

## **Relación entre las actitudes hacia la alimentación y el diagnóstico antropométrico en adolescentes de una institución educativa peruana**

### **Relationship between attitudes towards food and anthropometric diagnosis in adolescents of a Peruvian educational institution**

Rossmery Isabel HUAMANI CURICHIMBA, Alejandra SOLANO CHUQUIRUNA, Kelly Milagritos CASANA JARA, Zoila Rita MOSQUERA FIGUEROA

*Universidad Cesar Vallejo.*

Recibido: 13/abril/2026. Aceptado: 8/junio/2026.

#### **RESUMEN**

**Introducción:** La adolescencia es una etapa clave en la formación de hábitos alimentarios que influyen en la salud futura. Los cambios biológicos, psicológicos y sociales pueden propiciar conductas inadecuadas y riesgo de malnutrición. Instrumentos como el EAT-26 permiten detectar conductas de riesgo y su relación con IMC y perímetro abdominal.

**Objetivo:** Evaluar la relación entre las actitudes hacia la alimentación y el diagnóstico antropométrico en adolescentes de 12 a 15 años.

**Metodología:** Estudio no experimental, transversal y de alcance correlacional, realizado en 103 estudiantes seleccionados aleatoriamente de una población de 140 adolescentes. Se evaluaron actitudes alimentarias mediante el EAT-26 y el diagnóstico antropométrico con IMC y perímetro abdominal, según OMS y MINSA. La normalidad de los datos fue verificada y de aplico la prueba de correlación de Spearman para determinar la asociación entre las variables. Asimismo, el instrumento EAT-26 fue validado por Huamán S., quien reportó una validez de contenido adecuada ( $V$  de Aiken  $> 0,80$ ) y una alta confiabilidad (alfa de Cronbach  $\alpha = 0,889$ ) en una población adolescente femenina.

**Resultados:** Se observó una correlación positiva entre las dimensiones IMC y PAB y la variable Actitudes hacia la Alimentación ( $p < 0.05$ ), con coeficientes de 0.692 y 0.507, respectivamente. Respecto al diagnóstico antropométrico, 10.7% presentó obesidad, 47.6% sobrepeso y 40.8% peso normal. Además, 66% mostró riesgo de trastorno de conducta alimentaria.

**Conclusión:** Las actitudes hacia la alimentación se relacionan significativamente con el diagnóstico antropométrico en los adolescentes. Actitudes menos saludables se asocian con mayores valores de IMC y perímetro abdominal, evidenciando su relación en el estado nutricional. Estos resultados destacan la importancia de intervenciones educativas para mejorar la condición antropométrica en estudiantes.

#### **PALABRAS CLAVE**

Salud escolar, factores psicosociales, conducta alimentaria, Índice de Masa Corporal y perímetro abdominal.

#### **ABSTRACT**

**Introduction:** Adolescence is a key stage in the formation of eating habits that influence future health. Biological, psychological and social changes can lead to inappropriate behaviors and risk of malnutrition. Instruments such as the EAT-26 allow us to detect risk behaviors and their relationship with BMI and abdominal circumference.

**Objective:** To evaluate the relationship between attitudes toward food and anthropometric measurements in adolescents aged 12 to 15 years.

**Correspondencia:**  
Rossmery Isabel Huamani Curichimba  
rossmeryisabel@gmail.com

**Methodology:** Non-experimental, cross-sectional and correlational study, carried out on 103 students randomly selected from a population of 140 adolescents. Eating attitudes were evaluated using the EAT-26 and anthropometric diagnosis with BMI and abdominal circumference, according to WHO and MINSA. The normality of the data was verified, and the Spearman correlation test was applied to determine the association between the variables. Likewise, the EAT-26 instrument was validated by Huaman S., who reported adequate content validity (Aiken's  $V > 0.80$ ) and high reliability (Cronbach's  $\alpha = 0.889$ ) in a female adolescent population.

**Results:** A positive correlation was observed between the BMI and PAB dimensions and the Attitudes towards Eating variable ( $p < 0.05$ ), with coefficients of 0.692 and 0.507, respectively. Regarding the anthropometric diagnosis, 10.7% were obese, 47.6% overweight and 40.8% normal weight. Additionally, 66% showed risk of eating disorder. It is concluded that there is a direct and significant relationship between the anthropometric diagnosis and attitudes towards eating in adolescents from a particular educational institution in Comas in 2025.

**Conclusion:** Attitudes toward eating are significantly related to anthropometric assessment in adolescents. Less healthy attitudes are associated with higher BMI and waist circumference values, demonstrating their influence on nutritional status. These results highlight the importance of educational interventions to improve anthropometric health in students aged 12 to 15 years.

## KEYWORDS

School health, psychosocial factors, eating behavior, Body Mass Index and abdominal perimeter.

## ABREVIATURAS

IMC: Índice de Masa Corporal.

EAT-26: Test de Actitudes Alimentarias de 26 ítems.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un periodo fundamental caracterizado por transformaciones físicas, emocionales y sociales que impactan tanto en el desarrollo de conductas alimentarias como en la percepción que los jóvenes tienen de su propio cuerpo<sup>1,2</sup>. Durante este periodo, pueden aparecer actitudes o conductas alimentarias poco saludables relacionadas con la alimentación, como la restricción excesiva, la preocupación constante por el peso o las conductas compensatorias, las cuales pueden incrementar el riesgo de presentar trastornos alimentarios y afectar el estado nutricional<sup>3,4</sup>. Estas conductas no surgen de manera aislada, si no que están influenciadas por la presión

del entorno social, los modelos de belleza difundidos por los medios y reforzados en el ámbito familiar<sup>5</sup>. Esto puede derivar en variaciones en parámetros como el índice de masa corporal y la circunferencia de la cintura<sup>6</sup>.

A nivel global, la Organización Mundial de la Salud ha reportado un aumento progresivo de sobrepeso y obesidad en adolescentes, fenómeno que ocurre de manera simultánea con casos de malnutrición por déficit, reflejando una doble carga de malnutrición<sup>7</sup>. En el Perú, esta problemática representa un desafío prioritario en el ámbito de salud pública, debido a un incremento de sobrepeso en la población infantil y adolescente, especialmente en zonas urbanas como Lima Metropolitana<sup>8,9</sup>. Asimismo, se ha reportado que un número significativo de adolescentes presentan conductas alimentarias de riesgo, relacionadas tanto al bajo peso como a sobrepeso y obesidad<sup>10,11</sup>.

El estado nutricional se evalúa mediante indicadores como el índice de masa corporal para la edad y el perímetro abdominal, que permiten clasificar la condición nutricional y estimar el riesgo cardiometabólico<sup>12,13</sup>. De forma complementaria, instrumentos como el Eating Attitudes Test-26 facilitan la detección de actitudes y comportamientos vinculados a trastornos alimentarios, demostrando adecuadas propiedades psicométricas en población adolescente y universitaria peruana, reportándose adecuada validez y confiabilidad en estudios previos<sup>14,15</sup>. En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo evaluar la asociación entre las actitudes hacia la alimentación y el diagnóstico antropométrico en adolescentes.

## METODOLOGÍA

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, utilizando un diseño no experimental, de corte transversal y con alcance correlacional. El estudio se llevó a cabo en 103 estudiantes de entre 12 a 15 años, pertenecientes a una institución educativa privada del distrito de Comas, Lima Metropolitana, durante el año 2025. La población estuvo conformada por 140 escolares, a partir de la cual se seleccionó la muestra empleando un muestreo aleatorio simple en poblaciones finitas, con un 95 % de confianza y un error máximo permitido del 5 %, lo que permitió obtener un total de 103 participantes.

$$n = \frac{140 * 1.96^2 * 0,5 * 0.5}{0.05^2 * (140 - 1) * 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 103$$

Para escoger a los participantes, se consideró los siguientes criterios de inclusión: alumnos con matrícula vigente en la institución durante el periodo de investigación, que tengan entre 12 y 15 años, que presenten el permiso informado firmado por los padres o tutores legales, y que accedan participar de manera voluntaria en la investigación. Respecto a los criterios de exclusión, se consideró los siguientes: estudiantes

con diagnósticos médicos que pudieran interferir en su crecimiento o metabolismo (por ejemplo, trastornos endocrinos), estudiantes con limitaciones cognitivas y físicas que dificulten el desarrollo adecuado del estudio, estudiantes que no cumplan con el protocolo de evaluación previsto y aquellos con ausencias frecuentes.

La variable actitudes hacia la alimentación se evaluó mediante el cuestionario Eating Attitudes Test-26 (EAT-26), instrumento validado en población adolescente y conformado por 26 ítems distribuidos en tres dimensiones: dieta restrictiva, preocupación por la alimentación y control oral. Se consideró puntaje  $\geq 20$  como indicador de posible riesgo de trastornos de la conducta alimentaria.

La evaluación antropométrica se efectuó a partir de mediciones directas de peso, talla y perímetro abdominal realizadas por personal previamente capacitado. El índice de masa corporal (IMC) fue expresado en  $\text{kg/m}^2$  y clasificado conforme a los criterios establecidos por la Organización Mundial de la Salud y la Guía Técnica del Ministerio de Salud del Perú. El perímetro abdominal se midió con cinta antropométrica flexible a nivel del ombligo y se categorizó según percentiles diferenciados por sexo.

La investigación se desarrolló respetando con los principios éticos de autonomía, justicia y responsabilidad, así como los lineamientos establecidos en el Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo. Para la ejecución del estudio se obtuvo la autorización de la institución educativa y el consentimiento informado firmado por los padres o apoderados, además del asentimiento voluntario de los adolescentes participantes. Asimismo, se garantizó la confidencialidad y el anonimato de la información recolectada.

### Análisis estadístico

La información fue registrada en Microsoft Excel 2016 y posteriormente analizada mediante el programa IBM Statistics SPSS versión 25. Para el análisis descriptivo de las variables cualitativas, se emplearon frecuencias absolutas y porcentajes. La normalidad de los datos fue evaluada mediante la prueba de Kolmogórov-Smirnov, evidenciándose una distribución no normal de las variables analizadas. En consecuencia, para determinar la asociación entre las variables se aplicó el coeficiente de correlación Spearman, considerando un nivel de significancia estadística de  $p < 0,05$ .

## RESULTADOS

Se evaluó una muestra conformada por 103 adolescentes. Según el cuestionario EAT-26, el 66% presentó riesgo de trastorno de conducta alimentaria, mientras que el 34% no evidenció riesgo. En relación con el diagnóstico antropométrico según índice de masa corporal (IMC), el 59% presentó exceso de peso, correspondiente a las categorías de sobrepeso y obesidad, mientras que el 40,8% se ubicó dentro de

los valores normales y un porcentaje mínimo presentó delgadez. Respecto al perímetro abdominal, el 61% de los adolescentes se clasificó dentro de los niveles de riesgo elevado y muy elevado, mientras que el 39% presentó valores normales. Estos hallazgos evidencian una elevada proporción de adolescentes con conductas alimentarias de riesgo y alteraciones en el estado nutricional, resaltando la importancia de fortalecer estrategias preventivas y promover hábitos saludables en el entorno escolar (Tabla 1).

**Tabla 1.** Características generales de los estudiantes evaluados (n=103)

|                                        | Nº Estudiantes | % Estudiantes |
|----------------------------------------|----------------|---------------|
| <b>Actitudes hacia la alimentación</b> | 103            | 100%          |
| Con riesgo TCA                         | 68             | 66%           |
| Sin riesgo TCA                         | 35             | 34%           |
| <b>Diagnóstico IMC/EDAD</b>            | 103            | 100%          |
| Delgadez                               | 1              | 1%            |
| Normal                                 | 42             | 41%           |
| Sobrepeso                              | 49             | 48%           |
| Obesidad                               | 11             | 11%           |
| Delgadez severa                        | -              | 0%            |
| <b>Perímetro abdominal</b>             | 103            | 100%          |
| Normal                                 | 40             | 39%           |
| Riesgo alto                            | 36             | 35%           |
| Riesgo muy alto                        | 27             | 26%           |

En el análisis correlacional, se identificó una correlación moderada-alta estadísticamente significativa entre las actitudes alimentarias y el diagnóstico antropométrico global ( $\rho=0,588$ ;  $p < 0,001$ ), constituyendo uno de los hallazgos más relevantes del estudio. Asimismo, se observó una correlación moderada-alta entre las actitudes alimentarias y el IMC ( $\rho=0,692$ ;  $p < 0,001$ ), siendo esta la asociación de mayor magnitud. De igual manera, se encontró correlación moderada-alta entre las actitudes alimentarias y el perímetro abdominal ( $\rho=0,507$ ;  $p < 0,001$ ) (Tabla 2).

En conjunto, estos hallazgos evidencian que el incremento de actitudes alimentarias de riesgo se asocia con mayores va-

**Tabla 2.** Correlación de Spearman entre actitudes hacia la alimentación y Diagnóstico antropométrico

|                                   | Actitudes hacia la alimentación |         |
|-----------------------------------|---------------------------------|---------|
|                                   | Rho Spearman                    | p-valor |
| <b>Diagnóstico antropométrico</b> | 0.588                           | <0.001  |
| <b>Diagnóstico IMC/EDAD</b>       | 0.692                           | <0.001  |
| <b>Perímetro abdominal</b>        | 0.507                           | <0.001  |

lores de IMC y perímetro abdominal, lo que refleja una relación directa entre conductas alimentarias desfavorables y alteraciones del estado nutricional en adolescentes, resaltando la necesidad de fortalecer estrategias preventivas y promoción de hábitos saludables en el entorno escolar.

## DISCUSIÓN

El propósito del estudio fue evaluar la relación entre las actitudes hacia la alimentación y el diagnóstico antropométrico en adolescentes. Los resultados principales ponen en evidencia una relación favorable y estadísticamente significativa entre las dos variables ( $\rho = 0,588$ ;  $p = 0,001$ ), lo que indica que las actitudes alimentarias de riesgo se asociaron con alteraciones en el estado nutricional, como sobrepeso, obesidad o delgadez. Estos resultados refuerzan la importancia de evaluar los factores conductuales vinculados con la alimentación durante la adolescencia, etapa clave para la formación de hábitos alimentarios y la prevención de trastornos de conducta alimentaria.

Al analizar la relación entre las actitudes frente a la alimentación y el índice de masa corporal, se observó una correlación positiva y estadísticamente significativa ( $\rho = 0,692$ ;  $p = 0,001$ ), lo que sugiere que a mayores actitudes alimentarias de riesgo se observan mayores valores de IMC en los adolescentes. Este hallazgo coincide con lo reportado por Durán (2023), quien identificó una relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional. En conjunto, los resultados evidencian la importancia de considerar las actitudes alimentarias como un factor asociado al estado nutricional y el posible desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.

En relación con el perímetro abdominal, se identificó una correlación positiva moderada entre las actitudes hacia la alimentación y esta variable ( $\rho = 0,507$ ;  $p = 0,001$ ). Este resultado sugiere que los adolescentes con mayores actitudes alimentarias de riesgo tienden a presentar mayor acumulación de grasa abdominal, lo que constituye un indicador relevante de riesgo cardiometabólico. Si bien el instrumento EAT-26 no evalúa de manera específica el tipo ni la frecuencia de con-

sumo de alimentos, los hallazgos evidencian una posible relación entre factores conductuales y psicológicos vinculados con la alimentación y las alteraciones antropométricas observadas en los adolescentes evaluados.

Finalmente, aunque el presente estudio aporta evidencia sobre la relación entre las actitudes hacia la alimentación y los indicadores antropométricos en adolescentes, es importante reconocer algunas limitaciones. El diseño transversal no permite establecer relaciones causales entre las variables analizadas. Asimismo, no se incluyeron otros factores que podrían influir en el estado nutricional, como el nivel de actividad física, el entorno familiar o los hábitos de vida. A pesar de ello, los hallazgos evidencian la importancia de promover estrategias preventivas e intervenciones educativas orientadas al fortalecimiento hábitos alimentarios saludables y a la prevención de trastornos de la conducta alimentaria durante la adolescencia.

## CONCLUSIONES

Los resultados de este estudio evidencian una relación estadísticamente significativa entre las actitudes hacia la alimentación y los indicadores antropométricos en adolescentes, lo que sugiere que los patrones actitudinales frente a la alimentación se encuentran asociados con el estado nutricional. En particular, se observó una relación directa y de mayor magnitud entre las actitudes alimentarias y el Índice de Masa Corporal (IMC), indicando que las conductas relacionadas con la alimentación podrían asociarse con variaciones en el peso corporal. Asimismo, se identificó una correlación positiva de magnitud moderada entre las actitudes hacia la alimentación y el perímetro abdominal, evidenciando una posible relación con la acumulación de grasa abdominal en esta población. Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar de manera integral los aspectos conductuales, psicológicos y físicos vinculados con la alimentación durante la adolescencia.

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a la universidad César Vallejo y a la Institución Educativa María Goretti por el apoyo y disposición para ejecutar la presente investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rivas Pajuelo S, Saintila J, Rodríguez Vásquez M, Calizaya-Milla YE, Javier-Aliaga DJ. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: un estudio transversal. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2021;25(1):87-94. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S217451452021000100087&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S217451452021000100087&script=sci_arttext)
2. Oktavianto E, Saifudin IMMY, Suryati S, Supriyadi S, Setyaningrum N. Eating behaviors related to nutritional status among adolescents: a cross-sectional study. *Int J Public Health Sci.* 2023; 12(2):647-653. doi:10.11591/ijphs.v12i2.22854

3. Campos de Aldana MS, Solano Aguilar S, Páez Esteban AN, Ortiz Rodríguez SP, Torres Contreras CC, Casadiegos Patiño LF. Riesgo de trastornos de conductas alimentarias asociados al estado nutricional de los adolescentes. *Cult Cuid*. 2023;27(65):315–322. Disponible en: [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/133219/1/CultCuid65\\_24.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/133219/1/CultCuid65_24.pdf)
4. Huo Y, Zhang Y, Wang C, Zhao R, Wang W, Wang Y, et al. Dietary knowledge, attitudes, and behaviors associated with underweight and overweight/obesity among adolescents in urban China: a cross-sectional study. *Int J Public Health*. 2024;69:1606219. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11341296>
5. Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organ Behav Hum Decis Process*. 1991;50(2):179–211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T
6. Cortez Pasache GL. Indicadores antropométricos y su relación con hábitos alimentarios de una institución educativa en Lima Metropolitana, 2023 [tesis]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/056d6eaf-0ffe-404e-8188-980f9f105816/content>
7. World Health Organization. Obesidad y sobrepeso [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
8. Instituto Nacional de Salud (Perú). Vigilancia de la situación del sobrepeso, obesidad y sus determinantes en el marco del Observatorio de Nutrición y Estudio del Sobrepeso y Obesidad: informe técnico 2023. Lima: INS; 2023. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ins/informes-publicaciones/5146110-vigilancia-de-la-situacion-del-sobrepeso-obesidad-y-sus-determinantes-en-el-marco-del-observatorio-de-nutricion-y-estudio-del-sobrepeso-y-obesidad-informe-tecnico-2023>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Encuesta Demográfica y de Salud Familiar – ENDES 2024: resumen ejecutivo. Lima: INEI; 2024. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/6813623-resumen-peru-encuesta-demografica-y-de-salud-familiar-endes-2024>
10. Abdella HMI, El-Mani SF, Bozaid FMS, Abdullatif A, Zidan SS, Alzaidany AA, et al. Association Between Eating Behaviors and Body Mass Index in Secondary School Students of Benghazi, Libya. *Scientia Technology Science and Society*. 2025;2(1):37–48. doi:10.59324/stss.2025.2(1).03
11. Duran Castañeda JM, Orellana Neponoceno EM. Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal en adolescentes de la institución educativa R. Feynman – Benedicto XVI, 2023 [tesis]. Lima: Universidad María Auxiliadora; 2023. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12970/1759>
12. Organización Mundial de la Salud. El estado físico: uso e interpretación de la antropometría. Ginebra: OMS; 1995. Serie de informes técnicos 854. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/37003>
13. Ministerio de Salud del Perú. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente. Lima: MINSA; 2015. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/390257/guia-tecnica-para-la-valoracion-nutricional-antropometrica-de-la-persona-adolescente.pdf>
14. Torres C. Validación del cuestionario EAT-26 para medir actitudes alimentarias en adolescentes de secundaria de Lima Metropolitana [tesis de licenciatura en Psicología]. Lima: Universidad César Vallejo; 2022 [citado 2025 jul 31]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/108420/Torres\\_CKJA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/108420/Torres_CKJA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
15. Huamán Obregón SS. Propiedades psicométricas de la escala de actitudes y síntomas de los trastornos alimenticios en universitarios de Lima Metropolitana [tesis de pregrado]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2022. Disponible en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2330>