

## **DEDICATORIAS**

JESUS MANUEL PÉREZ MARTÍNEZ

Como siempre en mi vida, le doy el primer lugar a Dios, quien es mi motor, por el cual estoy aquí, por El y para El he podido llegar hasta aquí, quien me ha dado fuerzas y ha proveído en todo en las riquezas de su Hijo Jesucristo. Quien me ha dotado de sabiduría y entendimiento, pudiendo discernir entre lo bueno y malo y dándome dirección en todas las circunstancias para llegar al culmine de esta hermosa carrera

### **A MIS PADRES Y HERMANOS**

Gracias a mis padres Wilbert Pérez Hipólito y Nery Martínez Aguirre quienes han sido mi apoyo incondicional en estos años de carrera, de manera económica, emocional y personal, sus consejos sabios fundamentados en la fe de nuestro Señor Jesucristo, quienes estuvieron y están orando, quienes me han hecho recordar en los momentos más difíciles “que todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Filipenses 4:13) y que me han impulsado en la fe cristiana evangélica y recordar el motivo del por qué debo concluir esta grande meta, de igual manera al apoyo de mis hermanos, en especial al de mi hermano Abraham Pérez Martínez, quien me ha brindado su apoyo económico y emocional en estos años de carrera, alimentándome a seguir hasta alcanzar el objetivo del por qué Dios me ha llamado a estar aquí.

### **A MI COMPAÑERA DE TESIS**

A mi compañera de Tesis, a mí estimada amiga y hermana en la carrera, María del Pilar Santo Rodríguez, sin duda agradezco tu apoyo incondicional en este tiempo en el cual hemos podido compartir experiencias y conocimientos, agradeciendo que en este último gran trabajo de la licenciatura una vez más podemos trabajar juntos, como el gran equipo que siempre hemos conformado.

## EN DEDICACION A.

La siguiente tesis investigativa está dedicada PRIMERAMENTE A DIOS, el único merecedor de mi dedicación y admiración, la fuerza fundamental que me ha impulsado a estar siempre constante en este largo y duro caminar, que por el poder de su Espíritu Santo ha hecho un servidor, para la gloria y honra de nuestro Señor Jesucristo, por quien mi carrera y presente trabajo está dedicado para su servicio y quien haga de mi y de los conocimientos obtenidos hasta este momento un vaso de honra e instrumento para llevar consuelo y palabras para el abatido, fe para el desesperado, fuerzas para el cansado, solución para el confundido y sobre todas las cosas, que conozcan del Cristo que cambia y salva.

## A MIS PADRES.

Para mis dos queridos padres que sin duda alguna estarán orgullosos del presente trabajo, agradeciendo a Dios por la vida y salud que les concede para poder ver a su hijo prepararse y cumplir su sueño.

“Porque yo se los pensamientos que tengo acerca de vosotros, dice Jehová, pensamientos de paz, y no de mal, para daros el fin que esperáis.” (Jeremías 29:11)

Que Dios sea transmitiendo sabiduría y conocimiento a toda persona que lea este trabajo de investigación, Señor que tu espíritu Santo sea ministrando bendición a todo líder educativo y alumno en cuanto lean cada línea y párrafo de este trabajo, en tus manos encomiendo mi vida, mente, fuerza y salud para que pueda yo concluir con tu favor y bendición este trabajo. Amen

MARÍA DEL PILAR SANTOS RODRÍGUEZ

Antes que todo siempre le doy gracias a dios por permitirme un día más de vida y por estar en esta etapa final de mi carrera, por darme el entendimiento que necesito día con día para afrontar cada situación que se me presente, dándome la fuerza

que necesito para seguir luchando por mis sueños, metas, propósitos y objetivos, porque el jamás me abandona y es la luz de mi vida que me guía.

#### A MI MADRE Y HERMANA

En especial le doy gracias a mi madre ROCIO SANTOS RODRIGUEZ por tenerme tanta paciencia y criarme con los valores que aplico hoy en día en mi vida, por ese apoyo emocional que todos los días me da sin pedírselo por el amor incondicional que, es un pilar en mi vida, gracias por todas esas enseñanzas, consejos y regaños, para cumplir mi gran sueño tener una carrera y no pude escoger mejor que la psicología porque ahora entiendo por todo lo que has sufrido con la depresión, sé que estas orgullosa de mí y le doy gracias a dios por tenerte como mi madre. Mi hermana ESTEFANIA SANTOS RODRIGUEZ estuviste en los tiempos más difíciles de mi niñez y hasta la universidad, entramos juntas, pero te quedaste en el camino, para traerme el sobrino más hermoso, los dos son un motivo en mi vida los amo tanto, fuiste mi cómplice en todas mis travesuras y yo en las tuyas, gracias por tu apoyo y tus alientos.

#### A MI COMPAÑERO DE TESIS

Gracias por ser mi amigo mi hermano y mi compañero y gracias a mi dios por que permitió encontrarnos y compartir esta hermosa carrera para poder ayudar, a ti JESUS MANUEL PEREZ MARTINEZ te doy las gracias por apoyarme y brindarme esas palabras que necesito tanto en mi vida para poder cambiar y encontrarme con Dios, sin duda alguna mereces todo el éxito en tu vida eres una gran persona con un corazón noble, gracias por compartir experiencias a mi lado y por estar en este último trabajo para compartir nuestros conocimientos y habilidades. Y también a mis maestros por todo el tiempo de enseñanza y todo el esfuerzo que hacen para nuestra formación académica.

#### EN DEDICACIÓN A

Primeramente, a DIOS por la oportunidad que me da todos los días, por darme salud a mí y a mis seres queridos, por darme la fuerza para no rendirme y ser constante en todo.

A MI PAREJA samuel velazquez por darme ese apoyo emocional y económico. Por el amor que me brinda día con día y estar siempre en mis momentos de angustia, felicidad y enojos, ansiedad, gracias por sacarme sonrisas en mis días difíciles por amarme y demostrármelo, gracias por esos consejos y ánimos. Gracias por estar en este proceso de mi vida.

AGRADEZCO A MI MADRE por acompañarme en este camino durante mi carrera que a estado en las buenas y malas aconsejando para verme triunfar y feliz, se lo mucho que te costó sacarme adelante educarme y hacerme una mujer de bien sin duda alguna tu mi madre eres el mejor regalo que me da Dios.

# INDICE

## Contenido

INTRODUCCIÓN .....	6
CAPITULO I .....	9
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	9
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	9
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....	11
1.3 OBJETIVOS .....	11
1.3.1 OBJETIVO GENERAL .....	11
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
1.4 HIPÓTESIS .....	12
1.5 JUSTIFICACIÓN .....	12
1.4 DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO .....	12

## INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) engloban varias enfermedades crónicas y progresivas que recientes se manifiestan a través de la conducta alimentaria, la práctica de conductas alimentarias de riesgo (CAR) durante la adolescencia es una problemática que ha incrementado considerablemente en tiempos recientes. En la actual pandemia por causa del SARS-CoV-2 muchas personas han sufrido obesidad en especial los adolescentes debido al impacto de la pandemia que es un gran factor hoy en día, además que tiene un alto riesgo de muerte para las personas que sufren covid-19.

Principales causas de la obesidad en adolescentes son un aumento en la ingesta de alimentos de alto contenido calórico que son ricos en grasas y son muy fáciles de adquirir por su amplia distribución a bajo costo y su promoción en medios masivos, la cantidad de actividad física que realizaban los adolescentes también han disminuido y es un factor que amplifica el problema además que durante la pandemia se suspendieron las clases y salidas a cualquier sitio. Antes de la llegada del covid-19 a nuestras vidas la obesidad ya era una pandemia que afectaba a millones de personas en todo el mundo, vivimos en una sociedad con un ritmo de vida rápido, en la que el trabajo es el epicentro de nuestras vidas, nunca tenemos tiempo de nada, o quizás tampoco queremos tenerlo para las cosas que no nos apetecen o no nos resultan atractivas, generalmente los buenos hábitos o propósitos acaban siendo para mañana o para el año nuevo y es una triste realidad que día con día vivimos. Ahora en el confinamiento se pasaba más horas en casa y esto puede ser un arma de dos filos, trayendo consigo un aumento del sedentarismo, las horas que le dedicamos a estar en el sofá, sentados en la cama y un aumento de cantidad de calorías que consumimos en nuestra alimentación.

En el presente trabajo de investigación ha sido elaborado en el marco del plan de estudios de la carrera en psicología de la universidad del sureste, específicamente en el campus de Villahermosa tabasco ubicado en dos montes. Con la finalidad de detectar si los adolescentes, realizan prácticas de riesgo de la conducta alimentaria durante el confinamiento, principalmente aquí en Villahermosa, para que derivado a los resultados obtenidos sea posible concientizar a la población y construir alternativas para disminuir y/o prevenir este problema que viene de muchos años atrás.

Dentro de la investigación se muestran cuatro capítulos, sin contar la información general relacionada con las dedicatorias, índice, introducción, sugerencias y/o propuestas, conclusión, anexos y la biobibliografía.

Los cuatro capítulos antes referidos comprenden:

**Capítulo I.** Planteamiento del problema. En este apartado se exponen los datos relevantes que existen sobre el problema en distintos niveles, se definen las interrogantes que han de guiar la investigación, la idea central, el objetivo general, los objetivos específicos, la hipótesis, la justificación de la necesidad de investigar el tema en cuestión, así como la delimitación del estudio.

**Capítulo II.** Marco de referencia. Acá se presenta información del tema a partir de un marco antropológico que ilustra los antecedentes del problema desde tiempos remotos; también encontramos un marco teórico donde podemos conocer las bases teóricas que sustentan nuestra tesis a partir de diversos autores; un marco conceptual que nos da luz en los distintos términos técnicos relacionados con el tema a y nuestra profesión.

**Capítulo III.** Metodología. En este capítulo se habla del tipo de estudio y metodología aplicada en el proceso de investigación y de manera más

concreta se muestran los instrumentos, características y procedimientos utilizados para obtener nuestra información documental.

**Capítulo IV.** Finalmente, en este capítulo se muestran los resultados de la investigación, los análisis e interpretación de los datos en función a los datos obtenidos.

# **CAPITULO I**

## **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO EN ADOSLESCENTES EN VILLAHERMOSA**

#### **1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

Para sustentar la información utilizada y aplicada en el estudio, se citaron los siguientes antecedentes sobre conductas alimentarias de riesgo y estados nutricionales en adolescentes.

Lo cierto es que la crisis sanitaria provocada por la pandemia del nuevo coronavirus ha impactado en muchos sectores diferentes. Uno es la crisis económica que ha resultado en un aumento de las tasas de desempleo y pobreza. Esto conduce a la inseguridad alimentaria, especialmente en el ámbito de la alimentación, la nutrición y la salud de los más vulnerables.

La doctora Sonia Hernández Cordero, científica del Ministerio de Salud IBERO, señaló que la pandemia del COVID-19 agudizará la desigualdad social, la pobreza y, por ende, la inseguridad alimentaria debido a que las personas de los grupos desfavorecidos no tendrán acceso a una alimentación saludable; Las consecuencias para la salud aparecerán con el tiempo.

Es un hecho que, en cuestión de la obesidad, principalmente en adolescentes quienes apenas toman conciencia de la importancia de llevar un estilo de vida saludable ya era parte de una pandemia mexicana, hablando generalmente, pues nuestro país ya tenía un lugar importante en cuestiones de obesidad. En Villahermosa se ha visto también un tanto desenfrenado este suceso. Nos hemos acostumbrado a vivir dentro de una sociedad donde es más importante mostrar que

están “bien alimentados” desde la masa corporal que realmente llevar un estilo de alimentación equilibrada.

La pandemia mundial actual y las medidas de cuarentena tomadas como medida de precaución para evitar la propagación de COVID-19 han creado ciertas amenazas para la salud y la salud emocional, como sentimientos de depresión, aumento del estrés y la ansiedad causada por la enfermedad. También ha aumentado el aislamiento, los problemas familiares, la recesión económica, los cambios en la dieta y el sedentarismo. La alimentación juega un papel importante en la salud, por lo que fortalecer el sistema inmunológico del organismo es sumamente importante.

El aislamiento de familias en todo el mundo, principalmente en Villahermosa en Tabasco, ha incrementado el número de personas con sobrepeso y malos hábitos.

La situación actual en Villahermosa en Tabasco es muy preocupante, ya que las personas pueden crear un estado emocional negativo cuando están ansiosos, lo que lleva a comer más de lo habitual, sin querer buscar comida reconfortante y una mala alimentación. La alimentación no saludable se ha convertido en una de las principales causas de mala salud, y si no se alimenta lo suficiente, la desnutrición podría aumentar como resultado del impacto de la cuarentena por el COVID-19 en el medio ambiente. La reducción de la actividad física y las compras reducidas facilitan el consumo de productos con una vida útil más larga, lo que conduce a un estado nutricional más deficiente, lo que resulta en niveles de alimentación inestables, desnutrición y obesidad.

Entender cómo han cambiado los hábitos alimentarios producto del aislamiento permite diagnosticar amenazas a la sociedad Villahermosa, así como el desarrollo de patrones de alimentación y estilo de vida saludables que permitan reducir los efectos negativos de la mala alimentación durante la cuarentena.

## **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuáles son los efectos del aislamiento por el SARS-CoV-2 y como estos provocaron cambios en los hábitos alimentarios dentro de la etapa adolescente en Villahermosa, Tabasco?

- Respecto a la salud emocional, ¿Cuál fue el efecto del aislamiento?
- ¿De qué forma estos efectos modificaron los patrones de consumo en el ámbito alimentario de los adolescentes en Villahermosa, Tabasco?
- ¿Cómo se alteraron los patrones alimentarios frente a la crisis sanitaria?

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1 OBJETIVO GENERAL**

Determinar el impacto del aislamiento por COVID-19 y su relación con los hábitos alimentarios dentro de la adolescencia, principalmente en la ciudad de Villahermosa, Tabasco.

### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Determinar el impacto del COVID-19 en la salud emocional.
- Comparar patrones de consumo de alimentos antes y durante el aislamiento en los adolescentes de Villahermosa, Tabasco.
- Identificar las características psicológicas que conlleva el abuso de los alimentos como efecto del aislamiento.

## **1.4 HIPÓTESIS**

El impacto del aislamiento por COVID-19 está significativamente relacionado con los hábitos alimentarios de los adolescentes.

## **1.5 JUSTIFICACIÓN**

En un lapso de tiempo, es decir 2019 – 2022 los niveles de afectación por el aislamiento debido a la pandemia provocada por COVID-19 son bastante amplios, sin embargo, uno de los más notorios y menos tomados en cuenta son los hábitos alimentarios, los desajustes emocionales y como estos han decaído en características de comportamiento que ponen en riesgo la salud tanto física como mental de quienes recién comienzan una etapa de desarrollo (adolescentes) importante.

## **1.4 DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO**

La presente investigación se llevará a cabo únicamente dentro del margen de Villahermosa, Tabasco. Se centra en el tema de la obesidad, característica de malos hábitos alimentarios desarrollados por patrones de consumo inestables durante el confinamiento por el SARS-CoV-2. Se pretende demostrar la importancia de llevar un estilo de vida saludable desde el nacimiento del control de las emociones.

## CAPITULO II

### 1. MARCO DE REFERENCIA

1.1 MARCO FILOSÓFICO ANTROPOLÓGICO

1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

1.3 MARCO TEÓRICO

**SIN MARCO LEGAL O JURÍDICO**

1.4 MARCO CONCEPTUAL

## **CAPITULO III**

### **2. DISEÑO METODOLÓGICO**

#### **2.1 FORMAS DE INVESTIGACIÓN**

##### **2.1.1 INVESTIGACIÓN PURA**

#### **2.2 TIPOS DE ESTUDIO**

##### **2.2.1 ESTUDIO CORRELACIONAL**

##### **2.2.2 ESTUDIO DESCRIPTIVO**

##### **2.2.3 ESTUDIO EXPLICATIVO**

#### **2.3 TIPOS DE INVESTIGACIÓN**

##### **2.3.1 INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL**

#### **2.4 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **2.4.1 INVESTIGACIÓN NO EXPERIMENTAL**

###### **2.4.1.1 INVESTIGACIÓN TRANSVERSAL**

###### **2.4.1.2 INVESTIGACIÓN LONGITUDINAL**

#### **2.5 ENFOQUES**

##### **2.5.1 ENFOQUE MIXTO**

#### **2.6 UNIVERSO O POBLACIÓN**

##### **2.6.1 DELIMITACIÓN ESPACIAL**

#### **2.7 MUESTRA**

##### **2.7.1 TIPOS DE MUESTREO**

###### **2.7.1.1 PROBABILÍSTICO**

###### **2.7.1.1.1 ALEATORIO SIMPLE**

###### **2.7.1.1.2 ESTRATIFICADO**

#### **2.8 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

**2.8.1 OBSERVACIÓN**

**2.8.2 ENCUESTA**

**2.9 INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

**2.9.1 CUESTIONARIO**