

# Impulsividad, conducta alimentaria desordenada y su relación con la adicción a la comida en población universitaria ecuatoriana

Impulsivity, disordered eating behavior and its relationship with food addiction in an Ecuadorian university population.

Sonia Angélica Pilaluisa Pabón  <sup>1</sup>, Geovanny Genaro Reivan Ortiz <sup>2</sup>

1 Universidad Nacional de Chimborazo; [sonia.pilaluisa@unach.edu.ec](mailto:sonia.pilaluisa@unach.edu.ec). Riobamba, Ecuador.

2 Universidad Católica de Cuenca; [greivano@ucacue.edu.ec](mailto:greivano@ucacue.edu.ec). Cuenca, Ecuador.



DOI: <https://doi.org/10.58995/redlic.rmic.v3.n2.a120>

## Cómo citar:

Pilaluisa Pabón, S. A., & Reivan Ortiz, G. G. (2025). Impulsividad, conducta alimentaria desordenada y su relación con la adicción a la comida en población universitaria ecuatoriana. *Revista Multidisciplinaria Investigación Contemporánea*, 3(2) 419-443. <https://doi.org/10.58995/redlic.rmic.v3.n2.a120>



## Información del artículo:

Recibido: 21-02-2025

Aceptado: 11-04-2025

Publicado: 01-07-2025

## Nota del editor:

REDLIC se mantiene neutral con respecto a reclamos jurisdiccionales en mensajes publicados y afiliaciones institucionales.

## Editorial:

Red Editorial Latinoamericana de Investigación Contemporánea (REDLIC) [www.editorialredlic.com](http://www.editorialredlic.com)

## Fuentes de financiamiento:

La investigación fue realizada con recursos propios.

## Conflictos de interés:

No presentan conflicto de intereses.



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra

## Resumen

**Antecedente:** La adicción a la comida es un tema que ha ganado interés en los últimos años, pese a la existencia bibliográfica por investigaciones todavía existen muchos vacíos teóricos. En cuanto a población universitaria ecuatoriana, aún no ha sido un tema de estudio investigado a profundidad. **Objetivo:** El objetivo de este estudio es conocer la relación de la impulsividad y la conducta alimentaria desordenada con la adicción a la comida en población universitaria ecuatoriana. **Metodología:** Estudio de enfoque cuantitativo, diseño No experimental transversal, de alcance correlacional y explicativo. Las herramientas de evaluación incluyeron un cuestionario sociodemográfico, Escala de adicción a la comida de Yale YFAS, el Cuestionario de conducta alimentaria desordenada (DEBQ) y la Escala de Conducta Impulsiva UPPS-P. Se utilizó una muestra no probabilística de 278 estudiantes del programa de pregrado de la carrera de Psicología de la Universidad Católica de Cuenca. **Resultados:** Los resultados demuestran que la impulsividad, conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida se encuentran en mayor proporción en mujeres solteras y casadas, esto podría deberse a que la composición de la muestra no fue homogénea. Existe una correlación positiva estadísticamente significativa entre conducta alimentaria desordenada con la adicción a la comida, a diferencia de la impulsividad, la cual estadísticamente no es significativa con la adicción a la comida. **Discusión:** La adicción a la comida mantiene una relación con la conducta alimentaria desordenada en mayor proporción que con la impulsividad, sin embargo, valores altos de impulsividad y una conducta alimentaria desordenada, contribuirá a valores altos en la adicción a la comida.

**Palabras clave:** impulsividad, adicción a la comida, conducta alimentaria desordenada, estudiantes universitarios, alimentos.

## Abstract

**Background:** Food addiction (FA) has been identified as a growing public health concern, associated with obesity and psychological distress. Factors such as inhibition and depression have been proposed as potential predictors of this behavior.

**Objective:** The main objective of this study was to evaluate a predictive model of FA in the Ecuadorian population, considering inhibition, depression, and anxiety as key variables.

**Methodology:** The study followed a quantitative approach with a non-experimental,

cross-sectional, and correlational-causal design. The Executive Function Assessment Scale (EFECO), the Goldberg Anxiety and Depression Scale (GADS), and the Yale Food Addiction Scale (YFAS) were administered to 236 students from the Universidad Católica de Cuenca, selected through non-probabilistic convenience sampling.

**Results:** Statistical analyses revealed that inhibition was a significant predictor of FA, whereas depression did not have a direct effect. Anxiety showed a moderate correlation with FA, although its predictive impact was lower compared to inhibition. Additionally, 24.2% of participants exhibited signs of FA, with a higher prevalence in women.

**Discussion:** The results highlighted the role of inhibition in FA, suggesting that deficits in impulse control may increase vulnerability to compulsive eating behaviors. These findings underscore the importance of developing interventions aimed at strengthening self-control as a strategy for prevention and treatment.

**Keywords:** Food addiction, inhibition, depression, emotional regulation, eating behavior.

## 1. Introducción

La etapa universitaria está marcada por algunos cambios físicos y psicológicos, parte de estos cambios es el alcance de autonomía que adquiere esta población en los hábitos alimentarios. Una conducta alimentaria desordenada es un estilo alimentario negativo que pone en riesgo la salud del ser humano a nivel físico y mental (Cavazos-Flores et al., 2023). El consumo de alimentos palatables y una conducta alimentaria desordenada dificulta la salud de las personas, generando una alta probabilidad de adicción a la comida o algún trastorno alimentario (Morales-Basto et al., 2021). En consecuencia, los malos hábitos alimentarios producen afectaciones de perfil psicológico, como la impulsividad, una conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida, variables que aún no han sido exploradas a fondo en población universitaria ecuatoriana (Reivan-Ortiz et al., 2024).

La impulsividad puede definirse como las acciones apresuradas que se producen en el momento, sin reflexión, y que crean un gran riesgo de dañar al individuo, reflejando un deseo de recompensas inmediatas o la incapacidad de retrasar la gratificación (Association, 2014). También puede definirse como la tendencia a participar en conductas de riesgo de consecuencias negativas, que genera la incapacidad de detener una respuesta o pensamiento, con resultados que no permiten llevar a cabo una acción de manera exitosa (Flores et al., 2022).

En este sentido, investigaciones revelan que los estudiantes ecuatorianos padecen de sobrepeso y obesidad, debido a que carecen de disciplina en sus hábitos alimentarios por el consumo de alimentos de bajo valor nutricional con alto contenido de sal, grasas saturadas y azúcar, componentes que al ser consumidos en niveles elevados se asocian a una mayor impulsividad en cada individuo, factor de perfil psicológico que es parte de un rasgo de personalidad. Existen estudios que indican que la impulsividad también aumenta el riesgo de adicción a la comida (Reivan-Ortiz et al., 2024).

Por otra parte, conducta alimentaria se define como el comportamiento relacionado con los hábitos alimentarios, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos (Osorio et al., 2022). La conducta alimentaria es una variable considerada como un factor riesgo, ya que puede generar comportamientos inadecuados con relación a la alimentación por el consumo de alimentos poco saludables, que perjudica la salud física y psicológica de los individuos (Ortiz y Vásquez, 2024). De ahí que, una conducta alimentaria desordenada (CAD) incluye patrones de ingesta incontrolada, restrictiva o emocional, que desempeña un papel clave en la manifestación y mantenimiento de la adicción a la (Reivan-Ortiz et al., 2024).

Dado que, la etapa universitaria implica cambios significativos en la vida de los estudiantes a nivel psicológico, adaptarse a nuevos entornos, obtener mayor independencia y autonomía, las presiones sociales y académicas influyen significativamente en su conducta alimentaria, que en muchos de los casos es poco saludable, corriendo el riesgo de desarrollar trastornos de conducta alimentaria; que se relacionan a la vez con diversos factores, como lo es un estilo de vida sedentario y la disminución progresiva de hábitos alimentarios saludables (Vargas, 2024).

La adicción a la comida (AC) se define como una conducta alimentaria de alta palatabilidad, que por lo general, tienen en su composición elevados porcentajes de azúcar, sal, grasa y harinas y se refiere a comportamientos específicos relacionados con los alimentos, caracterizados por un consumo excesivo y desregulado de alimentos poco saludables, se caracteriza por la pérdida de control sobre el consumo de alimentos, la incapacidad de reducir el consumo a pesar del deseo de hacerlo y el consumo continuo a pesar de las consecuencias negativas (Escrivá et al., 2023). Investigaciones señalan que la adicción a la comida se compara regularmente con la adicción a sustancias, ya que constan de idénticos mecanismos cerebrales de funcionamiento y factores psicológicos (por ejemplo, la impulsividad) (Rojas et al., 2019). En este sentido, la AC se asocia con la búsqueda compulsiva y el consumo de alimentos palatables a pesar de sus consecuencias negativas, generando cambios fi-

siológicos en los individuos, como la presencia de tolerancia, abstinencia y activación en las mismas áreas cerebrales que por adicción a sustancias (Reivan-Ortiz et al., 2024).

Existen investigaciones que mencionan que los jóvenes universitarios son más propensos a mostrar AC que los individuos mayores, y esto podría explicarse a que la etapa universitaria involucra muchos cambios fisiológicos y psicológicos que pueden aumentar la vulnerabilidad a amenazas ambientales como adicciones, hábitos alimentarios inapropiados o trastornos que desarrollan una conexión psicológica con la comida y la dificultad para gestionar sus impulsos alimentarios (Tous-Carrillo et al., 2024).

Un estudio menciona que existen variables que se relacionan estrechamente con la adicción a los alimentos, como, por ejemplo, la impulsividad y la conducta alimentaria inadecuada, que desencadenan obesidad, trastornos alimentarios y otros problemas de salud mental, debido a la exposición prolongada de una dieta alta en alimentos palatables que generan conductas similares a la de los individuos que cursan por adicciones, como es la impulsividad y adicción, en este caso a la comida Reivan-Ortiz et al. (2024). En el ámbito académico, existen estudiantes que desarrollan una conducta alimentaria inadecuada e impulsiva, lo cual les conlleva desarrollar adicción a la comida (Behar-Astudillo y Pomareda-Echeverría, 2021).

Basándonos en lo anteriormente argumentado, se podría mencionar que la adicción a la comida es un trastorno cada vez más prevalente en la sociedad actual y es una problemática real en el contexto universitario que no ha sido investigada a fondo desde un perfil psicológico en estudiantes universitarios del Ecuador (impulsividad, conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida). Existe gran desconocimiento en los estudiantes universitarios del Ecuador respecto a lo que significa una alimentación saludable y las consecuencias que se producen a nivel físico y psicológico cuando el consumo de estos alimentos no es el adecuado. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es conocer la relación de la impulsividad y la conducta alimentaria desordenada con la adicción a la comida en población universitaria ecuatoriana.

## 2. Metodología

### Diseño de estudio

Este fue un estudio de investigación con enfoque cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional, no experimental, transeccional (transversal), con alcance correlacional y explicativo (Hernández-Sampieri et al., 2014).

### Participantes

Se llevó a cabo un muestreo no probabilístico de selección por conveniencia incidental, población voluntaria de 278 estudiantes de la Universidad Católica de Cuenca de fácil acceso y dispuestos a participar. Se invitó al conglomerado de estudiantes del programa de pregrado de nivel medio (3er a 6to ciclo) de la carrera de Psicología, con una edad aproximada de entre 19 y 24 años (edad media 20,1 años) y solo aquellos que aceptaron participar fueron evaluados. De los participantes, 221 (79.5%) pertenecieron al sexo femenino y 57 (20.5%) al sexo masculino, con respecto a su estado civil se obtuvo que, 261 (93.9%) de los participantes eran solteros, 16 (5.8%) casados y 1 (0.4%) separados/divorciados.

### Instrumentos

Como instrumento se utilizó la Escala de adicción a la comida de Yale 2.0 YFAS 2.0 (Gearhardt et al, 2016). Es un cuestionario de autoinforme de 35 ítems para medir conductas alimentarias adictivas durante los 12 meses anteriores. El instrumento original (YFAS) se basó en los criterios de dependencia de sustancias del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-IV-TR) (DSM-4, 2010) y se adaptó al contexto del consumo de alimentos. La YFAS 2.0 se basa en el DSM-5 (DSM-5, 2013) y evalúa 11 síntomas. La puntuación produce dos medidas: (a) una puntuación de recuento continuo de síntomas que refleja el número de criterios de diagnóstico cumplidos (que

van de 0 a 11) y (b) un umbral de AF basado en el número de síntomas (al menos 2) y el deterioro o malestar clínicamente significativo autoinformado. Esta medida final permite la clasificación binaria de AF (presente vs. ausente). Además, según la taxonomía revisada del DSM-5 (DSM-5, 2013), es posible establecer puntos de corte para la gravedad: leve (2-3 síntomas), moderada (4-5 síntomas) y grave (6-11 síntomas). Los grupos de riesgo de AF se calcularon según un estudio previo (Munguía et al., 2022) de la siguiente manera: AF ausente, aquellos que no tienen ningún criterio diagnóstico en la YFAS 2.0; AF probable, aquellos que cumplen un criterio diagnóstico y aquellos que tienen dos o más criterios, pero no presentan deterioro clínico; y AF presente, aquellos que tienen dos criterios diagnósticos y también presentan deterioro clínico. Así, el grupo probable de AF se corresponderá con el concepto clínico de riesgo alto o subumbral, es decir, pacientes que no cumplen estrictamente los criterios diagnósticos de la taxonomía, pero que presentan síntomas. Los síntomas psiquiátricos subumbral no cumplen los criterios completos para un trastorno particular en una taxonomía diagnóstica de referencia (como los trastornos del Eje I dentro del DSM) pero sí presentan un deterioro clínico significativo. En algunos casos, los síntomas subumbral son más comunes que sus respectivos trastornos del Eje I, y la investigación empírica ha sugerido que estos grupos están asociados con una mayor discapacidad y muchas otras consecuencias negativas (Rai et al., 2010). La consistencia interna de la YFAS 2.0 es de  $\alpha = 0,85$  en población ecuatoriana.

Para conducta alimentaria desordenada, se utilizó el Cuestionario holandés de conducta alimentaria [DEBQ; (Van, 1986)]. Versión en inglés del DEBQ (Van et al, 2002). El Cuestionario holandés de conducta alimentaria (DEBQ) es un cuestionario de autoinforme de 33 ítems desarrollado por Van Strien et al. (Van, 1986) para evaluar tres conductas alimentarias distintas en adultos: (1) alimentación emocional, (2) alimentación externa y (3) alimentación restringida. Los ítems del DEBQ se puntúan de 1 (nunca) a 5 (muy a menudo), y las puntuaciones más altas indican una mayor aprobación de la conducta alimentaria desordenada. Las propiedades psicométricas del DEBQ

son sólidas y muestran una buena consistencia interna en muestras con un alfa de 0,89 para la población ecuatoriana.

Y, para la Impulsividad, se utilizó la Escala de Conducta Impulsiva UPPS-P (Lynam et al., 2007) es una escala de 59 ítems diseñada para evaluar la impulsividad, determinada en cinco subescalas: falta de deliberación, falta de perseverancia, urgencia negativa, urgencia positiva y búsqueda de sensaciones. Los ítems se evalúan de 1 (totalmente de acuerdo) a 4 (totalmente en desacuerdo). Las estimaciones de confiabilidad de consistencia interna indican que la escala general y las subescalas tienen una consistencia interna >0,80 en población ecuatoriana.

## Procedimiento

Los participantes fueron reclutados como voluntarios y todos ellos firmaron el consentimiento informado de manera voluntaria. No se otorgó ninguna compensación por participar en el estudio, el requisito para participar fue no haber tenido algún trastorno alimentario (TA) en su vida y no presentar ningún otro problema médico o psiquiátrico. Los estudiantes tuvieron una previa evaluación mediante un cuestionario adaptado de la Entrevista Clínica Estructurada para Trastornos Alimentarios (SCID-5) del DSM-5. De acuerdo con la Declaración de Helsinki, el estudio contó con la aprobación del Comité de Ética local de la Universidad Católica de Cuenca, con el código UCACUE-UASB-P-CEISH-2022-096, bajo la normativa del Ministerio de Salud Pública del Ecuador.

## Análisis Estadístico

Se realizó un análisis con la medida de tendencia central media ( $\bar{x}$ ) y proporciones de acuerdo a cada variable. Además, gráficos descriptivos mediante histogramas para la caracterización de las variables escalares (impulsividad, conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida) con la variable estado civil y variable dicotómica sexo. Se evaluó el coeficiente de correlación de Pearson ( $r$ ) cumpliendo los supuestos previos de normalidad y potencia

estadística. Se consolidó un modelo de predicción mediante la prueba paramétrica de regresión lineal múltiple ( $R^2$ ), cumpliendo los supuestos de: linealidad, independencia, homocedasticidad, normalidad y no colinealidad. Finalmente, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (K-S) debido al criterio  $>30$  observaciones y se cumplió con el supuesto paramétrico ( $p>0.05$ ).

El análisis estadístico correspondió a pruebas de diferencia de grupos, de correlación y regresión. Se pudo contrastar la hipótesis y exponer la relación entre la impulsividad y conducta alimentaria desordenada sobre la adicción a la comida.

### 3. Resultados

#### Análisis de resultados

A continuación, para el desarrollo del primer objetivo se describen los resultados obtenidos mediante los instrumentos aplicados:

En la tabla N°1, los datos descriptivos detallan que en tanto a la variable de impulsividad: los solteros presentan una mayor proporción en mujeres (206). En casados, existe una proporción más alta en mujeres (15), sin embargo, una media más alta en hombres ( $\bar{x}=28.0$ ). Y en separados/divorciados, presentan una media alta en hombres ( $\bar{x}=25.0$ ).

Para la variable adicción a la comida se observa que: los solteros presentan una mayor proporción en mujeres (206). En casados, existe una proporción más alta en mujeres (15), en consecuencia, una media más baja en hombres ( $\bar{x}=30.0$ ). Y en separados/divorciados, presentan una media alta en hombres ( $\bar{x}=27.0$ ).

Por último, para la variable conducta alimentaria desordenada se tiene que: los solteros presentan una mayor proporción en mujeres (206). En casados, existe una proporción más alta en mujeres (15), en consecuencia, una

media más baja en hombres ( $\bar{x}$ =60.0). Y en separados/divorciados, presentan una media alta en hombres ( $\bar{x}$ =54.0).

**Tabla 1.**

*Diferencias entre características sociodemográficas y variables: Impulsividad, adicción a la comida y Conducta alimentaria desordenada.*

Frecuencias de Sexo biológico			
Sexo biológico	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
0	221	79.5 %	79.5 %
1	57	20.5 %	100.0 %

Descriptivas

	Estado Civil	Sexo biológico	N	Perdidos	Media	Mediana	DE	Mínimo	Máximo
IMPULSIVIDAD	1	0	206	0	25.8	27.0	8.01	6	42
		1	55	0	25.2	26	8.96	7	40
	2	0	15	0	17.2	18	8.60	6	34
		1	1	0	28.0	28	NaN	28	28
		0	0	0	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
		1	1	1	0	25.0	25	NaN	25
ADICCIÓN A LA COMIDA	1	0	206	0	45.2	47.0	13.54	15	64
		1	55	0	43.0	46	14.17	0	64
	2	0	15	0	36.1	31	14.28	17	58
		1	1	0	30.0	30	NaN	30	30
	4	0	0	0	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
		1	1	0	27.0	27	NaN	27	27

CONDUCTA	1	0	206	0	85.6	88.0	28.26	30	128
ALIMENTARIA		1	55	0	83.7	86	29.00	0	128
DESORDENADA	2	0	15	0	71.8	62	28.80	34	116
		1	1	0	60.0	60	NaN	60	60
	4	0	0	0	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
		1	1	0	54.0	54	NaN	54	54

*Nota.* N: Número; D.E: Desviación Estándar; 1: Soltero; 2: Casado; 4: Separado/divorciado; 0: Mujer; 1: Varón

## Figuras

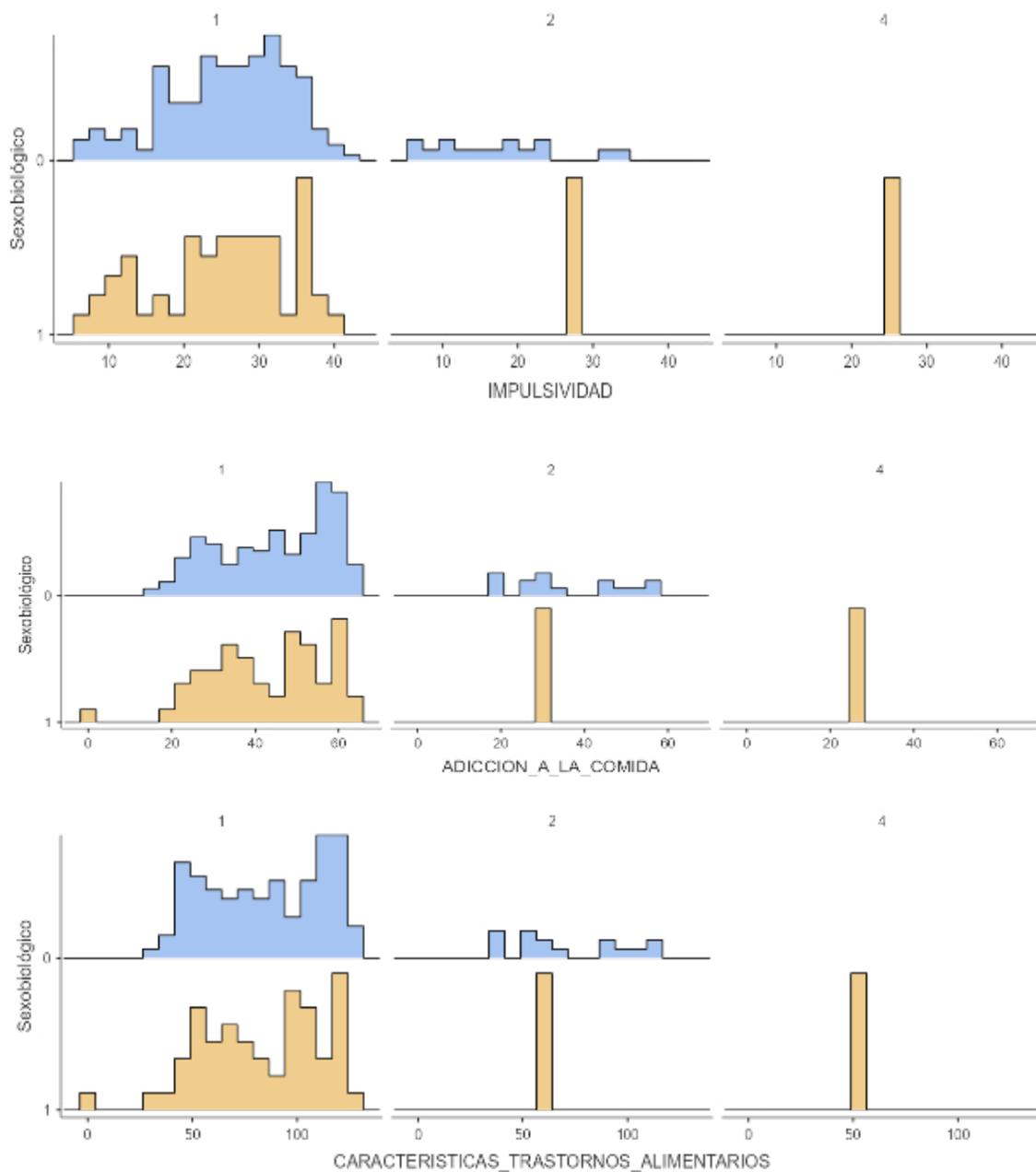
En el desarrollo del objetivo dos, de acuerdo a la figura 1, los resultados detallan que en el grupo de mujeres existe mayores valores en impulsividad en solteras en comparación con casadas y separadas/divorciadas. De manera similar se presentan estos valores en hombres.

Continuando con la figura 2, los resultados detallan que en el grupo de mujeres existe mayores valores en adicción a la comida en solteras en comparación con casadas y separadas/divorciadas. De manera similar se presentan estos valores en hombres.

Por último, en la figura 3, los resultados detallan que en el grupo de mujeres existe mayores valores en conducta alimentaria desordenada en solteras en comparación con casadas y separadas/divorciadas. De manera similar se presentan estos valores en hombres.

**Figura 1.**

*Características de las variables psicológicas en función de las variables sociodemográficas. A: Impulsividad. B: Conducta alimentaria desordenada. C. Adicción a la comida.*



*Nota.* 1: Soltero; 2: Casado; 4: Separado/divorciado

Tabla N°2, en el desarrollo del objetivo tres, los análisis indican correlaciones positivas estadísticamente no significativas entre la impulsividad con la adicción a la comida y la conducta alimentaria desordenada. Y, una correlación positiva estadísticamente significativa de la conducta alimentaria desordenada y la adicción a la comida. Estos datos indican que valores altos en impulsividad y conducta alimentaria desordenada contribuirá a valores altos en adicción a la comida.

**Tabla 2.**

*Correlación entre Impulsividad, Adicción a la comida y conducta alimentaria desordenada.*

		IMPULSIVIDAD	ADICCIÓN A LA COMIDA	CONDUCTA ALIMENTARIA DESORDENADA
IMPULSIVIDAD	R de Pearson	—		
	gl	—		
	valor p	—		
ADICCIÓN A LA COMIDA	R de Pearson	0.074	—	
	gl	276	—	
	valor p	0.217	—	
CONDUCTA ALIMENTARIA DESORDENADA	R de Pearson	0.086	0.856	—
	gl	276	276	—
	valor p	0.155	<.001	—

*Nota.* gl: grados de libertad; p: valor; Significancia nivel:  $p < .001$

Tabla N°3, en el resultado del objetivo cuatro, el modelo de regresión indica un R2 de 0.733, indicando que el modelo está explicando una mayor proporción de variabilidad de la variable dependiente (adicción de comida). Sin embargo, en el análisis de las Betas, solo la variable independiente

de conducta alimentaria desordenada es estadísticamente significativa en el modelo. Por lo tanto, explicaría que debe existir una conducta alimentaria desordenada para que se pueda originar una adicción a la comida, y no debe estar integrada precisamente la impulsividad.

**Tabla 3.**

*Nivel de predicción de la impulsividad y la Conducta alimentaria desordenada sobre la Adicción a la comida.*

Modelo	R	R <sup>2</sup>
1	0.856	0.733

Coefficientes del Modelo – ADICCIÓN A LA COMIDA

Predictor	Estimador	EE	t	p
Constante	9.08195	1.7960	5.0568	<.001
IMPULSIVIDAD	0.00165	0.0515	0.0321	0.974
CONDUCTA ALIMENTARIA DESORDENADA	0.41568	0.0152	27.3698	<.001

*Nota.* R: Regresión; EE: Error estándar; t: Distribución; p: valor

## 4. Discusión

Este estudio propuso como objetivo general conocer la relación de la impulsividad y la conducta alimentaria desordenada con la adicción a la comida en población universitaria ecuatoriana. Los resultados indican que existe una relación no significativa entre impulsividad y adicción a la comida, a diferencia de conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida, las cuales si mantienen una relación estadísticamente significativa. Estos resultados en cuanto a impulsividad, difiere con los de un estudio realizado con adultos

emergentes entre 19 y 23 años de edad, estudio que determina que la impulsividad se relaciona de manera significativa con la adicción a la comida (Minhas et al., 2021). Así mismo, un estudio realizado con población adolescente indica que la adicción a la comida se asocia con la impulsividad y con mayor razón cuando existen niveles altos de impulsividad (Kidd & Loxton, 2021).

Los resultados del primer objetivo indicaron que las variables en función al sexo y estado civil guardan relación con la impulsividad, la conducta alimentaria desordenada y la adicción a la comida en mayor proporción con mujeres solteras y casadas a diferencia de los hombres, esto podría ser en consecuencia de que la muestra no fue homogénea; es importante también referir que se presentó una media alta en hombres separados/divorciados. En concordancia con un estudio realizado con estudiantes hombres y mujeres de la ciudad de Nuevo León, México, los resultados refieren que las mujeres presentan mayor conducta alimentaria desordenada y mayor adicción a la comida que los hombres (Guevara et al., 2020).

El segundo objetivo propuso caracterizar las variables psicológicas impulsividad, conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida en población universitaria ecuatoriana, en función de estado civil y sexo. Los resultados obtenidos en este objetivo demuestran que en la variable impulsividad, conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida, existen mayores valores en el grupo de mujeres solteras en comparación con casadas y separadas/divorciadas; y que de manera similar estos valores se presentan en hombres en estas tres variables. Estos resultados son consistentes con un estudio realizado con estudiantes universitarias de Kuwait y refiere que en cuanto a conducta alimentaria desordenada existen mayores valores en mujeres solteras (Alkazemi et al., 2018).

Pocos estudios han explorado el nivel de relación entre impulsividad, consumo de alimentos inadecuados con la adicción a la comida en una población específica, en algunos de ellos se evidencia que se encontraron asociaciones positivas entre impulsividad e ingesta de alimentos poco saludables con la adicción a la comida (Bernard et al., 2019). La severidad de adicción a la

comida (AC) se asocia directamente con peor perfil de estilo de alimentación y mayores niveles de impulsividad (Munguía et al., 2022).

Los resultados del tercer objetivo demuestran correlaciones positivas estadísticamente no significativas entre la impulsividad con la adicción a la comida y la conducta alimentaria desordenada. Y, una correlación positiva estadísticamente significativa de la conducta alimentaria desordenada y la adicción a la comida, entendiéndose que valores altos en impulsividad y conducta alimentaria desordenada contribuirá a valores altos en adicción a la comida. En concordancia a lo anterior, otro estudio en estudiantes universitarios, demuestra que la impulsividad está relacionada con la conducta alimentaria desordenada, estos hallazgos sugieren que diferentes facetas de la impulsividad están relacionadas con actitudes y comportamientos alimentarios desordenados en esta población (Lundahl et al., 2015). Contrastando los resultados anteriores, otro estudio realizado con estudiantes universitarios ecuatorianos, demuestra que existe una correlación positiva baja entre impulsividad y conducta alimentaria desordenada (Ortiz y Vásquez, 2024).

Los resultados del cuarto objetivo, en el modelo de regresión indican un R<sup>2</sup> de 0.733, lo cual significa que el 73.3% de la variabilidad en la adicción a la comida (variable dependiente) puede ser explicado por una conducta alimentaria desordenada (variable independiente), por ser un predictor altamente significativo ( $p=0.001$ ), indicando que a medida que aumenta la conducta alimentaria desordenada, aumenta la adicción a la comida. En cambio, en cuanto a impulsividad (variable independiente) se observa que no es un predictor significativo ( $p=0.974$ ) en la adicción a la comida, por lo tanto, no influye en la adicción a la comida dentro de este modelo. Este resultado, en cuanto a impulsividad difiere con un estudio realizado con estudiantes universitarias mujeres, el cual señala que esta variable si mantiene una correlación positiva estadísticamente significativa con la conducta alimentaria desordenada y con adicción a la comida, debido a que la impulsividad influye en la toma de decisiones impulsivas (Noel y Van, 2022).

En esta investigación existieron factores limitantes, ya que la composición de la muestra no es homogénea en estado civil y sexo, lo cual pudo haber

influido en los resultados. La muestra estaba compuesta predominantemente por estudiantes universitarios y se centró únicamente en un grupo de edad específico, se debe tomar en cuenta también otros factores como tiempo, disponibilidad de los estudiantes o algún tipo de patología. Es importante recalcar que en un estudio de investigación la muestra es un punto fundamental, ya que es la población con la que se llevará a cabo la investigación, además existen procedimientos para obtener la cantidad de los componentes de la muestra (Chero, 2024).

Se recomienda a futuro trabajar con una muestra poblacional homogénea y más amplia de otras universidades de todas las regiones del Ecuador, para obtener resultados específicos en población universitaria. Se considera importante abarcar en futuros estudios otras categorías sociodemográficas y otros perfiles psicológicos que se encuentren vinculados al modelo de estudio propuesto. Podría considerarse también que sea de tipo causal y longitudinal, para que el resultado de las variables sean lo más cercanas a la realidad en cuanto a población universitaria ecuatoriana. Cabe recalcar que es crucial utilizar escalas de evaluación con una validación adecuada para población ecuatoriana en general, incluida la población universitaria.

Resultaría beneficioso examinar las interacciones entre el género y diversos constructos de variables clínicas con una muestra más amplia. También sería útil recoger muestras con suficiente potencia para comprobar las diferencias entre sexos, y estado civil. Además, sería importante realizar estudios con una muestra clínica de individuos con trastornos alimentarios, así como con una muestra de individuos sanos sin patrones problemáticos alimentarios.

Para finalizar, se espera que la presente investigación sirva de referente para futuros estudios de la misma línea, ya que las variables con las que se trabajó se encuentran vinculadas con otras variables clínicas que guardan correlaciones entre sí. Los resultados de este tipo de estudios deben ser considerados para intervenir con programas enfocados en la promoción y prevención de una alimentación saludable en estudiantes universitarios ecuatorianos, situación que ya se ha convertido en un tema de salud pública y que

requiere de apoyo, información, educación y tratamiento, no solo en la etapa universitaria, sino que también en edades tempranas, donde además se tome en cuenta elementos suficientes para actuar desde una perspectiva integral (García et al., 2024).

## 5. Conclusiones

Para concluir, de acuerdo a los resultados de este estudio, se observa que la impulsividad, conducta alimentaria desordenada y adicción a la comida existe con mayor proporción en mujeres solteras y casadas a diferencia de los hombres. Así mismo, una correlación positiva estadísticamente significativa entre conducta alimentaria desordenada con adicción a la comida. Por último, los resultados también indican correlaciones positivas estadísticamente no significativas entre la impulsividad con la adicción a la comida en la población objeto de estudio. Con relación a los resultados, es de gran importancia poder diferenciar a los estudiantes de alto riesgo y riesgo moderado de aquellos que presentan bajo riesgo, para promover la salud y prevenir tanto las lesiones físicas, afectaciones psicológicas y psicopatologías (Ertl et al., 2022).

## 6. Contribución de los autores

**S.A.P.P:** Introducción, metodología, recolección de datos, resultados

**G.G.R.O:** Análisis de resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones, revisión final del artículo.

## 7. Agradecimientos

Mi eterno agradecimiento al PhD. Geovanny Genaro Reivan Ortiz, por haberme acompañado en este proceso investigativo de artículo científico. Le extiendo mis gracias infinitas al gran ser humano y profesional que por vocación educa y forma a estudiantes, brindando seguridad, motivación, pacien-

cia y la enseñanza para el adecuado aprendizaje. Considero que es el modelo de docente que toda Universidad o institución educativa debe tener.

## 8. Aprobación del comité de ética y consentimiento para participar en el estudio

De acuerdo con la Declaración de Helsinki, el estudio contó con la aprobación del Comité de Ética local de la Universidad Católica de Cuenca, con el código UCACUE-UASB-P-CEISH-2022-096 bajo la normativa del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Los participantes fueron reclutados como voluntarios y todos firmaron el consentimiento informado de manera voluntaria.

## Referencias

- Alkazemi, D., Zafar, T., Ebrahim, M., & Kubow, S. (2018). Percepción distorsionada de peso correlaciona con actitudes desordenadas de la alimentación en mujeres universitarias kuwaitíes. *International Journal of Eating Disorder*, 51 (5), 449-458. doi:<https://doi.org/10.1002/eat.22852>
- Association, A. P. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. Editorial Médica Panamericana.
- Behar Astudillo, R., & Pomareda Echeverría, R. (2021). Impulsividad y asertividad en mujeres con trastornos de la conducta alimentaria. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 59 (2), 102-112. doi:<https://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272021000200102>
- Marc, B., Bellisle, F., Kesse, E., Chantal, J., Andreeva, V., Etilé, F., . . . Péneau, S. (2019). La impulsividad se asocia con la ingesta de alimentos, meriendas y trastornos alimenticios en una población general. *La Revista Americana de Nutrición Clínica*, 109 (1), 117-126. doi:<https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy255>
- Cavazos Flores, V., Aragón Castillo, J., & López Martínez, B. (2023). Conducta alimentaria asociada a la composición corporal del adolescente en la población de Allende-México. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 23 (2), 16-23. doi:<https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i2.5636>
- Chero, V. (2024). Población y muestra. *International Journal of interdisciplinary dentistry*, 17 (2). doi:<https://doi.org/10.4067/S2452-55882024000200066>
- Ertl, M., Pazienza, R., Cannon, M., Cabrera, Y., Fresquez, C., McDonough, A., . . . Martin, J. (2022). HHS Public Acces. *Associations between Impulsivity and Exercise Addiction, Disordered Eating, and Alcohol Use Behaviors: A Latent Profile Analysis*, 57 (6), 886-896. doi:<https://doi.org/10.1080/10826084.2022.2052095>

- Escrivá, T., Galiana, L., Herrero, R., Rodríguez, M., Fernández, F., Gearhardt, A., & Baños, R. (2023). La adicción a los alimentos y su relación con otros comportamientos alimenticios entre universitarios españoles. *Journal of Eating Disorders*, 11 (60), 1-14. doi:<https://doi.org/10.1186/s40337-023-00772-5>
- Flores, V., Ponce, Á., Velastegui, D., & Vásquez, F. (2022). Impulsividad en base a estudio de género Estudio en población universitaria. *Ciencia Latina*, 6 (2), 2938-2958. doi:[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i2.2065](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.2065)
- Gearhardt AN, Corbin WR, Brownell KD. Desarrollo de la escala de adicción a la comida de Yale, versión 2.0. *Psychol Addict Behav*. (2016) 30:113. doi:<https://doi.org/10.1037/adb0000136>
- García, D., García, I., Zuluaga, A., & Ramos, D. (2024). Efecto de un programa de promoción de hábitos de vida saludables sobre los niveles de actividad física y el comportamiento frente a la actividad física en jóvenes de una universidad de Bogotá. *Dialnet*, 60:1130-1139. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9734207>
- Guevara, M., Ruíz, K., Pacheco, L., Santos, J., González, P., & Sánchez, A. (2020). Adicción a la comida y estado nutricional en adolescentes de una preparatoria pública en México. *Enfermería Global*, 19 (58), 1-10. doi:<https://doi.org/10.6018/eglobal.370021>
- Hernández Sampieri, Roberto, Fernández Collado, Carlos, Baptista Lucio, María del Pilar (2014). Metodología de la investigación (6° ed.). México: McGraw
- Kidd, C., y Loxton, N. J. (2021). Una revisión narrativa de la sensibilidad de recompensa, impulsividad precipitada y adicción a los alimentos en adolescentes. *Avances en neuro-psicofarmacología y psiquiatría biológica*, 109, 110265. doi:<https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110265>
- Lynam DR, Caspi A, Moffitt TE, Loeber R, Stouthamer-Loeber M. Evidencia longitudinal de que las puntuaciones de psicopatía en la adolescencia temprana predicen la psicopatía adulta. *J Abnorm Psychol*. (2007) 116:155–65. doi:<https://doi.org/10.1037/0021-843X.116.1.155>

- Lundahl, A., Wahlstrom, L., Cristo, C., & Stoltenberg, S. (2015). Diferencias de género en la relación entre impulsividad y comportamientos y actitudes desordenadas de la alimentación. *Eat Behav*, 18, 120-124. doi:<https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.05.004>
- Minhas, M., Murphy, C., Balodis, I., Aflojos, S., Buscemi, J., Murphy, J., & Mackillop, J. (2021). Elementos multidimensionales de la impulsividad como factores de riesgo compartidos y únicos para la adicción a la alimentación y el uso indebido del alcohol. *Apetito*, 159, 105052. doi:<https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105052>
- Morales Basto, J. P., Burgos Castro, E. D., Fandiño Sánchez, D. A., Porras Galindo, L. F., Rodríguez Munevar, D. S., Agudelo Cañas, S., & Poveda Espinosa, E. (2021). La relación entre el sistema endocannabinoide y la adicción a la comida. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 25 (2), 212-226. doi:<https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.25.2.1153>.
- Munguía L, Jiménez-Murcia S, Valenciano-Mendoza E, Granero R, Gaspar-Pérez A, Guzmán-Saldaña RM, et al. Patrones de riesgo en la adicción a la comida: un enfoque poblacional mexicano. *Comer Peso Dis Stu Anorexia Bulimia Obesidad*. (2022) 27:1077–87. doi:<https://doi.org/10.1007/s40519-021-01240-2>
- Noel, N., & Van, K. (2022). Impulsivity traits associated with disordered eating and binge drinking among female college students. *Journal of American College Health*, 72 (2), 509-514. doi:<https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2047696>
- Ortiz, M., & Vásquez, F. (2024). Impulsividad y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios. *Revista Científica de Salud Biosana*, 4 (5), 75-86. <https://soeici.org/index.php/biosana/article/view/289/523>
- Osorio, J., Weisstaub, G., & Castillo, C. (2022). Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Revista Chilena de Nutrición*, 29 (3), 280-285. doi:<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182002000300002>
- Rai D, Skapinakis P, Wiles N, Lewis G, Araya R. Trastornos mentales comunes, síntomas subumbral y discapacidad: estudio longitudinal.

- Br J Psychiatry*. (2010) 197:411–2. doi:<https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.079244>
- Reivan, G., Campoverde, X., Viñanzaca, J., Estrada, J., Yanza, R., & Granero, R. (2024). Factores que aumentan el riesgo de adicción a la comida en estudiantes ecuatorianos. *frontiers Psychiatry*, 14:1214266. doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1214266>
- Rojas, C., Montenegro, C., Morales, C., Reatamal, K., Rivano, N., & Sepúlveda, J. (2019). Adicción a la comida: una revisión y análisis de la evidencia. *Dialnet*, 13 (3), 7. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7222354>
- Tous Carrillo, D. A., Torres Zapata, Á. E., Miguel Ceballos, J. E., Zarza García, A. L., Acevedo Olvera, G. E., Villanueva Echavarría, J. R., & Brito Cruz, T. D. (2024). Estrés y Adicción alimentaria. *Revista Multidisciplinaria de Ciencia Básica, Humanidades, Arte y Educación*, 2 (4), 1-6. doi:<https://doi.org/10.5281/zenodo.10443675>
- Van Strien T, Frijter JE, Bergers G, Defares PB. Cuestionario holandés sobre conducta alimentaria. *Int J Trastorno de la alimentación*. (2002). doi:<https://doi.org/10.1037/t04413-000>
- Vargas, M. (2024). *Autopercepción de la imagen corporal y conducta alimentaria en estudiantes universitarios. Una revisión narrativa*. REDICES: <https://repository.ces.edu.co/handle/10946/8902>

Copyright (c) 2025 Sonia Angélica Pilaluisa Pabón, Geovanny Genaro Reivan Ortiz



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](#).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato — y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) - [Texto completo de la licencia](#)