

# **Calidad de vida, cuidadores e intervención para la mejora de la salud**

## **Volumen II**

**Comps.**

**José Jesús Gázquez**

**M<sup>a</sup> del Mar Molero**

**M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes**

**Ana B. Barragán**

**M<sup>a</sup> del Mar Simón**

**África Martos**

The first meaning of Botany is the study of plants, which is all plant life occurring in an area or being part of a specific botanical garden or arboretum plant life.

In a broader sense, it is the scientific study of all plant life occurring in a particular area.

Botany is the scientific study of plants.

In today's world, Botany is the study of plants.

**Calidad de vida, cuidadores e intervención para  
la mejora de la salud  
Volumen II**

**Comps.**

**José Jesús Gázquez**

**M<sup>a</sup> del Mar Molero**

**M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes**

**Ana B. Barragán**

**M<sup>a</sup> del Mar Simón**

**África Martos**

© Los autores. NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro “Calidad de vida, cuidadores e intervención para la mejora de la salud. Volumen II”, son responsabilidad exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar, así como los referentes a su investigación.

Edita: ASUNIVEP

ISBN: 978-84-09-02079-9

Depósito Legal: AL 1031-2018

Imprime: Artes Gráficas Salvador

Distribuye: ASUNIVEP

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

## Calidad de Vida y Nutrición

### CAPÍTULO 1

*Frecuencia de los patrones de la conducta alimentaria en hombres y mujeres estudiantes de Ciencias de la Salud*.....17

Ana B. Barragán, M<sup>a</sup> del Mar Simón, África Martos, M<sup>a</sup> del Mar Molero, M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes, Eva María Caparrós, y José Jesús Gázquez

### CAPÍTULO 2

*Trastorno mental grave: Autonomía en el domicilio* .....23

María Isabel Contreras Parody, María Dolores Hurtado Montiel, y Julio Castellano Ramírez

### CAPÍTULO 3

*Proyecto de educación sanitaria orientado a drogodependientes que residen en un piso de apoyo a la reinserción* .....29

Paula Díaz García, Liliana González González, Esther Ramos Mezquita, Joaquina María Rodríguez González, y María del Mar Conde García

### CAPÍTULO 4

*Calidad de vida como factor a considerar en la toma de decisiones de limitación del esfuerzo terapéutico (LET)*.....35

Oihana Leizaola Irigoyen

### CAPÍTULO 5

*Propiedades de alimentos funcionales: Adaptación a la normativa alimentaria* .....41

Paloma Rodríguez González, Nuria Cuesta Mata, y Patricia Ramírez Cuenca

### CAPÍTULO 6

*Gestión de alérgenos alimentarios en restauración colectiva* .....47

Ana Isabel Martín González, José Luis Pérez Ávila, Antonio Victoriano Gandul Madroñal, y Ángela Isabel Gandul Madroñal

### CAPÍTULO 7

*Oferta alimentaria en comedores escolares: Apuesta por mejorar la salud* .....57

Ana Isabel Martín González, José Luis Pérez Ávila, Antonio Victoriano Gandul Madroñal, y Ángela Isabel Gandul Madroñal

### CAPÍTULO 8

*Alergias e intolerancias alimentarias en la restauración hospitalaria*.....65

Patricia Avellaneda Codina, María del Carmen Codina Almansa, y José Céspedes Gutiérrez

### CAPÍTULO 9

*La dieta mediterránea aplicada a la restauración hospitalaria* .....73

José Céspedes Gutiérrez, Patricia Avellaneda Codina, y María del Carmen Codina Almansa

*CAPÍTULO 10*

*Influencia de los padres con sobrepeso en la alimentación de los hijos ..... 81*  
María Luisa González Delgado

*CAPÍTULO 11*

*Envejecimiento saludable para prevenir enfermedades cardiovasculares..... 87*  
Isabel María Montero Torres

*CAPÍTULO 12*

*Necesidades de macronutrientes en la prevención y recuperación de lesiones musculoesqueléticas ..... 93*  
Jorge Pérez Vázquez, Natalia García Martín, Jorge Prieto Gómez, y Andrea García Sánchez

*CAPÍTULO 13*

*Calidad de vida y ejercicio físico: Estudio en una población mayor de 60 años ..... 103*  
Juan Luis Sánchez González y José Ignacio Calvo Arenillas

*CAPÍTULO 14*

*Alimentación de un Paciente Ingresado en Cuidados Críticos ..... 111*  
Paloma Vidal Pulido, Lucía Arcos López, y Marina Pulido

*CAPÍTULO 15*

*Valoración del bienestar psicosocial en relación a las posibles alteraciones psicológicas de la etapa del climaterio ..... 119*  
María José Páez Requerey, Marta Escobar Viana, y Carmen Sánchez-Nieva Lampaya

*CAPÍTULO 16*

*Revisión bibliográfica de los hábitos de alimentación en el personal sanitario ..... 125*  
Eva María Caparrós, M<sup>a</sup> del Mar Molero, Ana B. Barragán, M<sup>a</sup> del Mar Simón, África Martos, M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes, y José Jesús Gázquez

**Envejecimiento y Enfermedad**

*CAPÍTULO 17*

*Estudio sobre la evaluación y mejora en atención primaria de los pacientes con sospecha de nefropatía diabética..... 135*  
Francisco José Fernández Galindo, Roberto Fellone Travel, y Carolina Hernández Gomáriz

*CAPÍTULO 18*

*Utilización de la vía subcutánea para la administración de medicación en pacientes paliativos ..... 141*  
Ana Aguilera Mimbreno, Noelia Bolaños Martín, y Helena Martínez Rodríguez

**CAPÍTULO 19**

*Evaluación y mejora en atención primaria de los pacientes con sospecha de insuficiencia cardíaca* ..... 147

Roberto Fellone Travel, Carolina Hernández Gomáriz, y Francisco José Fernández Galindo

**CAPÍTULO 20**

*El envejecimiento activo y su importancia en el panorama sanitario actual* ..... 153

Francisco Javier Galán Carrillo, José Carlos Colmenero Moral, y Rosa Ana Jiménez Álamo

**CAPÍTULO 21**

*Aplicación de la “Terapia de la Dignidad” más allá de lo oncológico. Explorando nuevos campos: Demencias y ancianos institucionalizados* ..... 161

María Ángeles García Jerez, Carmen María Lara Rojas, y José Luis Serrano Carrillo de Albornoz

**CAPÍTULO 22**

*El límite entre lo físico y lo psiquiátrico y terapias de tercera generación: Una visión de conjunto* ..... 169

Fernando García Lázaro, Leonor Asensio Aguerri, Victoria Muñoz Martínez, Beatriz Mata Sáenz, Erica López Lavela, Laura Nuevo Fernández, Rafael Ángel Baena Mures, Irene Díaz Quero, Estefanía Segura Escobar, y Carlos Rodríguez Gómez Carreño

**CAPÍTULO 23**

*Las enfermedades neurodegenerativas en la senectud* ..... 175

María González Rodríguez, Marta Díez Sojo, Francisco Javier Granda Valles, Romina Daunesse Pérez, y María del Carmen Valles Suárez

**CAPÍTULO 24**

*Enfermedad crónica en Centro de salud: Conocimiento y Cumplimiento terapéutico*.... 181

Sonia María Molina Guerra, Silvia Ruiz Jurado, y Carmen María Mañas Dueñas

**CAPÍTULO 25**

*La influencia de los hábitos de vida en la evolución de la enfermedad renal crónica* .... 189

Sonia María Molina Guerra, Silvia Ruiz Jurado, y Carmen María Mañas Dueñas

**CAPÍTULO 26**

*Principios generales del control de síntomas en cuidados paliativos*..... 195

Jorge Rodríguez Giménez, Lorena Rico Solbas, y Verónica Garre López

**CAPÍTULO 27**

*Revisión sistemática sobre la efectividad de la fisioterapia acuática en el tratamiento del Parkinson* ..... 203

Marta Sibón Saborido, Elena Torralba Chozas, y Marina Isabel Navas Ramírez

**CAPÍTULO 28**

*Vivir con una enfermedad crónica: una aproximación cualitativa* ..... 211  
Ana Belén Suárez Escudero, María Dolores Ruiz Fernández, María López Cano, Antonia Fernández Leyva, Evangelina Martínez Mengíbar, María del Rosario Ayala Maqueda, y Aurora María Alcaraz García

**CAPÍTULO 29**

*Actualización y revisión del manejo del hemotórax en el ámbito extrahospitalario y Atención Primaria* ..... 219  
Vanessa Terán Díez, Blanca Coll Bas, Lucía Cueli del Campo, César Manuel Guerra García, Ana Martínez de Grado, Leire Moja Mateos, y Marta Santos Gravalosa

**Fisioterapia y Envejecimiento activo**

**CAPÍTULO 30**

*Evaluación, indicación y seguimiento del programa de actividad física en personas mayores y realización de programas de revitalización y terapia ocupacional: Programa de suelo pélvico* ..... 227  
Beatriz María Bermejo Gil, José Enrique Artigas Martín, Fátima Pérez Robledo, Celia Sánchez Gómez, Ana Domínguez García, Juan Luis Sánchez González, Fausto José Barbero Iglesias, y José Ignacio Calvo Arenillas

**CAPÍTULO 31**

*Tratamiento de Fisioterapia en la Disfagia en Pacientes Geriátricos* ..... 233  
María del Pilar Cano García, Josefa María Segura García, y María Luisa Peral Rodríguez

**CAPÍTULO 32**

*Actuación del fisioterapeuta en el tratamiento de la esclerosis múltiple* ..... 241  
María del Pilar Cano García, Josefa María Segura García, y María Luisa Peral Rodríguez

**CAPÍTULO 33**

*Revisión bibliográfica para el tratamiento fisioterapéutico en artrosis de rodilla* ..... 249  
Ismael Hevia Cabeza, Antonio David Sánchez Sánchez, y Ángela López Sánchez

**CAPÍTULO 34**

*Fisioterapia: Uso de la Nintendo Wii en el Alzheimer* ..... 255  
Marina Isabel Navas Ramírez, Elena Torralba Chozas, y Marta Sibón Saborido

**CAPÍTULO 35**

*Tratamiento fisioterápico en el linfedema* ..... 261  
Francisca Rodríguez Céspedes, Patricia Cuenca Zaya, y Sandra Manzano Aguilera

**CAPÍTULO 36**

*Actuación fisioterapéutica en el equilibrio y la marcha para mejorar la calidad de vida del paciente con Parkinson*.....269

Francisca Roldán Rodríguez y Elisabet Martín Roldán

**CAPÍTULO 37**

*Revisión sistemática de fisioterapia en artritis reumatoide*.....275

Antonio David Sánchez Sánchez, Ángela López Sánchez, y Ismael Hevia Cabeza

**Medicación, Fármacos y Terapias**

**CAPÍTULO 38**

*Evaluación del riesgo de las materias primas utilizadas en un área de farmacotecnia*..283

José Manuel Troya Gómez, Margarita Ladrón de Guevara García, e Isabel Rojas Pérez

**CAPÍTULO 39**

*Antibioterapia más frecuentemente empleada en nuestra unidad de hemodiálisis*.....295

Elena Borrego García, Sara Pérez Moyano, Aracelys Josefina Narváez Ruiz, y M.<sup>a</sup> Isabel Saucedo Villanueva

**CAPÍTULO 40**

*Estudio sobre la sobredosificación de medicación en atención primaria: análisis causal (ACR) en un incidente de seguridad en el paciente*.....301

Roberto Fellone Travel, Carolina Hernández Gomáriz, y Francisco José Fernández Galindo

**CAPÍTULO 41**

*Tratamiento no farmacológico para los síntomas propios del climaterio*.....309

Isabel González Fernández, María José Páez Requerey, y Marta Escobar Viana

**CAPÍTULO 42**

*Mejora de la conciliación de la medicación tras la implantación de una nueva herramienta*.....315

María del Carmen González López y Dolores Cueto Saavedra

**CAPÍTULO 43**

*Uso de la clozapina en la conducta agresiva o violenta*.....323

José Manuel González Moreno, Beatriz Oda Plasencia García de Diego, y Samuel Leopoldo Romero Guillena

**CAPÍTULO 44**

*Calidad de vida en pacientes tratados con hemodiálisis*.....331

David Hernández Melgarejo, Víctor Gallego Herrera, María Dolores Vivo Belando, Fernando Zamora García, Elena Margarita León Villar, Jenifer Viñolo Bravo, Sonia Cañas Nicolás, Blas Ignacio de Gea Guillén, María Soledad Álvarez García, y María Josefa García Martínez



**CAPÍTULO 45**

*Las aplicaciones móviles usadas en la patología diabética: Una revisión sistemática...* 339  
María González García

**CAPÍTULO 46**

*Estudio sobre el montaje de la máquina de hemodiálisis: aplicación de la técnica HFMEA sobre Seguridad en el paciente en el Servicio de Hemodiálisis el Palmar.....* 343  
Roberto Fellone Travel, Carolina Hernández Gomáriz, y Francisco José Fernández Galindo

**CAPÍTULO 47**

*Estrategias de Mejora para la Infección Nosocomial Renal.....* 351  
Ana María Lazo Torres, Esteban Alessandro Vogt Sánchez, y Virginia Rodríguez Martínez

**CAPÍTULO 48**

*Control de los pacientes en terapia con anticoagulantes orales para favorecer el uso seguro del medicamento .....* 357  
María López Cano, Antonia Fernández Leyva, Evangelina Martínez Mengíbar, María del Rosario Ayala Maqueda, Aurora María Alcaraz García, Ana Belén Suárez Escudero, y María Dolores Ruiz Fernández

**CAPÍTULO 49**

*Contribución de la enfermera comunitaria para la mejora del desarrollo profesional en el cuidado de pacientes con insuficiencia cardíaca .....* 363  
Francisca María Mancera Trujillo, María José Ramírez Alda, y Ana Belén Mancera Trujillo

**CAPÍTULO 50**

*Manejo urgente del paciente quemado en ámbito extrahospitalario.....* 369  
Ana Martínez de Grado, Leire Moja Mateos, Marta Santos Gravalosa, Vanesa Terán Díez, Blanca Coll Bas, Lucía Cueli del Campo, y César Manuel Guerra García

**CAPÍTULO 51**

*La depresión postparto en la adolescencia .....* 377  
Eva Martínez Rodríguez, María de las Flores Vera Márquez, y Cristina González Corral

**CAPÍTULO 52**

*Diseño de una intervención educativa para pacientes con SAHOS que inician tratamiento con CPAP .....* 383  
Cristina Vanessa Pérez García

**CAPÍTULO 53**

*Análisis de prevención y tratamiento de las úlceras por presión .....* 389  
María del Carmen Valles Suárez, María González Rodríguez, Romina Daunesse Pérez, Francisco Javier Granda Valles, y Marta Díez Sojo

**Oncología, Abordaje Multidisciplinar****CAPÍTULO 54**

*Implantación de catéter PICC en pacientes oncológicos ancianos con mal acceso venoso periférico.....* 397

Rosa Ana Jiménez Álamo, Francisco Javier Galán Carrillo, y José Carlos Colmenero Moral

**CAPÍTULO 55**

*Educación sanitaria e indicaciones en pacientes con cáncer de mama para intentar mejorar los efectos secundarios de la quimioterapia .....* 405

Liliana González González, María del Mar Conde García, Esther Ramos Mezquita, Paula Díaz García, y Joaquina María Rodríguez González

**CAPÍTULO 56**

*Neutropenia: Efecto colateral de la quimioterapia en pacientes con cáncer de mama...413*

Eulogio Marchena Benítez, María Inmaculada Soto Rondán, y Gerardo Moreno Luzón

**CAPÍTULO 57**

*Efecto del insomnio y los trastornos del sueño en la calidad de vida del paciente oncológico: Una revisión bibliográfica .....* 419

Antonio José Toledano Moreno, Dulcenombre Abad Ortega, y Almudena Moral Colomo

**Profesionales, Cuidadores y Cuidados****CAPÍTULO 58**

*Intervención de enfermería en pacientes con conducta suicida.....* 429

Francisco Martín Estrada, Elisabeth Ariza Cabrera, y Esther López Martínez

**CAPÍTULO 59**

*Cuidados avanzados de enfermería al paciente crónico con hipoglucemias.....* 437

María Juana Millán Reyes y Rafael Jesús Barranco Zafra

**CAPÍTULO 60**

*Cuidados de enfermería en pacientes que están en tratamiento con anticoagulantes orales.....* 445

José Antonio Agudo Caballero y María José Rueda Godino

**CAPÍTULO 61**

*Asociación entre tabaquismo materno durante la gestación y aparición de caries en la primera infancia: Revisión bibliográfica.....* 451

Luis Aguilar Bootello, María de las Flores Vera Márquez, y Josefa Eva Vera Márquez

<i>CAPÍTULO 62</i>	
<i>El TCAE en el sondaje vesical en el ámbito hospitalario.....</i>	<i>457</i>
<i>María del Amparo Argüelles Meana, Yolanda González García, y Patricia Pérez Castro</i>	
<i>CAPÍTULO 63</i>	
<i>Cuidados de enfermería al paciente quemado.....</i>	<i>463</i>
<i>Rafael Jesús Barranco Zafra y María Juana Millán Reyes</i>	
<i>CAPÍTULO 64</i>	
<i>Cuidados enfermeros en los problemas del sueño en los ancianos.....</i>	<i>469</i>
<i>Alejandra Barroso Ramírez, Ana del Rocío Casado Vázquez, y Raquel Cruz Barroso</i>	
<i>CAPÍTULO 65</i>	
<i>Educación para la salud en soporte vital básico y reanimación cardiopulmonar a la población infantil y adolescente.....</i>	<i>475</i>
<i>Irene Bustos Fernández, Rebeca Moreno Mancebo, Sonia Repiso Muñoz, y Beatriz Guerrero Rodelas</i>	
<i>CAPÍTULO 66</i>	
<i>Intervención preventiva para la enfermera de atención primaria que sufre Burnout.....</i>	<i>481</i>
<i>Ana Campos Serrano, Raquel Jiménez Anero, Airam Cabrera Rodríguez, Tamara García López, Isabel María Rodríguez Rodríguez, y Jesús Alberto Martín González</i>	
<i>CAPÍTULO 67</i>	
<i>La matrona como consejera en terapias alternativas para tratar los síntomas de la menopausia.....</i>	<i>487</i>
<i>María de las Nieves Cano Lara, María Romero Nevado, y Patricia Castillo Cordero</i>	
<i>CAPÍTULO 68</i>	
<i>Cuidados de enfermería tras cistectomía radical en pacientes con neovejiga.....</i>	<i>493</i>
<i>José Carlos Colmenero Moral, Francisco Javier Galán Carrillo, y Rosa Ana Jiménez Álamo</i>	
<i>CAPÍTULO 69</i>	
<i>Análisis de los protocolos de aseo en medio sanitario y asistencial.....</i>	<i>501</i>
<i>Romina Daunesse Pérez, Francisco Javier Granda Valles, Marta Díez Sojo, María González Rodríguez, y María del Carmen Vallés Suárez</i>	
<i>CAPÍTULO 70</i>	
<i>Sentimientos asociados al cuidado informal de anciano.....</i>	<i>507</i>
<i>Carmen María Fernández Torralbo, Ana Belén Pereira Ibáñez, y Cristina Fernández de Moya Cárdenas</i>	
<i>CAPÍTULO 71</i>	
<i>La resiliencia como vía de vida más saludable en mujeres cuidadoras informales.....</i>	<i>513</i>
<i>Ana Gallardo Flores</i>	

**CAPÍTULO 72**

*Técnicas de empoderamiento y resiliencia en Mujeres cuidadoras informales. Libro de publicaciones de junio volumen II: Calidad de vida, cuidadores e intervención para la mejora de la salud.....*519

Ana Gallardo-Flores

**CAPÍTULO 73**

*Rol de Enfermería en los pacientes colostomizados .....*525

Juan Antonio García Macia, Luz Viviana Díaz Burga, y Carmen Camacho Hidalgo

**CAPÍTULO 74**

*El manejo de la hernia inguinal en pacientes ancianos: Cirugía electiva frente a actitud conservadora .....*535

Tatiana Gómez Sánchez, Francisco Javier Arroyo Fernández, y María Teresa Sánchez Barrón

**CAPÍTULO 75**

*La importancia de enfermería en la prevención en cuanto al desgaste emocional y físico del cuidador informal .....*541

Beatriz Guerrero Rodelas, Irene Bustos Fernández, Rebeca Moreno Mancebo, y Sonia Repiso Muñoz

**CAPÍTULO 76**

*Dimensiones del síndrome de burnout y satisfacción laboral en profesionales de la salud.....*547

María Isabel Laporta Herrero y María Pilar Delgado Miguel

**CAPÍTULO 77**

*Manejo de catéteres venosos centrales: Cuidados y prevención de bacteriemia por enfermería.....*555

Helena Martínez Rodríguez, Ana Aguilera Mimbbrero, y Noelia Bolaños Martín

**CAPÍTULO 78**

*Herramientas utilizadas para solicitar cita en los pacientes que no acuden a consulta .*561

Ruth Muñoz Maya, Beatriz Artola Garrido, y Ángel Hurtado de Mendoza Medina

**CAPÍTULO 79**

*Atención de enfermería en la enfermedad celiaca.....*565

María Pavón Amo, Ana Petidier Pino, y Alejandro Quiles Parra

**CAPÍTULO 80**

*Rol del profesional de enfermería en los centros escolares.....*571

Ana Petidier Pino, Alejandro Quiles Parra, y María Pavón Amo

**CAPÍTULO 81**

*La formación del cuidador principal del paciente en hemodiálisis a través de los cursos-talleres valorada por el propio cuidador.....* 577

María José Ramírez Alda, Ana Belén Mancera Trujillo, y Francisca María Mancera Trujillo

**CAPÍTULO 82**

*Proyecto educativo dirigido a padres con hijos que padecen trastorno por déficit de atención con hiperactividad para mejorar el afrontamiento de esta patología.....* 583

Esther Ramos Mezquita, Liliana González González, Paula Díaz García, Joaquina María Rodríguez González, y María del Mar Conde García

**CAPÍTULO 83**

*Atención integral durante el proceso del duelo.....* 591

Lorena Rico Solbas, Verónica Garre López, y Jorge Rodríguez Giménez

**CAPÍTULO 84**

*Actuación enfermera ante el dolor en el paciente terminal.....* 597

Jorge Rodríguez Giménez, Verónica Garre López, y Lorena Rico Solbas

**CAPÍTULO 85**

*El administrativo en el ámbito sanitario y los riesgos psicosociales .....* 605

Inmaculada Rodríguez Rodríguez

**CAPÍTULO 86**

*Análisis integral de las quemaduras desde una perspectiva multidisciplinar.....* 613

María Dolores Serrano Blanco, Rubén Moya Granados, y Ascensión Granados Navas

**CAPÍTULO 87**

*Relación entre satisfacción laboral y riesgos psicosociales en el ámbito laboral de personas con discapacidad.....* 619

Raquel Suriá Martínez y Juan Andrés Samaniego Gisbert

**CAPÍTULO 88**

*Análisis de la efectividad de intervenciones de enfermería en el tratamiento de los trastornos del sueño y el insomnio para mejorar la calidad de sueño.....* 625

Antonio José Toledano Moreno, Almudena Moral Colomo, y Dulcenombre Abad Ortega

**CAPÍTULO 89**

*Rol de enfermería en la deshabituación tabáquica .....* 633

María Teresa Vique Morales, María Virginia Rodríguez Pozo, y Reyes Soto Chacón

## CAPÍTULO 1

### **Frecuencia de los patrones de la conducta alimentaria en hombres y mujeres estudiantes de Ciencias de la Salud**

Ana B. Barragán, M<sup>a</sup> del Mar Simón, África Martos, M<sup>a</sup> del Mar Molero, M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes, Eva María Caparrós, y José Jesús Gázquez  
*Universidad de Almería*

#### **Introducción**

Las últimas investigaciones llevadas a cabo en las diferentes instituciones escolares, muestran conductas alimentarias de riesgo para nuestra salud, como es la pérdida de peso debido a las dietas sin control, los vómitos provocados, la preocupación por el aspecto físico, entre otras (Barriguete-Meléndez et al., 2009; Peña, López, y Liévano, 2014). Estas conductas se están viendo encarecidas en la etapa adolescente al ser una población de alto riesgo, y sobre todo hay más prevalencia en el género femenino que en el masculino (Behar, 2010; Lowry, Galuska, Fulton, Burgeson, y Kann, 2005). Dentro de la etapa adolescente, destaca la población universitaria donde los índices de prevalencia son más elevados que en el resto de grupos (García, Solbes, Expósito, y Navarro, 2012).

Las conductas alimentarias además de poner en riesgo la salud de los individuos afectando su bienestar físico y psicológico generan una serie de cambios que pueden dar lugar a lo que conocemos como trastornos de la conducta alimentaria (Ezquerro, 2013). Estos trastornos tienen un gran efecto sobre la salud al causar graves consecuencias sobre la misma (Marques et al., 2011; Swanson, Crow, Le Grange, Swendsen, y Merikangas, 2011). En este sentido, estas repercusiones pueden ser variadas, multisistémicas y severas dependiendo del momento, causando en el organismo un deterioro nutricional por la falta de nutrientes (Díaz et al., 2010).

No solamente las conductas alimentarias de riesgo son más frecuentes en el género femenino, sino también los trastornos de conducta alimentaria, ya que dichas conductas forma parte de los factores de riesgo que desembocan en dicho trastorno (Lahortiga-Ramos et al., 2005; Rodríguez-Cano, Beato-Fernández, y Belmonte-Llario, 2005). En el género femenino, sobre todo, se muestra una mayor insatisfacción corporal debido a las demandas de la sociedad actual, donde los cánones de belleza versan en cuerpos delgados y estilos de vida centrados en la imagen corporal (Hernández-Cortés y Londoño, 2013; Ruiz et al., 2016). Esta imagen corporal está compuesta por tres elementos, como son: el conductual, el perceptivo y el cognitivo-afectivo, que se pueden desequilibrar y dar lugar a un trastorno de la conducta alimentaria (Lameiras, Calado, y Rodríguez, 2003). Diversos estudios, han confirmado que la insatisfacción corporal es un factor de riesgo para el desarrollo de conductas y trastornos alimentarios (Berengui, Castejón, y Torregrosa, 2016; Stice y Shaw, 2002).

Por otro lado, las diferencias en función del género no solamente se da en la insatisfacción corporal, sino también en conductas alimentarias, siendo por ejemplo, los adolescentes los que presentan diferencias significativas más altas respecto a las adolescentes en la dimensión de ingesta emocional (Valladares et al., 2015). A su vez, Cofré, Moreno, Salgado, Castillo, y Riquelme (2017) hallaron relación entre algunas dimensiones de la conducta alimentaria y la sensación de saciedad. Pero, en cuanto a la relación entre el género, la conducta alimentaria y el estado nutricional, estos autores no encontraron diferencias significativas de género. Igualmente, Coromoto, Pérez, Herrera, y Hernández (2011) no descubrieron ningún tipo de nexo entre estas tres variables.

Por tanto, esta investigación tiene como objetivo analizar la conducta alimentaria a través de varios ítems en estudiantes pertenecientes a titulaciones de ciencias de la salud según el sexo.

## Método

### Participantes

La muestra está constituida por un total de 158 estudiantes universitarios pertenecientes a distintas titulaciones de Ciencias de la Salud entre los 18 y 57 años ( $M=31,78$ ;  $DT=8,62$ ). De estos el 73,4% ( $N=116$ ) eran mujeres y el 26,6% ( $N=42$ ) eran hombres. La edad media del grupo de las mujeres era de 32,26 años ( $DT=9,12$ ) y la media de edad del grupo de los hombres 30,45 años ( $DT=6,98$ ).

### Instrumentos

Cuestionario *ad hoc*, con el objetivo de conocer las características sociodemográficas de los participantes de ciencias de la salud, así como los datos relacionados con el estado de salud percibida.

Three Factor Eating Questionnaire-R18-SP (TEFQ-R18-SP) es la versión española realizada por Jáuregui-Lobera, García-Cruz, Carbonero-Carreño, Magallares, y Ruiz-Prieto (2014) del cuestionario original de 51 ítems TFEQ (Stunkard y Messick, 1985). El cuestionario está compuesto por tres factores que miden diferentes aspectos de la conducta alimentaria que son: la ingesta incontrolada, ingesta emocional y restricción cognitiva. Consta de un total de 18 ítems que se miden a través de cuatro opciones de respuesta, donde 1 es muy de acuerdo y 4 muy en desacuerdo.

### Procedimiento y análisis de datos

Para llevar a cabo esta investigación, todos los participantes realizaron los cuestionarios de forma voluntaria y fueron informados de los objetivos del estudio y el modo de cumplimentar éste. El cuestionario fue cumplimentado de forma individual. Por otro lado, se les informó que todas las respuestas iban a ser totalmente anónimas y el uso de los datos confidenciales. Para el análisis de datos se utilizó el programa estadístico SPSS. 23. Los parámetros descriptivos se llevaron a cabo mediante un análisis de frecuencias.

## Resultados

En la tabla 1, podemos observar los resultados sobre las frecuencias obtenidas en algunos ítems relacionados con la conducta alimentaria según el sexo. En este sentido, a la afirmación “*cuando huelo una comida deliciosa me resulta muy difícil no probarla, incluso si acabo de terminar mi comida*” el 33,3% ( $n=14$ ) de los hombres respondieron que era totalmente falso frente al 27,6% ( $n=32$ ) de las mujeres. Sin embargo, el 34,5% ( $n=40$ ) de las mujeres y el 28,6% ( $n=12$ ) de los hombres respondieron que era algo falso. El 23,8% ( $n=10$ ) de los hombres y el 25% ( $n=29$ ) de las mujeres señalaron que era algo cierto.

Por otra parte, el 52,4% ( $n=22$ ) de los hombres y el 40,5% ( $n=47$ ) de las mujeres contestaron que era totalmente falso que “*deliberadamente tomaban pequeñas cantidades de comida como medio para controlar su peso*” y el 11,9% ( $n=5$ ) de los hombres y el 11,2% ( $n=13$ ) señalaron que era totalmente cierto.

Al enunciado “*cuando me siento ansioso/a (nervioso/a) sin darme cuenta me encuentro comiendo*” el 16,7% ( $n=7$ ) del grupo de los hombres y el 31% ( $n=36$ ) respondieron que era algo cierto. En cambio el 42,9% ( $n=18$ ) de los hombres y el 36,2% ( $n=42$ ) indicó que era totalmente falso.

Tabla 1. Ítems relacionados con la conducta alimentaria según el sexo

TFEQ	Sexo				Total		
	Hombre		Mujer		N	%	
	n	%	n	%			
Cuando huelo una comida deliciosa me resulta muy difícil no probarla, incluso si acabo de terminar mi comida	Totalmente falso	14	33,3%	32	27,6%	46	29,1%
	Algo falso	12	28,6%	40	34,5%	52	32,9%
	Algo cierto	10	23,8%	29	25%	39	24,7%
	Totalmente cierto	6	14,3%	15	12,9%	21	13,3%
Deliberadamente tomo pequeñas cantidades de comida como medio para controlar mi peso	Totalmente falso	22	52,4%	47	40,5%	69	43,7%
	Algo falso	3	7,1%	23	19,8%	26	16,5%
	Algo cierto	12	28,6%	33	28,4%	45	28,5%
	Totalmente cierto	5	11,9%	13	11,2%	18	11,4%
Cuando me siento ansioso/a (nervioso/a) sin darme cuenta me encuentro comiendo	Totalmente falso	18	42,9%	42	36,2	60	38%
	Algo falso	15	35,7%	29	25%	44	27,8%
	Algo cierto	7	16,7%	36	31%	43	27,2%
	Totalmente cierto	2	4,8%	9	7,8%	11	7%
A veces cuando empiezo a comer parece que no puedo parar	Totalmente falso	19	45,2%	45	38,8%	64	40,5%
	Algo falso	9	21,4%	34	29,3%	43	27,2%
	Algo cierto	12	28,6%	28	24,1%	40	25,3%
	Totalmente cierto	2	4,8%	9	7,8%	11	7%
Cuando me siento mal (depresivo, infeliz) suelo comer demasiado	Totalmente falso	25	59,5%	45	38,8%	70	44,3%
	Algo falso	7	16,7%	34	29,3%	41	25,9%
	Algo cierto	9	21,4%	28	24,1%	37	23,4%
	Totalmente cierto	1	2,4%	9	7,8%	10	6,3%
Cuando me siento solo/a me consuelo comiendo.	Totalmente falso	25	59,5%	54	46,6%	79	50%
	Algo falso	10	23,8%	39	33,7%	49	31%
	Algo cierto	7	16,7%	20	17,2%	27	17,1%
	Totalmente cierto	0	0	3	2,6%	3	1,9%
Total		42	100%	116	100%	158	100%

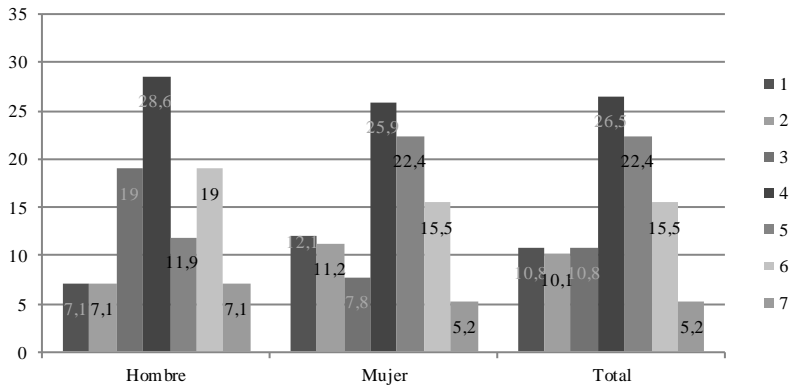
Por otro lado, el 28,6% (n=12) de los hombres y el 24,1% (n=28) de las mujeres han señalado que es algo cierto que “a veces cuando empiezan a comer parece que no pueden parar”. Y el 4,8% (n=2) de los hombres y el 7,8% (n=9) que era totalmente cierto.

En cambio, el 59,5% (n=25) de los hombres y el 38,8% (n=45) de las mujeres han respondido que es totalmente falso que “coman demasiado cuando se siente mal”, es decir, cuando se sienten depresivos o infelices, en cuanto al grupo de los hombres el 16,7% (n=7) señalaron que es algo falso y el 21,4% (n=9) indicaron que era algo cierta dicha afirmación. Por otra parte, en el grupo de las mujeres el 29,3% (n=34) respondieron que era algo falso y el 24,1% (n=28) que era algo cierto.

En cambio, en el ítem “cuando me siento solo/a me consuelo comiendo” ninguno de los hombres contestó que era totalmente cierto y el 2,6% (n=3) de las mujeres respondió que era totalmente cierto.



Gráfica 1. En una escala de 1 a 8, donde 1 significa no restringir la ingesta y 8 significa restricción total ¿Con qué número te valorarías a ti mismo/a?



Respecto, a la valoración que los participantes hacen sobre sí mismos en cuanto a la restricción de la ingesta, en la gráfica 1 se puede observar que tanto la mayor parte del grupo de los hombres (28,6%) como el de las mujeres (25,9%) valoran su restricción sobre 4. En cambio, el 5,2% de las mujeres y el 7,1% de los hombres se valoran con un 7.

### Discusión/ Conclusiones

Las conductas alimentarias de riesgo afectan tanto a nuestro bienestar físico como a nuestro bienestar psicológico, poniendo en peligro el estado de la salud (Ezquerro, 2013). Siendo en la etapa adolescente donde mayores índices de prevalencia encontramos en la población universitaria (García et al., 2012), y en concreto, en el sexo femenino más que en el masculino (Behar, 2010; Lowry et al., 2005). De este modo los resultados obtenidos en este estudio muestran que tanto en el grupo de las mujeres como en el de los hombres señalan que es falso que cuando huelen comida les resulta difícil no probarla, incluso si acaban de terminar su comida. En este sentido, Cofré et al. (2017) indicaron en su estudio que existe una relación entre algunas dimensiones de la conducta alimentaria y la sensación de saciedad.

Por otro lado, el sexo femenino es el que destaca mayores porcentajes ante el ítem “cuando me siento ansioso/a (nervioso/a) sin darme cuenta me encuentro comiendo” al señalar que es algo cierto o totalmente cierto que lo realizan, sin embargo, el sexo masculino obtienen menores porcentajes en dichas respuestas.

En general, el mayor porcentaje tanto de hombres como de mujeres valoran la restricción de la ingesta con un 4 sobre 8. En relación a estos resultados, tampoco se hallaron diferencias en relación a la conducta alimentaria, el estado nutricional y el sexo en las investigaciones llevadas a cabo por Cofré et al. (2017) y Coromoto et al. (2011), ya que las diferencias encontradas no eran significativas.

Por último, podemos destacar que los estudiantes pertenecientes a titulaciones de ciencias de la salud según el sexo presentan frecuencias similares entre ambos grupos respecto a la conducta alimentaria, destacando en algunos ítems mayores porcentajes en un grupo en proporción al otro. De este modo, se hace necesaria la implantación de herramientas que favorezcan el desarrollo de hábitos alimenticios saludables en las distintas instituciones escolares, y en concreto en las universidades. Por tanto, para futuros estudios se hace necesario aumentar y equiparar la muestra, ya que esto ha podido ser una de las limitaciones de la investigación, además de aplicarlo en otras titulaciones para comparar los resultados entre diferentes ámbitos.

### Agradecimientos

Parte de este trabajo se ha desarrollado gracias a la financiación del Plan Propio de Investigación 2015 de la Universidad de Almería, por la ayuda para la contratación de personal investigador en formación predoctoral, concedida a Ana Belén Barragán Martín, así como, gracias a la financiación Formación de Profesorado Universitario en Áreas Deficitarias, Ayudas Gerty Cori, por la ayuda para la contratación de personal investigador en formación predoctoral, concedida a María del Mar Simón Márquez, así mismo como gracias a la financiación del Plan Propio de Investigación 2017 de la Universidad de Almería, por la ayuda para la contratación de personal investigador en formación predoctoral, concedida a África Martos Martínez.

### Referencias

- Barriguete-Meléndez, J.A., Unikel-Santoncini, C., Aguilar-Salinas, C., Córdoba-Villalobos, J.A., Shamah, T., Barquera, S., Rivera, J.A., y Hernández-Ávila, M. (2009). Prevalence of abnormal eating behaviors in adolescents in Mexico: Mexican National Health and Nutrition Survey 2006. *Salud Pública de México*, 51(4), 638-644.
- Behar, R. (2010). La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 48(4), 319-334.
- Berengui, R., Castejón, M.A., y Torregrosa, M.S. (2016). Insatisfacción corporal, conductas de riesgo para trastornos de la conducta alimentaria en universitarios. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 7(1), 1-8.
- Cofré, A., Moreno, J., Salgado, F., Castillo, A., y Riquelme, E. (2017). Estilos vinculares y conducta alimentaria en niños. *Summa Psicológica UST*, 14(2), 62-71.
- Coromoto, M., Pérez, A., Herrera, H., y Hernández, R. (2011). Hábitos Alimentarios, actividad física y su reacción con el estado nutricional - antropométrico de preescolares. *Revista Chilena de Nutrición*, 38, 301-312.
- Díaz, M.E., Mercader, O., Blanco, J., Wong, I., Moreno, V., Romero, M.C., y Ferret, A. (2010). Un enfoque de género en la conducta alimentaria de bailarines de ballet. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 12, 1316-1329.
- Ezquerro, M. (2013). Percepción del propio peso en adolescentes y su relación con variables psicológicas y psicopatológicas. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 17, 1899-1925.
- García, J., Solbes, I., Expósito, E., y Navarro, E. (2012). Imagen corporal y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en población universitaria española: diferencias de género. *Revista de Orientación Educativa*, 26(50), 31-46.
- Hernández-Cortés, I., y Londoño, C. (2013). Imagen corporal, IMC, afrontamiento, depresión y riesgo de TCA en jóvenes universitarios. *Anales de Psicología*, 29(3), 748-761.
- Lahortiga-Ramos, F., De Irala-Estévez, J., Cano-Prous, A., Gual-García, P., Martínez-González, M.A., y Cervera-Enguix, S. (2005). Incidence of eating disorders in Navarra (Spain). *European Psychiatry*, 20, 179-185.
- Lameiras, M., Calado, M., y Rodríguez, Y. (2003). Hábitos alimentarios e imagen corporal en estudiantes universitarios sin trastornos alimentarios. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3(1), 23-33.
- Lowry, R., Galuska, D.A., Fulton, J.E., Burgeson, C.R., y Kann, L. (2005). Weight management goals and use of exercise for weight control among U.S. high school students, 1991-2001. *Journal of Adolescent Health*, 36, 320-326.
- Marques, L., Alegria, M., Becker, A.E., Chen, C.N., Fang, A., Chosak, A., y Diniz, J.B. (2011). Comparative prevalence, correlates of impairment, and service utilization for eating disorders across US ethnic groups: Implications for reducing ethnic disparities in health care access for eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 44(5), 412-420.
- Peña, N.P., López, S.P., y Liévano, M.C. (2014). Conductas alimentarias asociadas a TCA en estudiantes universitarios que asisten a un centro de formación deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 7(2), 29-38.
- Rodríguez-Cano, T., Beato-Fernández, L., y Belmonte-Llario, A. (2005). New contributions to the prevalence of eating Disorders in Spanish adolescents: detection of false negative. *European Psychiatry*, 20, 173-178.
- Ruiz, P.M., Peláez-Fernández, M.A., Calvo, D., Pérez, J., Gómez, A., y Calado, M. (2016). Diferencias por género de los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes españoles. *Aequalitas*, 39, 29-36.
- Stice, E., y Shaw, H.E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: a synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(3), 985-993.

Swanson, S.A., Crow, S.J., Le Granje, D., Swendsen, J., y Merikangas, K.R. (2011). Prevalence and correlates of eating disorders in adolescents. Results from the national comorbidity survey replication adolescent supplement. *Archives of General Psychiatry*, 68(7), 714-723.

Valladares, M., Obregón, A., Weisstaub, G., Burrows, R., Patiño, A., Ho-Urriola, J., y Santos, J. (2015). Asociación entre la conducta alimentaria y polimorfismos genéticos de la leptina y su receptor en niños obesos chilenos. *Nutrición Hospitalaria*, 31, 1044-1051.