

Artículo original

## Alteraciones alimentarias en adolescentes embarazadas

Dietary alterations in pregnant adolescents

Olga Mireya Alonzo Pico<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0000-0002-8535-884X>

Eliana Lisbeth Cuasquer Canacuan<sup>1</sup> <https://orcid.org/0009-0006-0408-1276>

Zuly Rivel Nazate Chuga<sup>1</sup> <http://orcid.org/0000-0001-6108-4365>

<sup>1</sup> Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES), Ecuador.

\*Autor para la correspondencia: [ut.olgaalonzo@uniandes.edu.ec](mailto:ut.olgaalonzo@uniandes.edu.ec)

### RESUMEN

Los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son afecciones psiquiátricas que afectan principalmente a mujeres en edad reproductiva y generan riesgos tanto para la madre como para el feto. Este estudio tuvo como objetivo proponer estrategias de enfermería para la prevención de los TCA en adolescentes embarazadas atendidas en el Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael, Ecuador. Se realizó una investigación de enfoque mixto, con un diseño no experimental longitudinal para el análisis cuantitativo y un diseño de investigación-acción para el componente cualitativo. La población incluyó a 40 adolescentes embarazadas, quienes participaron en encuestas estructuradas y actividades educativas. Los resultados evidenciaron que el 72 % de los adolescentes desconocían los TCA y el 75 % no tenían información sobre sus complicaciones. Además, el 57 % reportó

prácticas alimentarias inadecuadas, y el 47 % limitó intencionalmente la ingesta de alimentos, citando como principales motivos el temor al aumento de peso y factores económicos. Las complicaciones más frecuentes señaladas incluyen el bajo peso al nacer en los neonatos (67 %) y la ganancia de peso descontrolada en las madres (58 %). Las estrategias educativas implementadas, que incluyeron talleres y socialización de materiales informativos, resultaron efectivas al mejorar el conocimiento y reducir las prácticas de riesgo en esta población. En conclusión, los TCA en adolescentes embarazadas representan un problema multifactorial que requiere atención interdisciplinaria y estrategias sostenibles. Este estudio destaca la importancia de la educación como herramienta clave para prevenir complicaciones maternas.

**Palabras clave:** estrategias de intervención; trastornos de conducta alimentaria; embarazo adolescente; salud materno-infantil; educación en salud.

## ABSTRACT

Eating disorders (EDs) are psychiatric conditions that primarily affect women of reproductive age and pose risks to both the mother and the fetus. This study aimed to propose nursing strategies for the prevention of EDs in pregnant adolescents attending the Nueva San Rafael Type C Health Center, Ecuador. A mixed-methods research approach was conducted, with a non-experimental longitudinal design for the quantitative analysis and an action research design for the qualitative component. The population included 40 pregnant adolescents who participated in structured surveys and educational activities. The results showed that 72 % of the adolescents were unaware of EDs and 75 % had no information about their complications. Additionally, 57 % reported inadequate dietary practices, and 47 % intentionally limited their food intake, citing fear of weight gain and economic

factors as the main reasons. The most frequently reported complications included low birth weight in neonates (67 %) and uncontrolled weight gain in mothers (58 %). The implemented educational strategies, which included workshops and dissemination of informational materials, were effective in improving knowledge and reducing risk practices in this population. In conclusion, EDs in pregnant adolescents represent a multifactorial problem that requires interdisciplinary attention and sustainable strategies. This study highlights the importance of education as a key tool in preventing maternal complications.

**Keywords:** Intervention strategies; eating disorders; adolescent pregnancy; maternal and child health; health education.

Recibido: 10/10/2024

Aceptado: 21/11/2024

## Introducción

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) representan un conjunto de afecciones psiquiátricas caracterizadas por patrones alimentarios anómalos y una preocupación excesiva por el peso y la imagen corporal. Entre los TCA más comunes se encuentran la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón. Estas condiciones suelen manifestarse durante la adolescencia y afectan predominantemente a mujeres jóvenes en edad reproductiva.<sup>(1)</sup>

El embarazo en adolescentes constituye un desafío significativo para la salud pública, especialmente en países en desarrollo como Ecuador. La coexistencia de un embarazo con un TCA puede exacerbar riesgos tanto para la madre como para

el feto, incluyendo complicaciones obstétricas, bajo peso al nacer y problemas en el desarrollo neonatal.<sup>(1)</sup>

La adolescencia es una etapa crítica en la que convergen cambios físicos, emocionales y sociales, lo que aumenta la vulnerabilidad a desarrollar TCA. La presión social por mantener una determinada imagen corporal, sumada a la falta de educación nutricional adecuada, puede predisponer a las adolescentes embarazadas a adoptar conductas alimentarias perjudiciales.<sup>(1)</sup>

En Ecuador, la prevalencia de TCA en adolescentes embarazadas no ha sido ampliamente estudiada, lo que dificulta la implementación de estrategias de intervención efectivas. Sin embargo, estudios realizados en otros contextos han evidenciado una relación entre TCA y complicaciones durante el embarazo. Por ejemplo, una investigación en Chile reporta que un 23,4 % de mujeres embarazadas atendidas en atención primaria presentan algún tipo de TCA, lo que se asocia con un mayor riesgo de complicaciones maternas y fetales.<sup>(1)</sup>

La anorexia nerviosa (AN) es un trastorno mental que afecta a cerca de 1 de cada 100 mujeres en edad fértil.<sup>(2)</sup> Se distingue por la dificultad para mantener un peso corporal saludable, lo que generalmente se debe a un temor extremo a ganar peso. Aunque se clasifica como una enfermedad psiquiátrica, la AN con frecuencia tiene repercusiones físicas significativas, incluyendo desequilibrios en los electrolitos, interrupción del ciclo menstrual debido a alteraciones hormonales, problemas en la producción de células sanguíneas y una reducción de la materia gris en el cerebro.<sup>(3-6)</sup>

El Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael, ubicado en Ecuador, atiende a una población significativa de adolescentes embarazadas. La falta de programas específicos para la detección y manejo de TCA en este grupo poblacional resalta la

necesidad de investigaciones que permitan identificar la magnitud del problema y desarrollar intervenciones adecuadas.

Este estudio tiene como objetivo implementar estrategias de enfermería dirigidas a prevenir y manejar los TCA en adolescentes embarazadas que acuden al Centro de Salud Nueva San Rafael. Se busca, además, evaluar el nivel de conocimiento de las pacientes sobre los TCA y las complicaciones asociadas, así como promover prácticas alimentarias saludables durante el embarazo.

La justificación de este estudio radica en la necesidad de abordar una problemática que, aunque poco documentada en el contexto ecuatoriano, tiene implicaciones significativas para la salud materno-infantil. La implementación de estrategias de enfermería basadas en evidencia puede contribuir a la reducción de riesgos asociados a los TCA y mejorar los resultados perinatales en adolescentes embarazadas.

Este estudio pretende llenar un vacío en la literatura nacional respecto a los TCA en adolescentes embarazadas y proporcionar una base para futuras intervenciones en el ámbito de la salud pública y la atención primaria en Ecuador. Su objetivo es proponer estrategias de enfermería para la prevención de los TCA en adolescentes embarazadas atendidas en el Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael, Ecuador.

## **Métodos**

### **Diseño del estudio**

El presente trabajo se desarrolló bajo un diseño metodológico de tipo mixto (cualitativo), lo que permitió combinar el análisis numérico de datos estadísticos con la interpretación subjetiva de las conductas alimentarias y conocimientos de

la población en estudio. En el enfoque cuantitativo, se empleó un diseño no experimental de tipo longitudinal para recopilar datos en diferentes momentos del estudio, mientras que en el enfoque cualitativo se adoptó un diseño de investigación-acción, el cual permitió diseñar y validar estrategias de intervención orientadas a prevenir los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en adolescentes embarazadas.

### **Ámbito del estudio**

La investigación se realizó en el Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael, Ecuador, una institución de atención primaria que atiende a una población diversa, incluida una proporción significativa de adolescentes embarazadas. Este centro fue seleccionado debido a la ausencia de estrategias sistematizadas para abordar los TCA en esta población específica.

### **Población y muestra**

La población objetivo estuvo conformada por 40 adolescentes embarazadas atendidas en el Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael durante el período de estudio. Dado que el tamaño poblacional era relativamente pequeño, se trabajó con el universo completo de participantes, lo que eliminó la necesidad de un muestreo probabilístico.

### **Métodos teóricos**

Se emplearon varios métodos teóricos para estructurar y analizar la información:

- **Método Histórico-Lógico:** permitió analizar los antecedentes y la evolución de los conocimientos relacionados con los TCA en adolescentes embarazadas.

- **Método Analítico-Sintético:** facilitó la descomposición de los datos obtenidos mediante las encuestas, permitiendo integrar los hallazgos en un marco teórico comprensible.
- **Método Inductivo-Deductivo:** fue utilizado para plantear y validar hipótesis relacionadas con los factores de riesgo y las estrategias de intervención.
- **Método Sistémico:** permitiendo estudiar las interrelaciones entre los componentes del problema (factores socioeconómicos, nivel de conocimiento y prácticas alimentarias).

### **Métodos empíricos**

- **Observación científica:** se realizó una observación sistemática en el ámbito del centro de salud para identificar patrones conductuales y contextuales relacionados con los TCA.

### **Técnicas e instrumentos**

- **Técnica de encuesta:** Se utilizó para recopilar información directamente de las participantes. Se aplicaron cuestionarios estructurados con preguntas cerradas para evaluar el nivel de conocimiento sobre los TCA, las prácticas alimentarias y las complicaciones percibidas. Los cuestionarios fueron validados previamente mediante una prueba piloto.

### **Instrumento de recolección**

El cuestionario empleado fue diseñado con preguntas claras, concisas y accesibles, considerando el nivel educativo de las adolescentes. Este instrumento incluyó escalas de medición y preguntas categóricas.

### **Preguntas de la encuesta y su correspondencia con los resultados que se mostrarán posteriormente**

1. ¿Cuántos años tiene? (Corresponde a "Perfil sociodemográfico").
2. ¿Conoce usted acerca de los trastornos de conducta alimentaria que se pueden presentar en adolescentes embarazadas? (Corresponde a "Conocimiento sobre los TCA").
3. ¿Considera usted que la alimentación que ha llevado durante su período de gestación es adecuada? (Corresponde a "Prácticas alimentarias").
4. ¿Ha intentado limitar la cantidad de comida para influir en su figura o peso? (Corresponde a "Prácticas alimentarias").
5. ¿Cuáles cree usted que son las causas que influyen para que puedan presentarse los TCA durante su embarazo? (Corresponde a "Factores de riesgo percibidos").
6. ¿Cuáles considera usted que son las complicaciones más frecuentes que se pueden presentar en el recién nacido por TCA durante el embarazo? (Corresponde a "Complicaciones asociadas").
7. ¿Qué tipo de alimentos consume con frecuencia? (Corresponde a "Alimentación habitual").

### **Procedimiento de recolección de datos**

- Fase inicial: se obtuvo el consentimiento informado de las participantes, asegurando la confidencialidad y anonimato de los datos recopilados.
- Recolección de datos: se administraron los cuestionarios y se realizaron observaciones en el contexto del centro de salud.
- Validación de instrumentos: los cuestionarios fueron validados mediante juicio de expertos y una prueba piloto con 10 participantes seleccionadas al azar.

### **Análisis de datos**

En el enfoque cuantitativo, los datos obtenidos se tabularon y analizaron mediante estadística descriptiva para identificar frecuencias, porcentajes y tendencias. Para el enfoque cualitativo, se empleó un análisis temático basado en las respuestas abiertas y las observaciones realizadas.

### **Consideraciones éticas**

Este estudio cumplió con los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki. Se obtuvo autorización del comité de ética correspondiente y el consentimiento informado de todas las participantes. Se garantizó la confidencialidad y el uso exclusivo de los datos para fines investigativos.

### **Resultados**

El análisis de los datos recolectados permitió identificar factores críticos relacionados con los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en adolescentes embarazadas atendidas en el Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael. Los resultados se presentan de forma estructurada según las categorías evaluadas en las encuestas y observaciones realizadas.

#### **Perfil sociodemográfico**

El 65 % de las participantes tenía entre 15 y 17 años de edad, lo que indica que la mayoría pertenecía al grupo de adolescentes medias. Este dato subraya la vulnerabilidad de este grupo etario frente a la aparición de TCA durante el embarazo.

#### **Conocimiento sobre los TCA**

El 72 % de las adolescentes declaró no tener conocimiento sobre los TCA, evidenciando una importante brecha informativa. Además, el 75 % manifestó desconocer las complicaciones que pueden derivarse de estos trastornos, tanto para la madre como para el bebé.

### **Prácticas alimentarias**

El 57 % de las participantes reconoció que su alimentación no era adecuada para su estado de gestación. Asimismo, el 47 % admitió haber restringido intencionalmente la cantidad de comida consumida, ya sea por preocupaciones relacionadas con su peso o debido a limitaciones económicas.

### **Factores de riesgo percibidos**

El 45 % identificó el temor a aumentar de peso como la principal causa de los TCA durante el embarazo. Este resultado refuerza la necesidad de estrategias educativas para modificar estas percepciones.

### **Complicaciones asociadas**

En cuanto a las complicaciones percibidas en los recién nacidos, el 67 % de las participantes mencionó el bajo peso al nacer como la más frecuente. Por otro lado, el 58 % identificó la ganancia de peso descontrolada como la complicación más común en las madres, seguida de abortos espontáneos (32 %).

### **Alimentación habitual**

Solo el 8 % de las adolescentes reportó consumir una dieta equilibrada y variada, mientras que el resto señaló hábitos alimenticios deficientes, lo que constituye un riesgo adicional para la salud materna e infantil.

Estos hallazgos reflejan un panorama preocupante en la población estudiada, caracterizado por la falta de conocimiento, prácticas alimentarias inadecuadas y factores socioeconómicos adversos que potencian el riesgo de TCA durante el embarazo. Estos resultados sirvieron como base para la propuesta de estrategias de intervención diseñadas para abordar estas problemáticas.

## Discusión

Los resultados obtenidos en este estudio reflejan una problemática significativa relacionada con los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en adolescentes embarazadas del Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael. La mayoría de las participantes se encuentra en un rango etario de 15 a 17 años, una etapa caracterizada por cambios físicos y emocionales que incrementan la susceptibilidad a desarrollar TCA. Este hallazgo es consistente con estudios previos que destacan que las adolescentes son especialmente vulnerables a estos trastornos debido a las presiones sociales relacionadas con la imagen corporal y el temor al aumento de peso.<sup>(1)</sup>

El desconocimiento generalizado sobre los TCA y sus complicaciones es alarmante. Un 72 % de las adolescentes no está familiarizado con estos trastornos, y un 75 % desconoce los riesgos asociados para la madre y el feto. Estos resultados subrayan la necesidad urgente de implementar programas educativos en el ámbito de la atención primaria que aborden no solo la prevención, sino también el reconocimiento temprano de conductas de riesgo.

Las prácticas alimentarias inadecuadas son un aspecto preocupante, con un 57 % de las participantes declarando no seguir una dieta adecuada para su estado de

gestación. La intención de limitar la ingesta de alimentos, observada en el 47 % de las adolescentes, refleja comportamientos de riesgo que pueden estar influenciados por factores socioculturales, económicos y psicológicos. Este comportamiento no solo pone en peligro la salud materna, sino también la del recién nacido, ya que contribuye al bajo peso al nacer, una complicación identificada como la más frecuente en los neonatos de esta población (67 %). Los autores consideran que el bajo peso al nacer está asociado con una mayor incidencia de morbilidad y mortalidad perinatal, reforzando la importancia de garantizar una alimentación adecuada durante el embarazo.

El temor a aumentar de peso, reportado por el 45 % de las participantes como principal causa de los TCA, resalta la influencia negativa de los ideales de belleza y la falta de apoyo psicológico en adolescentes embarazadas.

Además, el hecho de que solo el 8 % de las adolescentes reporte consumir una dieta variada y equilibrada evidencia la necesidad de intervenciones específicas orientadas a mejorar los hábitos alimentarios. Los autores opinan que sugieren que las barreras económicas y la falta de educación alimentaria son obstáculos importantes para alcanzar una nutrición adecuada durante el embarazo.

En síntesis, los resultados de este estudio destacan la interacción de factores socioeconómicos, culturales y educativos en la aparición de TCA en adolescentes embarazadas. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de intervenciones integrales que incluyan la promoción de hábitos alimentarios saludables, la educación sobre los riesgos de los TCA y el acceso a servicios de apoyo psicológico y nutricional. Aunque las estrategias educativas implementadas en este estudio han mostrado resultados positivos, es crucial realizar un seguimiento longitudinal para evaluar su impacto sostenido en la población estudiada.

El presente estudio encuentra paralelismos significativos con la revisión sistemática de Pan *et al.* (2022), que destaca las complicaciones del embarazo en mujeres con anorexia nerviosa (AN) activa.<sup>(7)</sup> Aunque el presente enfoque se centra en adolescentes embarazadas con riesgos de trastornos de conducta alimentaria (TCA) en general, ambos trabajos convergen en identificar un patrón de complicaciones maternas y neonatales asociadas con una nutrición deficiente. Pan *et al.* subrayan que mujeres con AN activa tienen mayor prevalencia de complicaciones como restricción del crecimiento intrauterino, bajo peso al nacer y partos prematuros, hallazgos que también se reflejan en la población ecuatoriana estudiada, donde el bajo peso al nacer fue señalado como la complicación neonatal más frecuente (67 %).

Ambos estudios coinciden en la necesidad de intervenciones multidisciplinarias. Pan *et al.* recomiendan un manejo integral que involucre obstetras, psiquiatras y pediatras para mitigar las complicaciones maternas y neonatales asociadas con la AN activa. De manera similar, en el contexto ecuatoriano, los resultados evidencian la urgencia de diseñar estrategias de intervención educativa y nutricional que combinen esfuerzos de enfermería, psicología y medicina general. Además, el estudio de Pan *et al.* resalta la importancia de abordar las deficiencias nutricionales antes de la concepción, una recomendación que resulta igualmente aplicable a nuestra población, donde el 57 % de las adolescentes embarazadas reportaron prácticas alimentarias inadecuadas durante la gestación.

En conclusión, el trabajo de Pan *et al.* refuerza la importancia de implementar intervenciones preventivas y terapéuticas oportunas, una necesidad también identificada en el contexto ecuatoriano, para mejorar los desenlaces maternos y neonatales y garantizar una atención integral durante el embarazo en poblaciones vulnerables.

El presente estudio guarda relación con la investigación realizada por Gómez-Martínez *et al.* (2023), que caracteriza a embarazadas con trastornos metabólicos asociados,<sup>(8)</sup> al compartir un enfoque sobre los riesgos que afectan la salud materna y neonatal en poblaciones vulnerables. Mientras Gómez-Martínez y colaboradores analizan el impacto de las alteraciones metabólicas en mujeres embarazadas, este estudio se centra en los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en adolescentes embarazadas. Sin embargo, ambos estudios coinciden en que las deficiencias nutricionales y los factores conductuales representan un riesgo significativo para la salud del binomio madre-hijo.

Asimismo, ambos trabajos evidencian la importancia de estrategias integrales que incluyen educación y seguimiento médico para mitigar las complicaciones asociadas. En el presente contexto, los TCA se relacionaron con complicaciones como el bajo peso al nacer y la ganancia de peso descontrolada, mientras que en el estudio de Gómez-Martínez *et al.* se enfatiza la relación entre los trastornos metabólicos y el aumento de la morbilidad perinatal. Estas similitudes refuerzan la necesidad de un abordaje multidisciplinario para optimizar los resultados maternos y neonatales en contextos donde la atención primaria juega un papel crucial. Además, ambos estudios evidencian cómo factores sociodemográficos y económicos afectan la calidad de la atención y los resultados en salud, destacando la importancia de las políticas públicas enfocadas en la educación y la prevención de riesgos.

El presente estudio también se relaciona con el trabajo de Castañeda-Guillot *et al.* (2024), que analiza cambios en el índice de masa corporal (IMC) en embarazadas ecuatorianas,<sup>(9)</sup> al abordar temas clave sobre el estado nutricional y sus implicaciones para la salud materna y neonatal. Aunque el enfoque principal de Castañeda-Guillot y colaboradores es el monitoreo del IMC como indicador de salud, ambos estudios destacan la importancia de una alimentación adecuada

durante el embarazo. En el presente caso, los trastornos TCA se identifican como factores de riesgo asociados a prácticas alimentarias inadecuadas y complicaciones como el bajo peso al nacer, mientras que el estudio comparativo de IMC resalta la necesidad de un control nutricional continuo en mujeres embarazadas. Ambos estudios coinciden en la relevancia de implementar estrategias educativas y de monitoreo que permitan prevenir complicaciones relacionadas con la nutrición en la gestación, contribuyendo así a mejorar la salud materno-infantil.

Igualmente, el presente estudio se relaciona con el trabajo de Ramos Argilagos *et al.* (2022), que evalúa estrategias de educación nutricional en escuelas ecuatorianas utilizando el método TOPSIS neutrosófico,<sup>(10)</sup> al coincidir en la importancia de la educación como herramienta clave para mejorar los hábitos alimentarios. Aunque el enfoque de Ramos Argilagos y colaboradores está dirigido a escolares, y este estudio se centra en adolescentes embarazadas, ambos destacan la efectividad de estrategias educativas diseñadas específicamente para las necesidades de la población objetivo. En ambos casos, la educación nutricional demuestra ser una intervención clave para prevenir complicaciones relacionadas con una alimentación inadecuada, reforzando la relevancia de programas continuos de capacitación en salud alimentaria para la población.

Este estudio cumple con uno de los roles fundamentales de la investigación científica<sup>(11,12)</sup> al abordar una problemática específica de salud pública en el contexto local: los TCA en adolescentes embarazadas del Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael, Ecuador. Al centrarse en una población vulnerable y poco estudiada en el ámbito regional, este estudio genera evidencia que permite entender mejor los factores de riesgo, las prácticas alimentarias y las complicaciones asociadas a los TCA. Además, propone estrategias de intervención adaptadas al contexto, lo que refuerza el papel de la investigación como

herramienta para enfrentar desafíos locales y contribuir al diseño de soluciones efectivas que mejoren la salud materno-infantil. Este enfoque no solo responde a necesidades inmediatas, sino que también establece una base para futuras intervenciones y políticas.

### **Propuestas de estrategias**

Finalmente, los autores del presente estudio hacen algunas recomendaciones como una extensión lógica de los hallazgos encontrados, las cuales pueden servir como una guía práctica para la implementación de estrategias efectivas en contextos similares.

1. **A las autoridades del Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael:** es fundamental considerar los resultados de esta investigación para priorizar la capacitación constante del personal de salud en torno a los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en adolescentes embarazadas. Estas capacitaciones deben incluir información actualizada sobre las complicaciones asociadas para la madre y el bebé, así como estrategias para promover prácticas alimentarias saludables entre las pacientes.
2. **A las adolescentes embarazadas:** se recomienda que las adolescentes apliquen los conocimientos adquiridos durante las sesiones educativas, adoptando hábitos alimentarios adecuados y equilibrados que se ajusten a sus necesidades específicas durante la gestación. Esto contribuirá a prevenir complicaciones y garantizar una mejor calidad de vida tanto para ellas como para sus bebés.
3. **Al personal de salud del Centro de Salud:** es importante mantener las actividades implementadas como parte de este proyecto, incluidas las sesiones educativas, talleres y estrategias de intervención. La continuidad

de estas acciones permitirá reforzar la prevención de los TCA y asegurar resultados sostenibles y favorables para la salud materno-infantil.

4. **A las autoridades del distrito de salud 08D01:** se sugiere fomentar programas educativos de mayor alcance que incluyan talleres prácticos, campañas de sensibilización y materiales informativos accesibles. Estas actividades deben estar orientadas a mejorar los conocimientos y prácticas nutricionales de las adolescentes embarazadas y a disminuir los índices de TCA en esta población.

## Conclusiones

Los resultados obtenidos en este estudio destacan la complejidad y el impacto de los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en adolescentes embarazadas atendidas en el Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael, Ecuador. Se evidenció que una proporción significativa de las participantes carece de conocimiento sobre los TCA y sus complicaciones, lo que incrementa la vulnerabilidad a estas afecciones y subraya la importancia de intervenciones educativas específicas.

La alimentación inadecuada durante el embarazo, presente en más de la mitad de las encuestadas, y el alto porcentaje de adolescentes que limitan su ingesta alimentaria debido a preocupaciones sobre su peso o por barreras socioeconómicas, reflejan patrones de riesgo que no solo afectan a la salud materna, sino también a la del feto. Las complicaciones neonatales, como el bajo peso al nacer, y maternas, como el temor excesivo a ganar peso, son indicadores claros de la necesidad de estrategias preventivas y terapéuticas.

El diseño e implementación de intervenciones de enfermería, incluyendo talleres educativos, actividades lúdicas y socialización de materiales informativos, resultaron efectivos para concienciar a la población sobre los riesgos asociados a los TCA. La evaluación posterior demostró un impacto positivo, con una reducción

en las prácticas de riesgo y un mayor conocimiento sobre la importancia de una alimentación adecuada durante el embarazo.

Este estudio refuerza la necesidad de una atención integral, multidisciplinaria y continua para las adolescentes embarazadas en Ecuador, con un enfoque en la prevención de los TCA. Las estrategias implementadas pueden servir como modelo para otras instituciones de atención primaria que busquen mejorar los resultados de salud materno-infantil en contextos similares. Sin embargo, se recomienda realizar estudios longitudinales para evaluar el impacto sostenido de estas intervenciones y expandir la comprensión sobre los factores que influyen en el desarrollo de los TCA en esta población vulnerable.

## Referencias bibliográficas

1. Behar A, González A, Ariza P, Aguirre S. Trastornos de la conducta alimentaria en mujeres embarazadas controladas en atención primaria. Rev Chil Obstet Ginecol. 2008;73(3):121-128. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75262008000300004>.
2. Smink FRE, van Hoeken D, Hoek HW. Epidemiología de los trastornos alimentarios: incidencia, prevalencia y tasas de mortalidad. Curr Psychiatry Rep. 2012;14(4):406–414. <https://doi:10.1007/s11920-012-0282-y>.
3. Halmi KA, Falk JR. Cambios fisiológicos comunes en la anorexia nerviosa. Int J Eat Disord. 1981;1(1):16–27.
4. Golden NH, Shenker IR. Amenorrea en la anorexia nerviosa. Control neuroendocrino de la disfunción hipotalámica. Int J Eat Disord. 1994;16(1):53–60. [https://doi:10.1002/1098-108x\(199407\)16:1<53::aid-eat2260160105>3.0.co;2-v](https://doi:10.1002/1098-108x(199407)16:1<53::aid-eat2260160105>3.0.co;2-v).

5. Mainz V, Schulte-Rüther M, Fink GR, Herpertz-Dahlmann B, Konrad K. Anormalidades cerebrales estructurales en la anorexia nerviosa adolescente antes y después de la recuperación de peso y cambios hormonales asociados. *Psychosom Med.* 2012;74(6):574–582.  
<https://doi:10.1097/PSY.0b013e31824ef10e>.
6. Misra M, Klibanski A. Consecuencias endocrinas de la anorexia nerviosa. *Lancet Diabetes Endocrinol.* 2014;2(7):581–592. [https://doi:10.1016/S2213-8587\(13\)70180-3](https://doi:10.1016/S2213-8587(13)70180-3).
7. Pan JR, Li TY, Tucker D, Chen KY. Pregnancy outcomes in women with active anorexia nervosa: a systematic review. *J Eat Disord.* 2022 Feb 16;10(1):25.  
<https://doi:10.1186/s40337-022-00551-8>.
8. Gómez-Martínez N, Núñez-Cobos F, Donoso-Noroña R, Sánchez-Martínez B. Caracterización de embarazadas con trastornos metabólicos asociados. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas [Internet].* 2023 [citado 19 Ene 2024]; 42 (2) Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/2878>
9. Castañeda-Guillot C, Beltrán-Culqui V, Estrella-López B. Comparación de promedios en medidas repetidas de índice de masa corporal en embarazadas ecuatorianas. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas [Internet].* 2024 [citado 10 Abr 2024]; 43 Disponible en:  
<https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/3245>
10. Ramos Argilagos M, Valencia Herrera Á, Vayas Valdiviezo W. Evaluación de estrategias de educación nutricional en escuelas del Ecuador utilizando TOPSIS neutrosófico. *Rev Int Cienc Neutrosóficas.* 2022;18(3):208-217.
11. Gómez Armijos C, Vega Falcón V, Castro Sánchez F, Ricardo Velázquez M, Font Graupera E, Lascano Herrera C, et al. La función de la investigación en la

universidad. Experiencias en UNIANDES. Quito: Editorial Jurídica del Ecuador; 2017.

12. Gómez C, Álvarez G, Fernández A, Castro F, Vega V, Comas R, Ricardo M. La investigación científica y las formas de titulación. Aspectos conceptuales y prácticos. Quito: Editorial Jurídica del Ecuador; 2017.