



Horizonte sanitario

ISSN (en línea): 2007-7459

Influencia del género en el fenotipo de comportamiento alimentario de estudiantes universitarios

Influence of gender on the eating behavior phenotype of university students

Artículo Original DOI: 10.19136/hs.a24.3.6100

Ángel Esteban Torres Zapata ¹ 

Teresa del Jesús Brito Cruz ² 

Alejandra Karina Pérez Jaimes ³ 

Juan Pablo Sánchez Domínguez ⁴ 

Correspondencia: Juan Pablo Sánchez Domínguez. Dirección postal: Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma del Carmen. Campus III. Av. Central s/n. Esq. Fracc. Mundo Maya. C.P. 24153. Ciudad del Carmen. Campeche, México.
Correo electrónico: jsanchez@pampano.unacar.mx



Licencia CC-BY-NC-ND

¹ Doctor en Educación. Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma del Carmen. Ciudad del Carmen, Campeche. México.

² Doctora en Psicopedagogía. Profesora Investigadora de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Carmen. Ciudad del Carmen, Campeche. México.

³ Doctora en Salud Pública. Profesora de la Universidad Autónoma del Estado de México. Toluca, Estado de México. México.

⁴ Doctor en Psicología. Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Carmen. Ciudad del Carmen, Campeche. México.



Resumen

Objetivo: Analizar los fenotipos de conducta alimentaria en estudiantes universitarios, con énfasis en las diferencias asociadas al género.

Materiales y métodos: Se llevó a cabo una investigación cuantitativa, no experimental, transversal, descriptivo correlacional para analizar la relación entre género y fenotipo del comportamiento alimentario en universitarios de Nutrición de una institución de educación superior del sureste de México. La muestra fue intencional y voluntaria. Se aplicó una cédula sociodemográfica y la Escala de Fenotipos de Comportamiento Alimentario (EFCA), con alta confiabilidad ($\alpha = 0.86$). Se garantizaron el anonimato y consentimiento informado. El análisis se efectuó con pruebas no paramétricas (Chi-cuadrado y Mann-Whitney), organizando los datos en Excel. Se identificaron correlaciones entre fenotipos alimentarios e IMC, destacando la utilidad de la EFCA para evaluar patrones de alimentación.

Resultados: El estudio incluyó a 89 estudiantes universitarios (37.08% hombres y 62.92% mujeres), con una media de edad de 21.52 años. Se observaron distintos niveles de fenotipo alimentario, predominando la hiperfagia (50.56%) y el componente hedónico (48.31%). Aunque la prueba de Mann-Whitney no reveló discrepancias significativas en los puntajes totales entre hombres y mujeres ($p = 0.379$), el Chi-cuadrado mostró una relación importante entre género y clasificación del comportamiento alimentario ($p = 0.000$). Esto sugiere que, si bien los puntajes no difieren notablemente, sí existen patrones alimentarios diferenciados por género dentro de la muestra analizada.

Conclusiones: El estudio evidencia diferencias de género en fenotipos alimentarios, destacando conductas emocionales y compulsivas más frecuentes en mujeres.

Palabras Claves: Fenotipo; Conducta Alimentaria; Género.

Abstract

Objective: To analyze eating behavior phenotypes in university students, with an emphasis on gender-related differences.

Materials and methods: A quantitative, non-experimental, cross-sectional, descriptive correlational study was conducted to analyze the relationship between gender and eating behavior phenotype in nutrition students at a higher education institution in southeastern Mexico. The sample was purposive and voluntary. A sociodemographic form and the Eating Behavior Phenotype Scale (EFCA) were applied, with high reliability ($\alpha = 0.86$). Anonymity and informed consent were guaranteed. The analysis was performed with nonparametric tests (Chi-square and Mann-Whitney), organizing the data in Excel. Correlations between eating phenotypes and BMI were identified, highlighting the usefulness of the EFCA in assessing eating patterns.

Results: The study included 89 university students (37.08% men and 62.92% women), with an average age of 21.52 years. Different levels of eating phenotype were observed, with hyperphagia (50.56%) and the hedonic component (48.31%) predominating. Although the Mann-Whitney test did not reveal significant discrepancies in total scores between men and women ($p = 0.379$), the Chi-square test showed a significant relationship between gender and eating behavior classification ($p = 0.000$). This suggests that, although scores did not differ significantly, there were gender-differentiated eating patterns within the sample analyzed.

Conclusions: The study shows gender differences in eating phenotypes, highlighting more frequent emotional and compulsive behaviors in women.

Keywords: Phenotype; Feeding behavior; Gender.

• Fecha de recibido: 13 de agosto de 2025 • Fecha de aceptado: 11 de noviembre de 2025
• Fecha de publicación: 12 de noviembre de 2025

Introducción

El sobrepeso y la obesidad (SyO) son condiciones caracterizadas por una acumulación excesiva de grasa corporal que incrementa significativamente el riesgo de desarrollar problemas de salud como hipertensión, enfermedades cardiovasculares, dislipidemias y diabetes¹. Estas condiciones están influenciadas por múltiples factores, entre los que se destacan: una dieta hipercalórica, la inactividad física, el bajo nivel educativo, el entorno socioeconómico desfavorable y el acceso limitado a alimentos saludables. De acuerdo con cifras oficiales, para el 2022 a nivel mundial, el 43 % de las personas mayores de 18 años presentaba sobrepeso y el 16% obesidad².

En México, según información reportada en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) en 2022³, la prevalencia de obesidad y sobrepeso continúa en aumento. Para ese año las cifras revelaron que el 36.9 % de los adultos mayores de 20 años padece obesidad, con mayor incidencia en mujeres (41.0 %) que en hombres (32.3 %), y el 38.3 % presenta sobrepeso. Asimismo, la obesidad abdominal afecta al 81.0 % de la población adulta, siendo más frecuente en mujeres (87.9 %) que en hombres (73.9 %). Las tasas más altas de obesidad se registran en personas de 40 a 59 años, particularmente en quienes tienen menor escolaridad. Cabe destacar que estudios orientados a analizar las cifras recabadas por la ENSANUT entre el 2006 y el 2022, han identificado que la prevalencia de obesidad se ha incrementado significativamente en un 21.4 %, especialmente en los grados más severos (II y III), este marcado aumento en la prevalencia de SyO llevó al Estado mexicano a su declaración como emergencia sanitaria en 2016⁴.

Los tratamientos convencionales para la obesidad suelen centrarse en el control dietético y el ejercicio físico, pero con frecuencia descuidan aspectos clave del comportamiento alimentario, como la autorregulación de la ingesta calórica, lo que puede derivar en altas tasas de abandono⁵. Las intervenciones intensivas en el estilo de vida, combinadas con orientación nutricional y actividad física, han demostrado ser eficaces⁶. En este contexto, los fenotipos de conducta alimentaria (FCA) han cobrado relevancia como una vía para personalizar tratamientos, ya que permiten identificar patrones conductuales específicos, como la desinhibición o la alimentación emocional, que pueden estar vinculados a factores genéticos y ritmos circadianos. Herramientas como la Evaluación de Fenotipos de Conducta Alimentaria (EFCA) ofrecen una alternativa útil, de bajo costo y fácil aplicación, que facilita el diseño de estrategias terapéuticas adaptadas a cada perfil⁷.

En condiciones fisiológicas normales, la conducta alimentaria tiene un papel adaptativo que asegura el equilibrio energético a través de complejos mecanismos neuroendocrinos⁸. Sin embargo, en contextos de alteración emocional, como los trastornos del estado de ánimo (incluyendo el trastorno depresivo mayor y el trastorno bipolar), estos patrones pueden volverse disfuncionales⁹. La literatura muestra una superposición entre los síntomas afectivos y los hábitos alimentarios alterados, sugiriendo una relación bidireccional entre estado de ánimo y la alimentación. Esta conexión puede explicarse por la interacción entre los circuitos neuronales que regulan el apetito, la recompensa y la emoción,

particularmente en regiones como el hipotálamo, la amígdala y el área tegmental ventral. La integración de factores hormonales, genéticos, psicológicos y sociales contribuye a la configuración de distintos fenotipos conductuales alimentarios, cuya identificación es clave para intervenciones clínicas más efectivas desde una perspectiva de medicina personalizada¹⁰.

En este sentido, comprender cómo se manifiestan estos fenotipos en poblaciones jóvenes, como los universitarios, se vuelve esencial. Estos individuos se encuentran en una etapa de transición vital en la que los hábitos alimentarios se consolidan, y suelen estar expuestos a diversos factores emocionales, sociales y culturales que influyen en su relación con la comida¹. Además, las diferencias de género desempeñan un papel crucial, ya que hombres y mujeres tienden a enfrentar y manejar de forma distinta los estímulos emocionales y sociales vinculados con la alimentación⁷.

Por lo tanto, el propósito de esta investigación es explorar el fenotipo de conducta alimentaria en estudiantes universitarios, prestando especial atención a las diferencias de género, con el fin de identificar patrones específicos que permitan desarrollar intervenciones más personalizadas y eficaces. Reconocer estas diferencias contribuirá no solo a la prevención y tratamiento del sobrepeso y la obesidad, sino también al fomento de hábitos alimentarios más saludables y sostenibles en el entorno universitario.

Materiales y Métodos

Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo, no experimental, transversal, descriptivo y correlacional para analizar la influencia del género en el comportamiento alimentario en universitarios. La población participante estuvo constituida por todos los estudiantes inscritos en el semestre agosto-diciembre de 2023 dentro de la Licenciatura en Nutrición de una institución superior pública ubicada en el sureste de México. La muestra fue seleccionada mediante un muestreo intencional simple, incluyendo a aquellos estudiantes que aceptaron participar voluntariamente y que contaron con los criterios de inclusión determinados.

Para obtener información sobre el género de los participantes se empleó una cédula de datos socio-demográficos generales, y para evaluar el fenotipo alimentario, se aplicó la Escala de Fenotipos de Comportamiento Alimentario (EFCA). Este instrumento se encuentra constituido por 16 ítems que miden comportamientos alimentarios mediante una escala tipo Likert, donde las respuestas varían de 1 (nunca) a 5 (siempre), destacando que la pregunta 9 se puntúa de manera inversa. La EFCA ha mostrado una alta consistencia interna, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.86¹¹. La interpretación de la escala se lleva a cabo según la puntuación total, clasificándose como baja, media o alta (Tabla 1). Un análisis factorial confirmatorio mostró un ajuste adecuado de la estructura de la escala, y se observó una correlación estadísticamente significativa entre los fenotipos alimentarios y el Índice de Masa Corporal (IMC), subrayando la relevancia de la EFCA en la investigación sobre el control del peso y los hábitos alimentarios^{7,11}.



Tabla 1. Puntos de corte

Escala	Bajo	Medio	Alto	Descripción
Total	16 a 37	38 a 48	49 en adelante	Puntuación general del comportamiento alimentario.
Desorganización	Hasta 4	5 y 6	7 en adelante	Patrones alimentarios irregulares y desestructurados.
Hedónica	Hasta 11	12 a 14	15 en adelante	Alta sensibilidad hacia alimentos placenteros.
Compulsiva	Hasta 3	4 a 6	7 en adelante	Pérdida de control en la ingesta, episodios de sobrealimentación.
Emocional	Hasta 8	9 a 12	13 en adelante	Comida como mecanismo para enfrentar emociones negativas.
Hiperfágica	Hasta 5	6 a 8	9 en adelante	Consumo excesivo de porciones o múltiples porciones por comida.

Fuente: Escala de Fenotipo de Comportamiento Alimentario⁷

En cada una de las actividades investigativas se garantizó la anonimidad y confidencialidad de los datos recabados, se respetó la autonomía y voluntariedad de los participantes. No hubo impacto negativo en su desempeño académico, asegurando el principio de no maleficencia. El protocolo de investigación fue aprobado por el cuerpo académico "Nutrición Aplicada y Educación", siguiendo los lineamientos del comité científico de la Facultad de Ciencias de la Salud de la institución donde se realizaría el estudio. El consentimiento informado se obtuvo mediante un formulario digital en Google Drive, donde los estudiantes podían aceptar o rechazar su participación.

La información recopilada se organizó y tabuló en una base de datos diseñada por el grupo de investigación, utilizando Microsoft Excel Office 2016. Para los análisis estadísticos se empleó una calculadora en línea de conexión estadística, centrándose en pruebas no paramétricas para evaluar la relación entre las variables. Se aplicaron la prueba de Chi-cuadrado para determinar las asociaciones entre variables categoriales y la prueba de Mann-Whitney para comparar diferencias en variables cuantitativas entre grupos. Además, se calcularon distribuciones de frecuencia (relativa y absoluta) para las variables categóricas, así como medidas de tendencia central y dispersión para las variables cuantitativas.

Resultados

Un total de 89 estudiantes fueron incluidos en el estudio. Los resultados descriptivos sobre los fenotipos alimentarios por nivel en su carácter general como desglosados por género se muestran en la Tabla 2. Estos resultados incluyen la frecuencia, el porcentaje, desviación estándar y la media según la edad de participantes del estudio, de acuerdo con la información obtenida el 37.08% (n=33) fueron hombres y el 62.92% (n=56) mujeres, con una edad promedio de 21.52 ± 1.93 años (rango: 17-24 años).

Tabla 2. Análisis descriptivos del fenotipo alimentario

Escala	Bajo				Medio				Alto			
	f	%	$\bar{X}$	$\pm$	f	%	$\bar{X}$	$\pm$	f	%	$\bar{X}$	$\pm$
Total	39	43.82	30.33	4.72	26	29.21	40.62	2.25	24	26.97	53.68	3.925
Emocional	42	47.19	5.81	1.38	22	24.72	10.16	1.08	25	28.09	15.09	1.63
Hiperfagia	8	8.99	4.59	0.44	36	40.45	7.025	0.785	45	50.56	10.69	1.775
Hedónica	43	48.31	8.96	1.67	21	23.60	13.07	0.775	25	28.09	16.2	1.06
Desorganización	43	48.31	3.08	0.82	33	37.08	5.865	0.295	13	14.61	7.86	0.975
Compulsiva	28	31.46	2.37	0.49	36	40.45	5.065	0.855	25	28.09	7.855	1.005
Masculino (n = 33)												
Escala	Bajo				Medio				Alto			
	f	%	$\bar{X}$	$\pm$	f	%	$\bar{X}$	$\pm$	f	%	$\bar{X}$	$\pm$
Total	17	19.1	31.29	4.55	7	7.865	38.71	1.3	9	10.11	53.56	3.62
Emocional	18	20.22	5.61	1.26	9	10.11	10	1.05	6	6.742	15.17	1.54
Hiperfagia	2	2.247	5	0	12	13.48	6.92	0.84	19	21.35	10.84	1.96
Hedónica	20	22.47	9	1.55	6	6.742	13.33	0.8	7	7.865	16	0.75
Desorganización	17	19.1	3.24	0.79	12	13.48	5.92	0.2	4	4.494	8.5	1.5
Compulsiva	10	11.24	2.4	0.49	12	13.48	5	0.91	11	12.36	8	0.95
Femenino (n = 56)												
Escala	Bajo				Medio				Alto			
	f	%	$\bar{X}$	$\pm$	f	%	$\bar{X}$	$\pm$	f	%	$\bar{X}$	$\pm$
Total	22	24.72	29.36	4.88	19	21.35	42.53	3.2	15	16.85	53.8	4.23
Emocional	24	26.97	6	1.5	13	14.61	10.31	1.11	19	21.35	15	1.72
Hiperfagia	6	6.742	4.17	0.88	24	26.97	7.13	0.73	26	29.21	10.54	1.59
Hedónica	23	25.84	8.91	1.78	15	16.85	12.8	0.75	18	20.22	16.39	1.37
Desorganización	26	29.21	2.92	0.84	21	23.6	5.81	0.39	9	10.11	7.22	0.45
Compulsiva	18	20.22	2.33	0.49	24	26.97	5.13	0.8	14	15.73	7.71	1.06

Nota: Elaboración de los autores con base a los resultados de la EFCA.

Los resultados de las pruebas de normalidad aplicadas al puntaje total por participante, desglosados según el género se muestran en la Tabla 3. Se utilizó el test de Kolmogorov-Smirnov para evaluar si los puntajes siguen una distribución normal en cada grupo.

En la Tabla 4 se pueden observar los datos obtenidos de la prueba de Mann-Whitney, utilizada para evaluar las diferencias entre los géneros. El valor de p fue mayor a 0.05, lo que indica que no se encontró diferencias significativas entre géneros.

Tabla 3. Resultados de la prueba de normalidad

Grupo	Kolmogorov-Smirnov	Shapiro-Wilk
Hombres	.175 (p = .009)	.952 (p = .141)
Mujeres	.066 (p = .200)	.982 (p = .561)

Nota: Elaboración de los autores con base a los resultados de la EFCA.

Tabla 4. Resultados de la prueba Mann-Whitney

Grupo	N	Rango promedio	Suma de rangos
Hombres	33	42.40	1441.50
Mujeres	56	47.38	2653.50
Total	90	-	-

Nota: Elaboración de los autores con base a los resultados de la EFCA.

La prueba no paramétrica de Mann-Whitney en sus resultados mostraron una U de Mann-Whitney de 846.500, lo que indica la diferencia en la distribución de los puntajes entre los géneros. El W de Wilcoxon fue de 1441.500, sugiriendo que uno de los grupos tiende a tener puntajes más altos. El valor de Z fue de -0.879, con un valor de p asintótico bilateral de 0.379, determinando que no existe diferencias significativas entre hombres y mujeres, ya que este valor es superior a 0.05.

Al analizar los resultados de la prueba de Chi-cuadrado (Tabla 5), se observa un valor de p de 0.000, indicando una asociación significativa entre el género y la clasificación analizada, evidenciando diferencias significativas entre los géneros.

Tabla 5. Resultados de la prueba Chi-cuadrado

Chi-cuadrado	Valor	gl	Sig. (2 caras)
Pearson	67.239	2	.000
Razón de verosimilitud	83.881	2	.000
Asociación lineal por lineal	52.763	1	.000

Nota: Elaboración de los autores con base a los resultados de la EFCA.

Discusión

El comportamiento alimentario, influenciado por factores biológicos, psicológicos, sociales y económicos, contribuye significativamente al desarrollo de patologías relacionadas con la alimentación⁶. De acuerdo con los resultados de una revisión de la literatura para analizar la relación entre género y hábitos alimentarios, se determinó que las mujeres tienden a optar por dietas más saludables, mientras que, los hombres suelen consumir una mayor cantidad de alimentos procesados y omitir comidas¹². Los autores del estudio también enfatizaron que estas diferencias se deben a la influencia de otros factores como el entorno social y las exigencias escolares, lo que subraya la importancia de abordar estas disparidades en las estrategias de intervención para mejorar la salud nutricional de los estudiantes de diversos niveles educativos.

Los resultados de la presente pesquisa, junto con los de otros estudios^{13,14}, permiten comprender la complejidad y diversidad del comportamiento alimentario en distintas poblaciones. En una investigación previa se ha reportado que a nivel general el 43.82% de los universitarios exhiben un comportamiento alimentario bajo, destacando el aspecto comportamental emocional también en

un nivel bajo con un 47.19%, mientras que la hiperfagia mostró una alta prevalencia del 50.56%¹⁴. Estos datos recabados señalan que una proporción significativa de los participantes enfrenta desafíos en la regulación de sus hábitos alimentarios, pudiendo estar vinculado con factores psicosociales y emocionales. En contraste, otros investigadores han revelado que un 59.8% de los 169 sujetos evaluados se ubicaron en la categoría alta para el fenotipo desorganizado, sugiriendo una mayor inestabilidad en el comportamiento alimentario en su muestra¹³. Este fenotipo puede estar asociado con un estilo de vida más caótico o desestructurado, lo que puede tener implicaciones en la salud y el bienestar de las personas. Por otro lado, se ha identificado en otras poblaciones que el fenotipo hedónico fue el más numeroso con un 36%, seguido del fenotipo hiperfágico con un 28%, aunque se demostró la ausencia de participantes en el fenotipo desorganizado¹⁴. Esta discrepancia en los resultados pone de relieve cómo las características demográficas y contextuales pueden influir en los patrones de comportamiento alimentario, sugiriendo que la cultura y el entorno social juegan un papel crucial en las elecciones sobre la alimentación. Así, estos estudios resaltan la necesidad de un enfoque más matizado al estudiar estos fenotipos y al desarrollar intervenciones en salud nutricional que consideren las particularidades de cada población y su contexto. La integración de estos resultados puede ayudar a crear programas más efectivos que aborden las necesidades específicas de los individuos y fomenten hábitos alimentarios más saludables.

El análisis descriptivo por género revela que los hombres ($n = 33$) muestran un 19.1% de comportamiento alimentario bajo, mientras que las mujeres ($n = 56$) alcanzan un 24.72%. En el comportamiento alimentario alto, los hombres tienen un 10.11% y las mujeres un 16.85%. En el ámbito emocional, las mujeres (26.97%) muestran una mayor tendencia hacia el nivel alto que los hombres (6.742%). En hiperfagia, las mujeres destacan con un 29.21% en el nivel alto, frente al 21.35% de los hombres. Por último, en el comportamiento compulsivo, las mujeres tienen un 15.73%, en comparación con el 12.36% de los hombres. Estos resultados subrayan diferencias significativas entre los comportamientos alimentarios y el género, contribución relevante para la generación de mecanismos focalizados de intervención en salud nutricional en personas de etapa universitaria.

En correspondencia a los resultados obtenidos mediante la prueba de Chi-cuadrado, se puede referir que, a pesar de no haberse encontrado diferencias relevantes en los puntajes generales de comportamiento alimentario entre hombres y mujeres, existe una asociación significativa entre el género y los fenotipos alimentarios. En este análisis, las mujeres presentan una mayor prevalencia de comportamientos emocionales y compulsivos en comparación con los hombres. Específicamente, se observa que el 26.97% de las mujeres muestra un comportamiento emocional alto, en contraste con solo un 6.74% de los hombres, lo que sugiere una tendencia más marcada hacia la alimentación emocional en el género femenino.

De acuerdo con los resultados de la prueba de Mann-Whitney, que revelan un valor de Z de -0.879 y un p asintótico de 0.379 , no se encontraron diferencias significativas en los puntajes totales entre hombres y mujeres. Sin embargo, la prueba de Chi-cuadrado señala que las mujeres presentan una mayor prevalencia de hiperfagia (29.21%) en comparación con los hombres (21.35%). Este dato sugiere



que, a pesar de los puntajes similares en la evaluación general, la distribución de los comportamientos alimentarios varía de manera significativa entre géneros.

Por último, de acuerdo con los resultados de las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk, no se observaron diferencias significativas entre los géneros. Sin embargo, la prueba de Chi-cuadrado destaca la importancia del género en la manifestación de ciertos comportamientos alimentarios. Esto resalta la necesidad de diseñar estrategias nutricionales que consideren las diferencias de género, ya que la asociación significativa ($p = 0.000$) entre el género y los fenotipos alimentarios refleja que hombres y mujeres experimentan los comportamientos alimentarios de manera distinta, lo que debe ser tomado en cuenta en las intervenciones en salud.

Los resultados de esta investigación difieren con los obtenidos tras evaluar una población similar que demostró una correlación significativa entre el género y las costumbres alimentarias¹⁵. Otros autores¹⁶ también destacan que esta relación se manifiesta en diferencias significativas en las preferencias alimentarias y el comportamiento emocional durante la ingesta. En este sentido sugieren que las mujeres presentan un mayor vínculo entre sus emociones y sus hábitos alimentarios, mientras que los hombres tienden a ser menos influenciados por este factor. En este tenor en una muestra 223 jóvenes universitarios de la Ciudad de México se han identificado diferencias significativas en los hábitos alimentarios entre hombres y mujeres, donde las mujeres suelen adoptar prácticas más restrictivas, mientras que los hombres muestran un comportamiento más relajado¹⁷.

Por lo general, los adolescentes más jóvenes presentan hábitos alimentarios más saludables; sin embargo, a medida que aumenta la edad, estas conductas tienden a disminuir, lo que afecta la frecuencia de comidas y promueve hábitos poco saludables¹⁸. En este contexto, las mujeres mostraron una mayor preocupación por su imagen corporal, lo que puede llevar a comportamientos emocionales y desorganizados, contribuyendo a la adopción de hábitos menos saludables y, en algunos casos, a la hiperfagia o a la ingesta alimentaria compulsiva por motivos hedónicos.

Aunque este estudio ofrece resultados relevantes sobre la relación entre el género y los fenotipos de comportamiento alimentario, existen algunas consideraciones metodológicas que deben tenerse en cuenta, es decir que, dentro de las limitaciones de este estudio se pueden considerar que su diseño transversal y enfoque en una muestra específica de estudiantes de una sola institución universitaria limitan la posibilidad de hacer generalizaciones amplias; sin embargo, los resultados recabados brindan una base sólida para futuras investigaciones en contextos similares. Del mismo modo, aunque se utilizó un instrumento validado y se aplicaron pruebas estadísticas pertinentes, el tamaño muestral relativamente pequeño podría haber influido en la detección de diferencias más sutiles. Estas observaciones abren oportunidades para que estudios posteriores amplíen la muestra a otras regiones y programas académicos, adopten diseños longitudinales que permitan observar la evolución del comportamiento alimentario, e integren variables contextuales y psicológicas que enriquezcan el análisis. Además, incorporar metodologías mixtas podría aportar una comprensión más profunda de las prácticas alimentarias y sus implicaciones según el género.

Conclusiones

Los resultados de este estudio demuestran que, si bien no se determinaron diferencias significativas en los puntajes generales de comportamiento alimentario entre hombres y mujeres, sí se identificó una asociación significativa entre el género y los fenotipos alimentarios. Las mujeres presentan una mayor prevalencia de comportamientos emocionales y compulsivos, mientras que los hombres muestran una menor tendencia a la alimentación emocional. Asimismo, se observó que la hiperfagia es más frecuente en mujeres, lo que sugiere diferencias en la forma en que cada género experimenta y regula su conducta alimentaria.

Los resultados obtenidos resaltan la importancia de considerar el género en el diseño de estrategias de intervención en salud nutricional, toda vez que las diferencias en los patrones de alimentación pueden estar influenciadas por factores psicosociales y emocionales. En este sentido, se sugiere que futuras investigaciones profundicen en los determinantes de estos comportamientos y su relación con el entorno académico y social, con el fin de desarrollar programas de promoción de hábitos saludables adaptados a las necesidades específicas de cada población.

Conflicto de interés

Los autores declaran que no se presentan conflictos de interés vinculados con la realización de este estudio.

Consideraciones éticas

Este proyecto fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Grupo Mexiquense, con el folio de resolución: CLV.23/011/0-UGCM-2023. Los datos obtenidos fueron resguardados y empleados únicamente con propósitos científicos, omitiendo cualquier información que permitiera identificar a los participantes.

Uso de inteligencia artificial

Los autores declaran que no han utilizado ninguna aplicación, software, páginas web de inteligencia artificial generativa en la redacción del manuscrito, en el diseño de tablas y figuras, ni en el análisis e interpretación de los datos.



Contribución de los autores

Conceptualización: A.E.T.Z.; Curación de datos: J.P.S.D., T.J.B.C.; Análisis formal: A.E.T.Z.; Adquisición de Financiamiento: A.K.P.J., T.J.B.C.; Investigación: J.P.S.D., A.E.T.Z.; Metodología: A.E.T.Z., J.P.S.D.; Administración de proyecto: J.P.S.D.; Recursos: A.K.P.J., T.J.B.C.; Software: T.J.B.C.; Supervisión: J.P.S.D.; Validación: A.E.T.Z.; Visualización: A.E.T.Z., J.P.S.D.; Redacción–Borrador original: A.K.P.J., A.E.T.Z.; Redacción, revisión y edición del manuscrito: A.E.T.Z., J.P.S.D.

Financiamiento

Esta investigación se llevó a cabo sin financiamiento ni respaldo económico de ninguna fuente.

Agradecimientos

Los responsables del estudio expresan su gratitud tanto a los participantes como a la institución que ofreció su apoyo y colaboración para el desarrollo de esta investigación.

Referencias

1. Moguel Ceballos JE, Zarza García AL, Zúñiga Juárez M, Torres Zapata A, Torres Zapata ÁE. Condición nutricional y hábitos de vida en estudiantes universitarios del área de la salud. *Dékau Perú*. 2025;2(2):22-30. <https://doi.org/10.55996/dekape.v2i2.336>
2. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso Datos y cifras; 2025. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. Barquera S, Hernández-Barrera L, Oviedo-Solís C, Rodríguez-Ramírez S, Monterrubio-Flores E, Trejo-Valdivia B, Martínez-Tapia B, Aguilar-Salinas C, Galván-Valencia O, Chávez-Manzanera E, Rivera-Dommarco J, Campos-Nonato I. Obesidad en adultos. *Salud Publica Mex*. 2024; 66:414-424. <https://doi.org/10.21149/15863>
4. Campos-Nonato I, Galván-Valencia Ó, Hernández-Barrera L, Oviedo-Solís C, Barquera S. Prevalencia de obesidad y factores de riesgo asociados en adultos mexicanos: resultados de la ENSANUT 2022. *Salud Publica Mex*. 2023;65: S238–S247. <https://doi.org/10.21149/14809>

5. Sánchez Gómez JM, Betancur Mejía MI, Cardona-Arias JA. Revisión sistemática de evaluaciones económicas en salud para el tratamiento de la obesidad en adultos, 2009-2019. *Rev Panam Salud Publica*. 2020; 44:e158. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2020.158>
6. Cordella P, Costa-Cordella S, Lecumberri M, Cozzi A, Arévalo-Romero C. Coaching para el tratamiento de la obesidad y sobrepeso: una revisión sistemática. *Rev Med Chil*. 2021;149(11):1594–605. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872021001101594>
7. Anger VE, Panzitta MT, Kalfaian L, Pees Labory J, Genovesi S, Gamberale MC, Mayer MA. Fenotipos de comportamiento alimentario y emociones como predictores de ganancia de peso durante el confinamiento por Covid-19. *Actual Nutr*. 2021;22(1):9–15. <https://doi.org/10.48061/SAN.2021.22.1.9>
8. Canals J, Arijá-Val V. Factores de riesgo y estrategias de prevención en los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutr Hosp*. 2022;39(Spe2):16–26. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04174>
9. Torres Zapata ÁE, Estrada Reyes CU, Pérez Jaimes AK, Brito Cruz TJ. Emotional Intelligence and Academic Performance in Students of the Bachelor of Nutrition. *J High Educ Theory Pract*. 2023;23(18). <https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i18.6632>
10. Koning E, Vorstman J, McIntyre RS, Brietzke E. Characterizing eating behavioral phenotypes in mood disorders: a narrative review. *Psychol Med*. 2022;52(14):2885–98. <https://doi.org/10.1017/S0033291722002446>
11. Anger VE, Formoso J, Katz MT. Escala de Fenotipos de Comportamiento Alimentario (EFCA), análisis factorial confirmatorio y propiedades psicométricas. *Nutr Hosp*. 2022;39(2):405–10. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03849>
12. Maza Avila FJ, Caneda-Bermejo MC, Vivas-Castillo AC. Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. *Psicogente*. 2022;25(47):110–40. <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4861>
13. Mera R, Villavicencio M. Relación entre los fenotipos del comportamiento alimentario y los trastornos de la conducta alimentaria en usuarios de gimnasios de Cuenca durante enero – junio 2023 [tesis de maestría]. Universidad de las Américas; 2023. Disponible en: <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/15568>
14. Basantes Tituaña CR, Carrasco Guerra ML. Valoración del estado nutricional y su relación con la actividad física, en estudiantes de medicina en el período 2023 [tesis de maestría]. Universidad de las Américas; 2023. Disponible en: <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14736>

15. Brito Cruz TJ, Torres Zapata ÁE, Acuña Lara JP, Castillo Ortega SE, Zarza-García AL. Alimentación y rendimiento académico: Un estudio en universitarios estudiantes de nutrición. *Dilemas Contemp Educ Política Valores*. 2025;12(3). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i3.4647>
16. Pérez Marín A, Torres ÁE, Zarza García AL, Villanueva Echavarría JR, Brito Cruz TJ, Moguel Ceballos JE. Estado nutricional y salud digestiva: una exploración en estudiantes universitarios de nutrición. *CiNTEB Cienc Nutr Ter Bioét*. 2025;4(9):7–14. <https://doi.org/10.71598/cinteb.v4i9.3434>
17. Lozano Marroquín C, Calvo Díaz G, Armenta Hurtarte C, Pardo R. La influencia de los grupos sociales en la alimentación de estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*. 2021;11(1):1–21. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.346>
18. Horovitz Ö. A Theory of Food Exploration with Gender Differences: Childhood Eating Habits and Implicit Food Attitudes. *Nutrients*. 2024;16(19):3373. <https://doi.org/10.3390/nu16193373>