



Original

**Autoestima y el riesgo de trastornos de la conducta
alimentaria en estudiantes universitarios mexicanos**

**Self-Esteem and Risk of Eating Disorders among
Mexican University Students**

María Felicitas Pérez Ibarra¹ 

Edith Araceli Cano-Estrada¹ 

Merari Jiménez Miguel² 

José Antonio Guerrero-Solano⁴ 

José Ángel Hernández-Mariano⁵  

¹Escuela Superior de Tlahuelilpan, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo; Hidalgo, México

²Instituto tecnológico Superior del Occidente del Estado de Hidalgo, Hidalgo, México

³Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Hidalgo, México

⁴División de investigación, Hospital Juárez de México. Ciudad de México, México.

**Recibido: 13/07/2025
Aceptado: 08/08/2025**

Resumen

Introducción: los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) representan una problemática de salud mental de creciente relevancia en la población universitaria, especialmente cuando se consideran factores psicológicos predisponentes como la autoestima. La autoestima, entendida como la percepción y valoración que una persona tiene de sí misma, influye directamente en el bienestar emocional por lo que podría estar relacionada con la aparición de conductas alimentarias de riesgo.

Objetivo: evaluar la relación entre los niveles de autoestima y el riesgo de presentar TCA en estudiantes universitarios.

Métodos: se realizó un estudio transversal y analítico en una muestra de 225 estudiantes universitarios de Hidalgo, México. Para medir el nivel de autoestima se aplicó la escala de autoestima de Rosenberg, y el riesgo de TCA se evaluó mediante la escala de actitudes alimentarias. La asociación de interés se evaluó mediante modelos de regresión logística ajustados por confusores

Resultados: el 13 y el 44 % de los participantes presentaron riesgo de desarrollar TCA y niveles bajos de autoestima, respectivamente. Tras el ajuste por confusores se encontró que los niveles medios y bajos de autoestima se asociaron significativamente con el riesgo TCA. Además, se observó una relación de dosis-respuesta significativa ente ambas variables.

Conclusiones: los hallazgos de este estudio sugieren que la autoestima desempeña un papel relevante en la aparición de conductas alimentarias de riesgo en el ámbito universitario. Se recomienda implementar programas de promoción de la salud mental y fortalecimiento de la autoestima como estrategia preventiva frente a los TCA en contextos educativos.

Palabras clave: autoestima; estudiantes; trastornos de la conducta alimentaria.

Abstract

Introduction: Eating disorders (EDs) represent a mental health problem of increasing relevance in the university population, especially when considering predisposing psychological factors such as self-esteem. Self-esteem, understood as a person's perception and assessment of themselves, directly influences emotional well-being and could therefore be related to the development of risky eating behaviors.

Objective: Assess the relationship between self-esteem levels and the risk of developing EDs in university students.

Methods: An analytical cross-sectional study was conducted in a sample of 225 university students from Hidalgo, Mexico. Self-esteem was measured using the Rosenberg Self-Esteem Scale, and eating disorder (ED) risk was assessed using the Eating Attitude Scale. The association of interest was evaluated using logistic regression models adjusted for confounders.

Results: The risk of developing EDs was present in 13% of participants, and 44 % of participants had low levels of self-esteem. After adjusting for confounders, moderate and

low levels of self-esteem were significantly associated with the risk of eating disorders. Furthermore, a significant dose-response relationship was observed between both variables.

Conclusions: The findings of this study suggest that self-esteem plays a relevant role in the development of risky eating behaviors in the university setting. It is recommended to implement programs to promote mental health and strengthen self-esteem as a preventive strategy against eating disorders in educational contexts.

Keywords: self-esteem; students; eating disorders.

Introducción

La autoestima, se define como la valoración general que una persona tiene de sí misma, la cual, es la base para la construcción de la personalidad y el equilibrio psicológico; por lo tanto, esta juega un papel preponderante en los procesos adaptativos a lo largo de las etapas del ciclo vital.⁽¹⁾ Evidencia previa ha mostrado que un alto nivel de autoestima se asocia con una mayor estabilidad emocional, mejores relaciones interpersonales y mejor capacidad para enfrentar situaciones adversas de manera saludable.⁽²⁾ Por el contrario, una autoestima baja ha sido identificado como un causante de vulnerabilidad emocional, sentimientos de inseguridad y ha sido asociada con una mayor susceptibilidad a desarrollar problemas de salud mental, entre ellos los trastornos de la conducta alimentaria.^(3,4)

La autoestima no es estática, esta comienza a edificarse desde la niñez y cambia en función de las de las diferentes situaciones que las personas experimentan en su entorno y al interactuar con otros individuos.⁽⁵⁾ En este sentido diversos estudios han documentado que los que los adolescentes y adultos jóvenes, especialmente aquellos que se encuentran cursando estudios universitarios, constituyen un grupo particularmente vulnerable a presentar bajos niveles de autoestima.^(6,7) Este fenómeno se ha atribuido a que durante esta etapa tienen cabida importantes cambios en la identidad personal, además la presión social por alcanzar estándares de éxito y belleza, y las exigencias académicas que pueden impactar en la autopercepción y la forma en que los jóvenes universitarios se reconocen y valoran.⁽⁷⁻⁹⁾

A pesar de la falta de estimaciones precisas sobre la prevalencia global de baja autoestima en estudiantes universitarios, en estudios realizado en el ámbito internacional se han reportado proporciones que oscilan entre el 19 % y el 50 % de los sujetos estudiados.^(10,11) En el caso concreto de México, estudios recientes han mostrado que la prevalencia de estudiantes universitarios con baja autoestima alcanza el 49 %, y las mujeres las más afectadas.⁽¹²⁾

Por otro lado, los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son definidos como alteraciones severas que afectan los comportamientos relacionados con los patrones de alimentación de una persona, así como la actitud con respecto a la comida y el aspecto físico.

Estos trastornos incluyen, entre otros, la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón, los cuales, pueden impactar negativamente en la salud física y mental.⁽¹³⁾

A nivel global alrededor del 9 % de la población mundial ha experimentado algún tipo de TCA, con mayor frecuencia en las mujeres jóvenes; además, se estima que 8 de cada 10 personas menores de 20 años han experimentado algún TCA.⁽¹⁴⁾ En el contexto universitario, se han reportado prevalencias de hasta un 20 % para conductas alimentarias de riesgo como la restricción excesiva de alimentos, el atracón y el uso de laxantes o vómitos autoinducidos.⁽⁹⁾

La etiología de los TCA es multifactorial y no puede explicarse únicamente a partir de componentes biológicos; los factores psicosociales y culturales desempeñan un papel fundamental en su desarrollo. En este sentido, una imagen corporal negativa, influenciada por estándares estéticos socialmente promovidos e inalcanzables, puede deteriorar significativamente la autoestima, lo que a su vez puede conducir a intentos extremos por modificar el cuerpo mediante conductas alimentarias inadecuadas.⁽¹⁵⁾ Asimismo, las personas con baja autoestima pueden recurrir al control del peso como una forma de obtener validación externa, lo que incrementa considerablemente el riesgo de desarrollar un TCA.⁽¹⁶⁾

Aunque el vínculo entre la baja autoestima y TCA ha sido ampliamente documentado en adolescentes y adultos jóvenes de la población general,⁽¹⁷⁻¹⁹⁾ son pocos los estudios que han explorado esta asociación en población universitaria. Además, los resultados disponibles no son completamente consistentes; si bien la mayoría de la evidencia sugiere que la baja autoestima actúa como un predictor significativo de estos trastornos,⁽²⁰⁾ también hay datos en los que no se han encontrado una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables.⁽²¹⁾ En el contexto mexicano, la evidencia es aún limitada, ya que mayoría de investigaciones realizados en estudiantes universitarios se han enfocado en estimar la prevalencia de los TCA o de la autoestima, sin profundizar en la relación que pueden tener dichas variables. Dadas que la autoestima y la presencia de TCA son factores críticos en el bienestar emocional y físico de los estudiantes universitarios, es importante generar datos que contribuyan al diseño de intervenciones preventivas y programas de apoyo emocional orientados a la promoción de una autoimagen y autoestima saludable y la prevención de TCA. Por tal motivo, el presente estudio tuvo como objetivo evaluar la asociación entre la autoestima y la presencia de ansiedad en estudiantes universitarios de Hidalgo, México.

Métodos

Se llevó a cabo un estudio transversal y analítico entre julio y agosto de 2023 en una universidad pública (en la que se imparten ingenieras) ubicada en el Mixquiahuala, Estado de Hidalgo, México. Para el cálculo del tamaño muestral de este estudio se utilizó la fórmula para poblaciones finitas. Se tuvo en consideración que había 835 estudiantes inscritos en

dicha institución educativa al momento del estudio y que la prevalencia de TCA en estudiantes universitarios es del 19.7 %, ⁽⁹⁾ se determinó una muestra de 225 participantes, con un nivel de confianza del 95 %, un margen de error del 5 %, un poder estadístico del 80 % y una potencial tasa de no respuesta de 15 %. El muestreo empleado para la selección de los participantes fue de tipo no probabilístico por conveniencia. Se incluyeron hombres y mujeres con edad igual o mayor a 18 años inscritos en alguna de las carreras ofertadas en la universidad pública en la que se realizó el estudio. Se excluyeron mujeres embarazadas. Inicialmente, se consideró excluir de esta investigación aquellos estudiantes que no hubieran respondido completamente los instrumentos para obtener los datos de la variable de interés; no obstante; todos los participantes proporcionaron información completa, por lo que finalmente ninguno fue eliminado del análisis.

Mediante un cuestionado de datos generales, se recuperó información sociodemográfica de los participantes, así como el año de estudio que se encontraban. Para determinar el nivel de autoestima se aplicó la escala de autoestima de Rosenberg (EAR), ⁽²²⁾ la cual ha sido previamente validada en universitarios mexicanos con niveles aceptables de confiabilidad (alfa de Cronbach = 0,79). ⁽²³⁾ La EAR está conformada cinco afirmaciones positivas y cinco negativas; las afirmaciones positivas se puntúan de 1 (totalmente de acuerdo) a 4 (totalmente en desacuerdo). Los ítems negativos se puntúan de forma inversa. Los puntos de cada ítem se suman para obtener un total que va de 10 a 40. Los puntos de corte para clasificar los niveles de autoestima son los siguientes: 10-27, baja autoestima; 28-32, autoestima media; y 33-40, alta autoestima.

Para identificar el riesgo de presentar TCA se utilizó la escala de actitudes alimentarias (EAT-26, por sus siglas en inglés), ⁽²⁴⁾ la cual ha sido previamente validada y usada en población mexicana con niveles de confiabilidad aceptables (alfa de Cronbach =0,90). ⁽²⁵⁾ Esta escala es útil para la detección de actitudes y conductas relacionadas con TCA como anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno por atracón. El EAT-26 está compuesta por 26 ítems, cada uno de ellos con seis 6 opciones de respuesta que se puntúan desde 0 (nunca) hasta 6 (siempre). El puntaje total es obtiene través de la suma de las respuestas de los 26 ítems, considerando que la pregunta 25 se puntúa a la inversa. Un mayor puntaje hace referencia a un mayor riesgo de presentar TCA. El EAT-26 cuenta con tres dimensiones: a) dieta: 13 ítems sobre conductas evitativas de alimentos que incrementen el peso y preocupaciones por la delgadez; b) bulimia y preocupación por la comida: 6 ítems sobre conductas bulímicas y pensamientos acerca de comida; y c) control oral: 7 ítems sobre autocontrol de ingesta y presión externa para ganar peso. Un puntaje total superior a 20 se considera indicativo de que el individuo tiene predisposición a padecer TCA.

Para describir las características generales de los participantes se utilizaron frecuencias y porcentajes para el caso de las variables cualitativas, mientras que las variables cuantitativas de describieron con mediana y rango intercuartílico ya estas no siguieron una distribución

normal. Las comparaciones entre dichas características con el estatus de riesgo de TCA se llevaron a cabo mediante la prueba X^2 de Pearson para diferencia de proporciones y U de Mann-Whitney para diferencia de medianas. Para evaluar la asociación entre las variables de interés se construyeron modelos de regresión logística para estimar las razones de momios de presentar riesgo de TCA en los universitarios cuyo nivel de autoestima fue bajo y medio, a partir de aquellos con un nivel alto de autoestima. Los modelos logísticos se ajustaron por factores de confusión, los cuales fueron identificados en la literatura existente. Los confusores incluidos como variables de ajuste en los modelos finales fueron aquellos que al ir eliminándolos de un modelo saturado ocasionaron un cambio $> 10\%$ en el estimador ajustado.

Dado que investigaciones previas han sugerido que la relación entre la autoestima y los TCA podría variar según el sexo de los participantes, se evaluó su posible efecto modificador en dicha asociación. Para ello, se incorporó un término de interacción en escala multiplicativa (autoestima* sexo) en los modelos ajustados, con el fin de explorar si el efecto de la autoestima sobre el riesgo de TCA difiere entre hombres y mujeres.

La significancia estadística para las pruebas de hipótesis y modelos estadísticos se basaron en un valor $p < 0.05$. Todos los análisis estadísticos se llevaron a cabo con el paquete estadístico STATA versión 15.1 (Stata Corp LP, Texas, USA).

El estudio se llevó a cabo de acuerdo con las normas éticas de la Declaración de Helsinki ⁽²⁶⁾. Por lo tanto, se contó con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (número de registro 2022-II-11) y todos los sujetos de estudio accedieron a participar libremente mediante firma de consentimiento informado.

Resultados

En la tabla 1 se describen las características generales y el nivel de autoestima de los estudiantes. La mediana de la edad fue de 20 años (RIC de 2 años). El 52.9 % eran mujeres, sólo el 8 % estaba casado o vivía en unión libre y la mayoría era practicante alguna religión (95.6). La mediana del ingreso mensual familiar fue de nueve mil trescientos pesos mexicanos (RIC de 7 mil pesos). El 43,11 % de los participantes cursaban los primeros dos años de su formación académica. Con base a la EAR 44 % de los estudiantes presentó bajo nivel de autoestima.

Tabla 1. Características generales y nivel de autoestima con base al riesgo de trastornos de la conducta alimentaria

Características	No.
Edad	
Mediana (RIC)	20 (2)
Sexo	
Mujer	119 (52,9 %)
Hombre	106 (47,11 %)
Estado civil, f (%)	
Soltero	18 (8,0 %)
Casado/unión libre	207 (92,0 %)
Ingreso mensual	
Mediana (RIC)	9.300 (7,000)
Paridad	
1-2 año	97 (43,1 %)
3-4 año	128 (56,9 %)
Autoestima	
Baja	99 (44,0 %)
Media	44 (19,6 %)
Alta	82 (36,4 %)

Fuente: elaboración propia

Nota: RIC, rango intercuartílico; f, frecuencia

De acuerdo con la escala EAT-26 el 13 % de los participantes tenía predisposición a presentar TCA. Cuando se compararon las características de los participantes con base al riesgo de TCA se encontró que entre aquellos que presentaron dicho problema había una mayor proporción de participantes solteros. Asimismo, se encontró que en el grupo con riesgo de TCA, había una proporción significativamente mayor de estudiantes con baja autoestima. No observaron diferencias significativas con el resto de las variables (tabla 2).

Tabla 2. Diferencias entre las características generales y el nivel de autoestima con base al riesgo de trastornos de la conducta alimentaria

Características	Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria		Valor p
	No (n=195)	Si (n=30)	
Edad			
Mediana (RIC)	20 (2)	19 (3)	0,344
Sexo			
Mujer	96 (49,2 %)	10 (33,3 %)	0,104
Hombre	99 (50,7 %)	20 (66,7 %)	
Estado civil, f (%)			
Soltero	183 (93,8 %)	24 (80,0 %)	0,009
Casado/unión libre	12 (6,2 %)	6 (20,0 %)	
Ingreso mensual			
Mediana (RIC)	9.500 (7,000)	8.950 (5,500)	0,955
Año escolar			
1-2 año	84 (43,1 %)	13 (43,3 %)	0,979
3-4 año	111 (56,9 %)	17 (56,7 %)	
Autoestima			
Baja	80 (41,0 %)	19 (63,3 %)	0,036
Media	38 (19,5 %)	6 (20,0 %)	
Alta	77 (39,5 %)	5 (16,7 %)	

Fuente: elaboración propia

Nota: RIC, rango intercuartílico; f, frecuencia

Tras ajustar por posibles factores de confusión, se observó que un nivel medio de autoestima, en comparación con un nivel alto, se asoció con un mayor riesgo de TCA (razón de momios ajustada [R_{Ma}] = 2.39; intervalo de confianza del 95 % [IC 95 %] = 0,64 – 8,86); sin embargo, esta asociación no alcanzó significancia estadística. En contraste, entre los estudiantes con baja autoestima la probabilidad de presentar riesgo de TCA fue 4 veces mayor (R_{Ma} = 3,78; IC 95 % = 1,23–8.22) en comparación con aquellos con alta autoestima. La magnitud de esta asociación fue más fuerte que la observada para el nivel medio de autoestima. Asimismo, se identificó un gradiente dosis-respuesta estadísticamente significativo entre los niveles de autoestima y el riesgo de TCA (p de tendencia = <0.018; tabla 3). Cabe destacar que se observó interacción significativa según el sexo de ellos participantes (valor-p de interacción = 0.22; datos no mostrados).

Tabla 3. Razones de momios crudas y ajustadas de la asociación entre la autoestima con el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria

Autoestima	Riesgo de TCA			
	RM (IC95 %)	Valor-p	RM ^a (IC 95 %)	Valor-p
Alta	Ref.		Ref.	
Media	2,43 (0,69 – 8,47)	0,163	2,39 (0,64 – 8,78)	0,191
Baja	3,65 (1,30 – 10,28)	0,014	3,78 (2,53 – 10,60)	0,020
p de tendencia	0,082		0,018	

Fuente: elaboración propia

Nota: TCA, trastornos de la conducta alimentaria; RM, razón de momios; IC, intervalo de confianza.

^aAjustado por edad, sexo, estado civil, ingreso mensual familiar y año escolar.

Discusión

Los resultados de esta investigación muestran que el nivel de autoestima se asocia de manera independiente con la predisposición a presentar TCA. Estos hallazgos enfatizan la relevancia de abordar la salud mental en la población universitaria, ya que este grupo se encuentra en una etapa de transición caracterizada por altos niveles de exigencia académica, presión social y cambios personales que pueden afectar su bienestar emocional.

En este estudio el 13 % de los participantes presentaron disposición a padecer TCA. En el contexto nacional, estas cifras difieren de las reportadas en investigaciones previas, a pesar de haber utilizado el mismo instrumento y punto de corte para identificar el riesgo de padecer TCA. Por ejemplo, en un estudio realizado por Pérez Polanco y Montano Zetina con estudiantes de medicina de una universidad privada en la Ciudad de México, se encontró que el 8 % de los participantes presentaba riesgo de TCA.⁽²⁷⁾ En contraste, Bautista-Jacobo, Lomelí y cols., reportaron una prevalencia del 20 % en estudiantes universitarios de diversas áreas académicas en el estado de Sonora.⁽²⁸⁾

Estas discrepancias podrían atribuirse al tipo de población estudiada y al momento en que se realizaron las investigaciones. En el estudio de Pérez Polanco y Montano Zetina,⁽²⁷⁾ la

muestra se conformó exclusivamente por estudiantes de medicina de una institución privada. Aunque se ha documentado que los estudiantes del área de la salud presentan mayor vulnerabilidad a problemas de salud mental en comparación con sus pares de otras disciplinas ⁽²⁹⁾, es posible que el contexto de una universidad privada haya influido, ya que podría asociarse con mayores recursos económicos y psicosociales para enfrentar situaciones estresantes que afectan el bienestar emocional. ⁽³⁰⁾

Por otro lado, el estudio de Bautista-Jacobo y cols., se llevó a cabo en 2021, cuando aún persistían restricciones sociales derivadas de la pandemia por COVID-19 ⁽²⁸⁾. Diversas investigaciones han señalado que, durante ese periodo, los estudiantes universitarios estuvieron expuestos a un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud mental. ⁽³¹⁻³³⁾ Este riesgo no solo se relacionó con la incertidumbre y el temor provocados por la contingencia sanitaria, sino también con el estrés asociado a la transición abrupta del modelo educativo presencial al virtual. ⁽³⁴⁻³⁶⁾

A nivel internacional, un metaanálisis reciente que integró datos de 89 estudios (n = 149,629) realizados en 40 países de Asia, Europa, África y América reportó una prevalencia del 20 % de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en estudiantes universitarios. ⁽⁹⁾ Este hallazgo evidencia que los problemas de salud mental relacionados con los desórdenes alimentarios y la autopercepción corporal son comunes entre los jóvenes universitarios a escala global.

Los hallazgos de la presente investigación mostraron que los universitarios con autoestima media y baja tenían mayor predisposición a padecer TCA. Además, hubo un patrón dosis-respuesta entre ambas variables, lo que sugiere que a menor autoestima mayor es la probabilidad de presentar dichos trastornos. Estos son hallazgos consistentes con evidencia previa realizada en estudiantes de diferentes países e incluso de diferentes áreas de formación académica. Por ejemplo, un estudio realizado en mujeres estudiantes de medicina en la India, mostró que un mayor nivel de autoestima se asoció marginalmente con menores posibilidades de tener predisposición a padecer TCA. ⁽²¹⁾ En otro estudio realizado en mujeres turcas de diferentes programas universitarios, se reportó que aquellas con baja autoestima tenían 1,8 veces más posibilidades de tener predisposición al desarrollo de TCA. ⁽³⁷⁾ Asociaciones en la misma dirección han sido observadas en universitarios (hombres y mujeres) de diferentes áreas de formación en China. ⁽³⁸⁾

Durante la etapa universitaria, la mayoría de los jóvenes se encuentran aún en un proceso de consolidación de su identidad personal, propio de la llamada adultez emergente, lo que implica que su personalidad puede no estar completamente definida. ⁽³⁹⁾ Esta fase de transición, caracterizada por una búsqueda activa de aceptación social y validación externa, puede dar lugar a una autoestima inestable o baja, lo que su vez, puede llevar a sentimientos de la insatisfacción corporal y a la internalización de ideales estéticos poco realistas. ^(40,41)

Asimismo, la presión académica, los cambios en las redes sociales y la toma de decisiones importantes pueden provocar estrés crónico, especialmente en quienes tienen baja autoestima. En muchos casos, el control de la alimentación se convierte en una vía para hacer frente al estrés que favorecen conductas de riesgo alimentario. ⁽³⁰⁾

Aunque evidencia previa en población universitaria ha sugerido que la fuerza de la asociación entre los TCA y la autoestima podría ser mayor en las mujeres,⁽³⁸⁾ en el presente análisis no se encontró evidencia estadística que indicara una modificación del efecto según el sexo de los participantes. Sin embargo, no es posible descartar la existencia de diferencias reales, ya que los roles de género pueden ejercer una influencia considerable en la forma en que se construye la autoestima y se percibe la imagen corporal. En este sentido, la identidad, el valor personal y la aceptación social de muchas mujeres universitarias suelen estar más estrechamente ligados a la apariencia física en comparación con los hombres. Esta condición las hace más propensas a internalizar estándares corporales poco realistas, lo que amplifica su vulnerabilidad a desarrollar TCA en contextos de baja autoestima. riesgo de desarrollar trastornos alimentarios en presencia de baja autoestima.⁽⁴²⁻⁴⁴⁾

Limitaciones y fortalezas

La presente investigación tiene limitaciones que deben ser consideradas al interpretar los hallazgos reportados. El diseño transversal de este estudio no permite establecer una relación de temporalidad entre los niveles de autoestima y la predisposición a presentar TCA, debido a ello, las medidas de asociación no son causales y deben interpretadas con precaución. Aunque en los modelos logísticos se ajustaron por potenciales factores de confusión, no se dispuso de información sobre la percepción de la imagen corporal, la cual es una variable predictora tanto de la autoestima como de los TCA;^(41,45,46) por tal motivo no se descarta una posible confusión residual. Finalmente, para la identificación del nivel de autoestima y el riesgo de TCA, se utilizaron instrumentos validados para población mexicana con niveles confiabilidad aceptables, por lo que es poco probable que los hallazgos de este estudio se hayan visto afectados por un error de mala clasificación diferencial.

Conclusiones

Los resultados del presente estudio indican que una proporción significativa de estudiantes universitarios mexicanos presenta niveles comprometidos de autoestima, así como una predisposición al desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA). En concreto, más de un tercio de la muestra evaluada reportó una autoestima baja, y aproximadamente el 10 % evidenció un riesgo potencial de desarrollar un TCA. Estos hallazgos, subrayan la necesidad de una mayor atención institucional hacia los factores psicosociales que afectan la salud emocional del estudiantado. Por tal motivo, es importante el diseño de programas

psicoeducativos enfocados en fortalecer la autoestima y promover conductas alimentarias saludables dentro de las instituciones de educación superior

Referencias bibliográficas

1. Doré C. L'estime de soi : analyse{ de concept [Self esteem : concept analysis.]. *Recherche En Soins Infirmiers*. 2017;(129): 18–26. <https://doi.org/10.3917/rsi.129.0018>.
2. Bennett DH, Holmes DS. Influence of denial (situation redefinition) and projection on anxiety associated with threat to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1975;32(5): 915–921. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.32.5.915>.
3. Orth U, Robins RW. Is High Self-Esteem Beneficial? Revisiting a Classic Question. *The American psychologist*. 2022;77(1): 5–17. <https://doi.org/10.1037/amp0000922>.
4. JUTH V, SMYTH JM, SANTUZZI AM. How Do You Feel? Self-esteem Predicts Affect, Stress, Social Interaction, and Symptom Severity during Daily Life in Patients with Chronic Illness. *Journal of health psychology*. 2008;13(7): 884–894. <https://doi.org/10.1177/1359105308095062>.
5. Orth U, Robins RW, Widaman KF. Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2012;102(6): 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>.
6. McClure AC, Tanski SE, Kingsbury J, Gerrard M, Sargent JD. Characteristics Associated with Low Self-esteem among U.S. Adolescents. *Academic pediatrics*. 2010;10(4): 238-44.e2. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2010.03.007>.
7. Ketata N, Ben Ayed H, Baklouti M, Trigui M, Yaich S, Abdelmoula M, et al. Self-esteem and university students: Findings from a multi-center study. *European Journal of Public Health*. 2021;31(Supplement_3): ckab165.593. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckab165.593>.
8. Norazman DN, Rahim IRA, Rahman AA, Razak NA, Rifim SAM. The Importance of Self-Esteem Among Students. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*. 2023;Strengthening Governance, Enhancing Integrity and Navigating Communication for Future Resilient Growth. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2023.11.02.22>.
9. Alhaj OA, Fekih-Romdhane F, Sweidan DH, Saif Z, Khudhair MF, Ghazzawi H, et al. The prevalence and risk factors of screen-based disordered eating among university students: a global systematic review, meta-analysis, and meta-regression. *Eating and weight disorders: EWD*. 2022;27(8): 3215–3243. <https://doi.org/10.1007/s40519-022-01452-0>.

10. Albikawi ZF. Anxiety, Depression, Self-Esteem, Internet Addiction and Predictors of Cyberbullying and Cybervictimization among Female Nursing University Students: A Cross Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023;20(5): 4293. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054293>.
11. Azmi FM, Khan HN, Azmi AM, Yaswi A, Jakovljevic M. Prevalence of COVID-19 Pandemic, Self-Esteem and Its Effect on Depression Among University Students in Saudi Arabia. *Frontiers in Public Health*. 2022;10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.836688>.
12. Zapata ÁET, Ceballos JEM, Cruz T del JB. Autoestima en estudiantes universitarios del área de Nutrición. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 2024; <https://doi.org/10.46377/dilemas.v11i3.4153>.
13. Treasure J, Duarte TA, Schmidt U. Eating disorders. *The Lancet*. 2020;395(10227): 899–911. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30059-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30059-3).
14. Galmiche M, Déchelotte P, Lambert G, Tavolacci MP. Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: a systematic literature review. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2019;109(5): 1402–1413. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy342>.
15. Balasundaram P, Santhanam P. Eating Disorders. In: *StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK567717/> [Accessed 30th May 2025].
16. Keski-Rahkonen A. Eating disorders: etiology, risk factors, and suggestions for prevention. *Current Opinion in Psychiatry*. 2024;37(6): 381–387. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000965>.
17. Krauss S, Dapp LC, Orth U. The Link Between Low Self-Esteem and Eating Disorders: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. *Clinical Psychological Science*. 2023;11(6): 1141–1158. <https://doi.org/10.1177/21677026221144255>.
18. Mantilla EF, Birgegård A. The enemy within: the association between self-image and eating disorder symptoms in healthy, non help-seeking and clinical young women. *Journal of Eating Disorders*. 2015;3: 30. <https://doi.org/10.1186/s40337-015-0067-x>.
19. Pelc A, Winiarska M, Polak-Szczybyło E, Godula J, Stepień AE. Low Self-Esteem and Life Satisfaction as a Significant Risk Factor for Eating Disorders among Adolescents. *Nutrients*. 2023;15(7): 1603. <https://doi.org/10.3390/nu15071603>.
20. Kapoor A, Upadhyay MK, Saini NK. Relationship of eating behavior and self-esteem with body image perception and other factors among female college students of University

of Delhi. *Journal of Education and Health Promotion*. 2022;11: 80.
https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_855_21.

21. Mallaram GK, Sharma P, Kattula D, Singh S, Pavuluru P. Body image perception, eating disorder behavior, self-esteem and quality of life: a cross-sectional study among female medical students. *Journal of Eating Disorders*. 2023;11(1): 225.
<https://doi.org/10.1186/s40337-023-00945-2>.

22. Smilkstein G. The family APGAR: a proposal for a family function test and its use by physicians. *The Journal of Family Practice*. 1978;6(6): 1231–1239.

23. Cárdenas DJ, Cárdenas SJ, Villagrán KL, Guzmán BQ. Validez de la Escala de Autoestima de Rosenberg en universitarios de la Ciudad de México. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual / Latin American Journal of Behavioral Medicine*. 2015;5(1): 18–22.

24. Garner DM, Olmsted MP, Bohr Y, Garfinkel PE. The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*. 1982;12(4): 871–878.
<https://doi.org/10.1017/s0033291700049163>.

25. Alvarez-Rayón G, Mancilla-Díaz JM, Vázquez-Arévalo R, Unikel-Santoncini C, Caballero-Romo A, Mercado-Corona D. Validity of the Eating Attitudes Test: A study of Mexican eating disorders patients. *Eating and Weight Disorders*. 2004;9(4): 243–248.
<https://doi.org/10.1007/BF03325077>.

26. World Medical Association. *Declaration of Helsinki – Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects*. <https://www.wma.net/es/politicas-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>.

27. Pérez Polanco, P. ., & Montano Zetina, L. M. Estudio del riesgo de presentar trastornos alimentarios en un grupo de estudiantes de licenciatura y posgrado de instituciones mexicanas. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*. 2020;9(23): 55–68.
<https://doi.org/10.31644/IMASD.23.2020.a04>.

28. Bautista-Jacobo A, Lomelí DG, Valencia DGG, Bautista MAV. Trastornos de la conducta alimentaria y ansiedad en estudiantes durante la pandemia por COVID-19: Un estudio transversal. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*. 2023;43(2).
<https://doi.org/10.12873/432bautista>.

29. Hernández-Mariano JÁ, Hurtado-Salgado E, Velázquez-Núñez MDC, Cupul-Uicab LA. Prevalence of Academic Burnout Among Nursing Students: A Systematic Review and

Meta-Analysis. *The Journal of Nursing Education*. 2024;63(8): 533–539. <https://doi.org/10.3928/01484834-20240502-04>.

30. Eisenberg D, Hunt J, Speer N. Mental Health in American Colleges and Universities: Variation Across Student Subgroups and Across Campuses. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2013;201(1): 60. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31827ab077>.

31. Bravo KG, Estrada EAC, Hernández-Mariano JÁ, Márquez ACC. Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés durante la pandemia de COVID-19 en estudiantes universitarios. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*. 2024;21(3). <https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/601>

32. Pandya A, Lodha P. Mental health consequences of COVID-19 pandemic among college students and coping approaches adapted by higher education institutions: A scoping review. *Ssm. Mental Health*. 2022;2: 100122. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2022.100122>.

33. Zarowski B, Giokaris D, Green O. Effects of the COVID-19 Pandemic on University Students' Mental Health: A Literature Review. *Cureus*. 2024;16(2): e54032. <https://doi.org/10.7759/cureus.54032>.

34. Guidry JPD, Perrin PB, Bol N, Song B, Hong C, Lovari A, et al. Social distancing during COVID-19: threat and efficacy among university students in seven nations. *Global Health Promotion*. 2022;29(1): 5–13. <https://doi.org/10.1177/17579759211051368>.

35. Kshirsagar MM, Dodamani AS, Dodamani GA, Khobragade VR, Deokar RN. Impact of Covid-19 on Mental Health: An Overview. *Reviews on Recent Clinical Trials*. 2021;16(3): 227–231. <https://doi.org/10.2174/1574887115666210105122324>.

36. Mukhtar K, Javed K, Arooj M, Sethi A. Advantages, Limitations and Recommendations for online learning during COVID-19 pandemic era. *Pakistan Journal of Medical Sciences*. 2020;36(COVID19-S4): S27–S31. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2785>.

37. Meseri R, Küçükerdönmez Ö, Akder RN. A factor that can yield to eating attitude disorders in university students: Self-esteem. *Journal of American college health: J of ACH*. 2023;71(4): 1053–1058. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1920598>.

38. Gao Z, Zhao J, Peng S, Yuan H. The Relationship and Effects of Self-Esteem and Body Shape on Eating Disorder Behavior: A Cross-Sectional Survey of Chinese University Students. *Healthcare*. 2024;12(10): 1034. <https://doi.org/10.3390/healthcare12101034>.

39. Arnett JJ. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*. 2000;55(5): 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>.
40. Fitzsimmons-Craft EE, Bardone-Cone AM, Bulik CM, Wonderlich SA, Crosby RD, Engel SG. Examining an elaborated sociocultural model of disordered eating among college women: The roles of social comparison and body surveillance. *Body Image*. 2014;11(4): 488–500. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.07.012>.
41. Stice E. Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*. 2002;128(5): 825–848. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.5.825>.
42. Grabe S, Ward LM, Hyde JS. The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*. 2008;134(3): 460–476. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>.
43. Tylka TL, Subich LM. Examining a Multidimensional Model of Eating Disorder Symptomatology Among College Women. *Journal of Counseling Psychology*. 2004;51(3): 314–328. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.3.314>.
44. Neumark-Sztainer D, Paxton SJ, Hannan PJ, Haines J, Story M. Does Body Satisfaction Matter? Five-year Longitudinal Associations between Body Satisfaction and Health Behaviors in Adolescent Females and Males. *Journal of Adolescent Health*. 2006;39(2): 244–251. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.12.001>.
45. Khalaf A, Al Hashmi I, Al Omari O. The Relationship between Body Appreciation and Self-Esteem and Associated Factors among Omani University Students: An Online Cross-Sectional Survey. *Journal of Obesity*. 2021;2021: 5523184. <https://doi.org/10.1155/2021/5523184>.
46. Nichols SD, Dookeran SS, Ragbir KK, Dalrymple N. Body image perception and the risk of unhealthy behaviours among university students. *The West Indian Medical Journal*. 2009;58(5): 465–471.

Agradecimientos

Agradecemos a los estudiantes universitarios que brindaron su tiempo y esfuerzo para participar en este estudio.

Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.



Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses

Contribución de autoría:

Conceptualización: Edith Araceli Cano Estrada; María Felicitas Pérez Ibarra; Merari Jiménez Miguel

Curación de datos: José Ángel Hernández Mariano

Análisis formal: José Ángel Hernández Mariano;

Investigación: Edith Araceli Cano Estrada; Merari Jiménez Miguel; María Felicitas Pérez Ibarra; José Antonio Guerrero Solosano

Metodología: Edith Araceli Cano Estrada; Merari Jiménez Miguel; María Felicitas Pérez Ibarra

Administración del proyecto: Edith Araceli Cano Estrada

Recursos: Edith Araceli Cano Estrada; Merari Jiménez Miguel; María Felicitas Pérez Ibarra, José Ángel Hernández Mariano; José Antonio Guerrero Solosano

Software: José Ángel Hernández Mariano;

Supervisión: Edith Araceli Cano Estrada

Validación: Edith Araceli Cano Estrada; José Ángel Hernández Mariano

Visualización: Edith Araceli Cano Estrada; Merari Jiménez Miguel; María Felicitas Pérez Ibarra, José Ángel Hernández Mariano; José Antonio Guerrero Solosano

Redacción – borrador original: José Ángel Hernández Mariano

Redacción – revisión y edición José Ángel Hernández Mariano; Edith Araceli Cano Estrada