universities, Chi-Square Distribution, Parents, Feeding Behavior, Students Surveys and Questionnaires, Self Concept, Demography, Probability (Source: MeSH-NLM).



INTRODUCCIÓN

En la etapa universitaria se dan múltiples cambios de conductas, como respuestas de adaptación. Roy ⁽¹⁾ considera que las personas están siempre explorando el entorno en busca de estímulos que permitan ofrecer una respuesta y adaptarse a ello. Dentro de estos cambios, los hábitos alimenticios muchas veces se convierten en conductas de riesgo, porque los sujetos no se alimentan en horas adecuadas, omiten las comidas, consumen mucha comida chatarra o eligen por la facilidad de la obtención ⁽²⁾. Estos cambios se dan ya sea por la carga académica o porque buscan tener la figura perfecta para encajar en sus círculos sociales; descuidando su salud. Por otro lado, acontece un fenómeno contrario donde los jóvenes pierden el interés por su imagen corporal y también ponen en riesgo su salud física y mental de una manera preocupante ^(3,4).

Tal como manifiesta Festinger ⁽⁵⁾ cuando una persona está a gusto en un grupo, éste será la realidad social con la que se va a comparar. Las personas tienen el deseo innato de autorrealizarse y tienen la capacidad para conseguir sus objetivos de manera autónoma si están en el ambiente adecuado. Sin embargo, para alcanzar los objetivos de autorrealización se deben cubrir las necesidades básicas ⁽⁶⁾, cuya base es la dieta balanceada que se convierte en la fuente de energía para el desarrollo cerebral, mejora la función cognitiva, la atención y la participación del estudiante ⁽⁷⁾.

En México, se han incrementado las prácticas alimentarias de riesgo, donde los estudiantes hacen dietas sin control e incluso usan laxantes para evitar subir de peso; llegando a presentar trastornos de la conducta alimentaria: como la bulimia o la anorexia ⁽⁸⁾. En Chile se encontró que sólo el 9,3 % de los universitarios se alimenta de manera saludable, además, que el 35,4 % es definitivamente poco saludable y el 55,3 % requiere cambios en su alimentación ⁽⁹⁾.

El Centro Nacional de Alimentación y Nutrición dio a conocer que en Perú la población de 10 a 19 años de edad, el 17,5 % presenta sobrepeso y el 6,7 % obesidad ⁽¹⁰⁾. Además, en la etapa de 20 a 29 años, el 2,5 % presenta delgadez, un 52,5 % estado normal, el 32,4 % presenta sobrepeso, el 10,5 % tiene obesidad, el 1,7 % obesidad II y el 0,4 % obesidad III ⁽¹¹⁾.

En Huancayo se realizó un examen médico a los ingresantes del año 2017, encontrando que de los 1825

estudiantes, el 75 % presentaba síntomas de gastritis, causada por la alimentación desordenada ⁽¹²⁾.

En nuestro país existe poca información sobre lo manifestado, por lo que se realiza la investigación con el objetivo de determinar la relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el autoconcepto físico que tienen los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, en Huánuco al 2018.

MÉTODOS

Tipo y diseño del estudio

El estudio fue observacional, prospectivo y analítico; y tuvo un diseño correlacional. Se aplicó a estudiantes del segundo al cuarto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, que desarrollaron prácticas clínicas o comunitarias, durante el semestre 2018-II.

Población y muestra

La población fue de 208 estudiantes y la muestra de 141 estudiantes. La selección de las unidades de estudio fue a través del muestreo probabilístico, por cuotas.

Instrumentos de medición

Se aplicó un cuestionario de características sociodemográficas para recabar información de los datos sociodemográficos, además del Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo elaborado por Unikel *et al.* ⁽¹³⁾, que consta de diez ítems relacionados a los hábitos alimenticios que tuvo el estudiante en los últimos 3 meses; con un alfa de Cronbach de 0,919. Así mismo se aplicó el Cuestionario de Autoconcepto Físico, de Goñi ⁽¹⁴⁾, que consta de 36 ítems, divididos en 6 dimensiones: habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, autoconcepto físico general, autoconcepto general; con un Alfa de Cronbach de 0,913.

Análisis de datos

Para la comprobación de la hipótesis se utilizó la Prueba V de Cramer basada en el valor de chi cuadrado; con un nivel de confianza al 95 % y $p = 0,05$. Para el procesamiento de datos se usó el paquete estadístico SPSS V21.

Aspectos éticos

Se contó con la aprobación de la comisión de ética en investigación de la Facultad de Enfermería de la

Tabla 1. Características Sociodemográficas de las estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, en Huánuco al 2018

Características Sociodemográficas	n = 141	
	fi	%
Grupo etario		
De 18 a 22 años	113	80,1
De 23 a 27 años	23	16,3
De 28 a 30 años	4	2,8
Más de 30 años	1	0,7
Género		
Femenino	122	86,5
Masculino	19	13,5
Lugar de procedencia		
Huánuco	53	37,6
Amarilis	36	25,5
Pillco Marca	28	19,9
Otro	24	17,0
Estado civil		
Soltero	137	97,2
Casado	2	1,4
Conviviente	2	1,4
Convivencia		
Solo	39	27,7
Con padres	75	53,2
Con familiares	27	19,1
Ocupación		
Solo estudia	112	79,4
Estudia y trabaja	29	20,6
Consumo de alimentos		
Casa	93	66,0
Comedor universitario	38	27,0
Pensión	3	2,1
Restaurante	7	5,0

Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco, Perú.

RESULTADOS

En la tabla 1, se presentan las características sociodemográficas de los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán; donde más del 80 % (113) tuvo entre 18 a 22 años, un 86,5 % (122) fueron del género femenino, el 37,6 % (53) residían en Huánuco, casi el 100 % (137) fueron solteros, en relación a la convivencia el 53,2 % (75) viven con sus padres, el 79,4 % (112) sólo estudian y el 66 % (93) consumen sus alimentos en su casa.

Tabla 2. Aspectos Clínicos: conductas alimentarias de riesgo y autoconcepto físico que tienen las estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, en Huánuco al 2018

Aspectos clínicos	n = 141	
	fi	%
Conductas alimentarias de riesgo		
Si	20	14,2
No	121	85,8
Nivel de autoconcepto físico		
Bajo	2	1,4
Medio	112	79,4
Alto	27	19,1
Habilidad física		
Bajo	10	7,1
Medio	88	62,4
Alto	43	30,5
Condición física		
Bajo	19	13,5
Medio	107	75,9
Alto	15	10,6
Fuerza		
Bajo	15	10,6
Medio	106	75,2
Alto	20	14,2
Atractivo físico		
Bajo	2	1,4
Medio	68	48,2
Alto	71	50,4
Autoconcepto físico general		
Bajo	4	2,8
Medio	69	48,9
Alto	68	48,2
Autoconcepto general		
Bajo	5	3,5
Medio	55	39,0
Alto	81	57,4

En la tabla 2, se encontró que un 85,8 % (121) no presentan conductas alimentarias de riesgo. Respecto al autoconcepto físico, un 79,4 % (112) presentan nivel medio y un 1,4 % (2) tienen nivel bajo. En relación a las dimensiones evaluadas, la mayor proporción presenta un nivel medio en habilidad física, condición física, fuerza y autoconcepto físico general con un 62,4 % (88), un 75,9 % (107), un 75,2 % (106) y un 48,9 % (69) respectivamente; mientras que en nivel alto predomina un autoconcepto general y atractivo físico, con un 57,4 % (81) y un 50,4 % (71), respectivamente.

Tabla 3. Relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el nivel autoconcepto físico según sus dimensiones, que tienen los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018

Nivel de autoconcepto físico		Conductas alimentarias de riesgo						Chi cuadrada	V de Cramer	Valor - p
		No n=121		Sí n=20		Total				
		fi	%	fi	%	fi	%			
Habilidad física	Bajo	7	5,0	3	2,1	10	7,1	2,308	0,128	0,315
	Medio	76	53,9	12	8,5	88	62,4			
	Alto	38	27,0	5	3,5	43	30,5			
Condición física	Bajo	12	8,5	7	5,0	19	13,5	10,857	0,277	0,004
	Medio	94	66,7	13	9,2	107	75,9			
	Alto	15	10,6	0	0,0	15	10,6			
Fuerza	Bajo	11	7,8	4	2,8	15	10,6	3,306	0,153	0,191
	Medio	91	64,5	15	10,6	106	75,2			
	Alto	19	13,5	1	0,7	20	14,2			
Atractivo físico	Bajo	0	0,0	2	1,4	2	1,4	18,655	0,364	0,000
	Medio	54	38,3	14	9,9	68	48,2			
	Alto	67	47,5	4	2,8	71	50,4			
Autoconcepto físico general	Bajo	2	1,4	2	1,4	4	2,8	10,179	0,269	0,006
	Medio	55	39,0	14	9,9	69	48,9			
	Alto	64	45,4	4	2,8	68	48,2			
Autoconcepto general	Bajo	4	2,8	1	0,7	5	3,5	7,232	0,226	0,027
	Medio	42	29,8	13	9,2	55	39,0			
	Alto	75	53,2	6	4,3	81	57,4			

En la tabla 3, se muestran los resultados de la relación de las conductas alimentarias de riesgo y el nivel de autoconcepto físico, según sus dimensiones encontrándose que en las dimensiones: condición física ($p = 0,004$ y V de Cramer = 0,277), atractivo físico ($p = 0,000$ y V de Cramer = 0,364), autoconcepto físico general ($p = 0,006$ y V de Cramer = 0,269), y autoconcepto general ($p = 0,027$ y V de Cramer = 0,226). No encontrándose esta relación en las dimensiones: habilidad física ($p = 0,315$ y V de Cramer = 0,128) y fuerza ($p = 0,191$ y V de Cramer = 0,153). Según el coeficiente de V de Cramer, las conductas alimentarias de riesgo y las dimensiones condición física, autoconcepto físico general, y autoconcepto general mostraron un nivel de asociación débil y con la dimensión atractivo físico, presentaron un nivel de asociación moderada.

En la tabla 4, se detalla el resultado inferencial en general, donde se evidenció que en relación a las conductas alimentarias de riesgo y nivel de

autoconcepto físico, el 14,2 % (20) tuvo conductas alimentarias de riesgo; de los cuales el 1,4 % (2) presentó un nivel bajo de autoconcepto físico.

Mediante la medición inferencial se encontró relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el autoconcepto físico ($X^2: 14,627$, $p = 0,001$), con un nivel de asociación moderado (V de Cramer = 0,322).

DISCUSIÓN

Los resultados evidencian que la mayor proporción de estudiantes de Enfermería pertenecen al género femenino, cuyas edades más predominantes son entre 18 y 22 años y casi el 100 % (137 estudiantes) son solteros. Estos resultados coinciden con lo reportado por Becerra *et al.* ⁽¹⁵⁾ que en su investigación encontraron que la mayoría (95,3 %) de los estudiantes eran adultos jóvenes con una edad promedio de 18 a 30 años, de los cuales el 77,2 % eran mujeres.

Tabla 4. Relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el nivel autoconcepto físico que tienen las estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018

Nivel de autoconcepto físico	Conductas alimentarias de riesgo						Chi cuadrada	V de Cramer	Valor - p
	No n = 121		Sí n = 20		Total				
	fi	%	fi	%	fi	%			
Bajo	0	0	2	1,4	2	1,4			
Medio	95	67,4	17	12,1	112	79,4	14,627	0,322	0,001
Alto	26	18,4	1	0,7	27	19,1			

Además, como resultado obtuvimos que un 14,2 % (20 estudiantes) presentan conductas alimentarias de riesgo; cifra casi similar a la encontrada por Loor y Patiño⁽¹⁶⁾, quienes concluyeron que los estudiantes de la Unidad Educativa Octavio Cordero Palacios, Cuenca, presentan una prevalencia de conductas alimentarias de riesgo del 10,8 %, con mayor frecuencia en las mujeres (6,6 %). Cifras más elevadas en relación a las conductas alimentarias de riesgo fueron presentadas por Saucedo *et al.*⁽¹⁷⁾ en un 93,3 % de prevalencia; concluyendo que en la Universidad Nacional Autónoma de Honduras, la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes es alta y sin diferencias entre géneros.

Respecto al nivel de autoconcepto físico, un 79,4 % (112 estudiantes) presentan nivel medio, seguido de un 19,1 % (27) que tienen alto nivel del autoconcepto físico y sólo un 1,4 % (2 estudiantes) tienen nivel bajo. Datos que son avalados por Linares *et al.*⁽¹⁸⁾ que en sus resultados refieren que la percepción que tienen los estudiantes de ciclos superiores en casi todas las dimensiones del autoconcepto física es superior a la del estudiante de ciclos inferiores. Medina⁽¹⁹⁾ encontró en cuanto al autoconcepto físico, que los estudiantes del nivel secundario en su mayoría se encontraron entre el nivel medio y alto; lo que significa que a pesar de los cambios físicos que se dan en esta etapa, su autoconcepto físico no se ha visto debilitado.

Mediante los resultados inferenciales se encontró que existe relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el nivel de autoconcepto físico en las dimensiones: condición física, autoconcepto físico general y autoconcepto general, con un nivel de asociación débil; mientras que con la dimensión atractivo físico, con una asociación moderada. No encontrándose relación con las dimensiones: habilidad física y fuerza. Resultados que coinciden con lo manifestado por Silva⁽²⁰⁾ que, en una muestra de 314 estudiantes de las escuelas de Psicología de universidades de Trujillo, encontró que hay predominancia del nivel medio, con porcentajes de

estudiantes en las seis dimensiones. Los resultados obtenidos por Chacón⁽²¹⁾ son similares a los nuestros ya que se evidenciaron bajos niveles de conductas alimentarias de riesgo y los niveles de autoconcepto físico entre moderados y altos; concluyendo que a menor nivel de autoconcepto físico, mayor es la ocurrencia de conductas alimentarias de riesgo. Ureña *et al.*⁽²²⁾ encontraron que, en su mayoría, los estudiantes de enfermería no presentaron conductas alimentarias de riesgo (no tienen prácticas exageradas para el control del peso); así también que la mayor proporción mostró una apreciación satisfactoria de su imagen corporal. Además encontraron a un pequeño porcentaje que estuvo insatisfecho con su imagen corporal; lo que se ve reflejando diversos desórdenes de tipo conductual, cognitivo y emocional.

Se concluye que existe relación entre las conductas alimentarias de riesgo y el nivel de autoconcepto físico en las dimensiones: condición física, autoconcepto físico general y autoconcepto general; con un nivel de asociación débil y una asociación moderada en atractivo físico. No encontrándose ninguna relación en las dimensiones: habilidad física y fuerza en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Gallegos K, Callasaca K. Aplicación del modelo de Callista Roy para la formación de la identidad profesional en las estudiantes de segundo año de enfermería UNSA- 2018 [Internet]. Arequipa: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa; 2019 [consultado 2019 May 17]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8098/ENgabakm.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ramos J, Salazar M, García G, Hernández M. Hábitos de Alimentación en Estudiantes Universitarios [Internet] [consultado 2017 Nov 15] Disponible en: congresos.cio.mx/memorias_congreso_mujer/archivos/extensos/session3/S3-MCS24.pdf
- Méndez S. Identificación de conductas alimentarias de riesgo y su relación con la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en adolescentes de 13

- a 15 años. Estudio realizado en dos centros educativos de Quetzaltenango, Guatemala [Internet] Guatemala: Universidad Rafael Landívar; 2015 [consultado 2017 Sep 18] Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/09/15/Mendez-Silvia.pdf>
4. Ureña M, Pacheco M, Rondón M. Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la imagen corporal en estudiantes de enfermería. *Revista Ciencia y Cuidado*. [Internet]. Jul - Dic 2015. Vol. 12 N° 2 [consultado 2017 Dic 04] Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/509/521>
 5. Cabrera V. El papel de la comparación social como estrategia cognitiva en pacientes con fibromialgia. [Internet] España: Universidad Miguel Hernández de Elche; 2017 [consultado 2018 Jun 18] Disponible en: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4518/1/TD%20Cabrera%20Perona%2C%20Victor%20Manuel.pdf>
 6. García J. Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas [Internet] [consultado 2018 Sep 18] Disponible en: <https://psicologiyamente.com/psicologia/piramide-de-maslow>
 7. Cáceres B. Hábitos de alimentación y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera profesional de enfermería técnica del IESTP Pampas Tayacaja-2015 [Internet] Moquegua: Universidad José Carlos Mariátegui; 2017. [consultado 2017 Sep 18] Disponible en: http://repositorio.ujcm.edu.pe/bitstream/handle/ujcm/264/Bertha_Tesis_Maestria_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 8. Arellano C. Crecen entre universitarios las conductas alimentarias de riesgo: estudio de la UAM [Internet] [consultado 2017 Sep 18] Disponible en: <http://www.jornada.unam.mx/2013/05/17/sociedad/039n2soc>
 9. Yáñez C. Solo el 9,3 % de los universitarios se alimenta de manera saludable [Internet] [consultado 2017 Dic 04] Disponible en: <http://www.latercera.com/noticia/solo-93-los-universitarios-se-alimenta-manera-saludable/>
 10. Gonzales F. Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú. 1a ed. Lima: Ministerio de Salud; 2017.
 11. Tarqui CB, Álvarez D Estado nutricional por etapas de vida en la población peruana; 2012-2013 [Internet] [Consultado 2017 Sep 12] Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/vigilancia_poblacion/VIN_ENAHO_etapas_de_vida_2013-2014.pdf
 12. Alcántara H. Ocho de cada 10 universitarios con alto riesgo de gastritis por malos hábitos alimenticios [Internet] [consultado 2017 Dic 04] Disponible en: <https://diariocorreo.pe/edicion/huancayo/cuidado-ocho-de-cada-10-universitarios-con-alto-riesgo-de-gastritis-por-malos-habitos-alimenticios-778542/>
 13. Unikel C, Nuño B, Celis A, Saucedo T, Trujillo E, García F, Trejo J. Conductas alimentarias de riesgo: prevalencia en estudiantes mexicanas de 15 a 19 años. *Revista de Investigación Clínica* [Internet] Septiembre-Octubre, 2010; 62 (5): 424-432 [consultado 2018 Nov 11]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revinvcli/nn-2010/nn105g.pdf>
 14. Monsalve L, Puente N, Zuluaga L. Construcción de autoconcepto en jóvenes de 14 a 16 años mediante la práctica deportiva del fútbol en la entidad deportiva Jundeportes Copacabana-Antioquía [Internet] Medellín: Universidad de Antioquía; 2017 [Consultado 2018 Nov 11]. Disponible en: http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/1053/1/MonsalveLuis_2017_ConstruccionAutoconceptoJovenes.pdf
 15. Becerra-Bulla F, Pinzón G, Vargas-Zárate M. Prácticas alimentarias de un grupo de estudiantes universitarios y las dificultades percibidas para realizar una alimentación saludable. *Rev. Fac. Med* [Internet] 2015;63 (3): 457-63 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v63n3/v63n3a13.pdf>
 16. Loor J, Patiño J. Conductas alimentarias de riesgo relacionadas con la imagen corporal y autoestima en estudiantes de la Unidad Educativa Octavio Cordero Palacios, Cuenca 2016 [Internet] Ecuador: Universidad de Cuenca; 2017 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/27181/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%3%93N.pdf>
 17. Saucedo D, Varela D, Santos E, Ramírez A, Sánchez L, Aguilera M. Conductas Alimentarias de Riesgo en Estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras. *Revista Hispanoamericana De Ciencias De La Salud* [Internet] 2017; 3(3): 73-78 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en <http://uhsalud.com/index.php/revhispano/article/view/308>
 18. Linares M, Linares D, Schmidt J, Mato O, España R, Cruz F. Relación entre autoconcepto físico, ansiedad e IMC en estudiantes universitarios mexicanos. *Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte* [Internet] 2016; 16(63): 497-519 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v3n2/v3n2a02.pdf>
 19. Medina D. Estudio sobre el autoconcepto de los alumnos del 1.ero de secundaria de una I.E. del Distrito de Ventanilla [Internet] 2010 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en: http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1193/1/2010_Medina_Estudio%20sobre%20el%20autoconcepto%20de%20los%20alumnos%20del%201%C2%B0%20de%20secundaria%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20del%20distrito%20de%20Ventanilla.pdf
 20. Silva L. Autoconcepto físico y bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de psicología de las Universidades de Trujillo. *Revista de psicología* [Internet]. 2016; 18(1) [consultado 2018 Jul 10] Disponible en: http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/R_PSI/article/view/1134/903
 21. Chacón G, Bastidas A, Quintero G. Autoconcepto físico y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios. *Revista Ciencia UNEMI* [Internet] 2016; 9(17): 108-116 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en: <http://ojs.unemi.edu.ec/index.php/cienciaunemi/article/view/257/242>
 22. Ureña M, Pacheco M, Rondón M. Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la imagen corporal en estudiantes de enfermería. *Revista Ciencia y Cuidado* [Internet] 2015; 12(2):57-71 [consultado 2018 Jul 10] Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/509/521>