



# PSICOLOGÍA

**Trabajo de titulación previo a la  
obtención del título de  
Licenciado en Psicología.**

**AUTOR:** David Alejandro  
Flores Garzón

**TUTOR:** Mgtr. Daniel  
Trujillo Agudelo

Trastornos alimenticios y/o de imagen en deportistas de alto  
rendimiento

## Resumen

El interés por el deporte y mantener una buena alimentación ha ido creciendo en los últimos años, esto debido a que en las redes sociales se ha venido promoviendo un estilo de vida fitness. En este sentido, las plataformas digitales poseen una gran influencia en las personas y especialmente en los jóvenes, que buscan conseguir cuerpos perfectos con la finalidad de encajar en los cánones de belleza establecidos; sin embargo, esta situación puede llevar a que las personas desarrollen trastornos alimenticios y/o de imagen. En este contexto, los deportistas de alto rendimiento son un grupo especial de la población, ya que buscan mantener dietas y entrenamientos estrictos con la finalidad de mantener un óptimo rendimiento deportivo en su disciplina, lo que podría generar un riesgo de desarrollar los trastornos mencionados. Por tal motivo, este estudio busca analizar si los deportistas de alto rendimiento son un grupo de riesgo para presentar trastornos alimenticios y/o de imagen. En la presente investigación participaron 18 deportistas que pertenecen a distintas disciplinas, a los cuales se les empleó el instrumento “Imagen”, a fin de evaluar la insatisfacción de la imagen corporal en sus tres componentes. Los resultados obtenidos muestran que los deportistas de alto rendimiento presentan un alto riesgo de contraer trastornos alimenticios y/o de imagen, considerando que 14 participantes poseen una insatisfacción corporal que va de moderado a severo, y solo 4 participantes presentan una insatisfacción mínima.

**Palabras clave:** Trastornos alimenticios, trastornos de imagen, deportistas de alto rendimiento.

## **Abstract**

Interest in sports and maintaining a good diet has been growing in recent years, because a fitness lifestyle has been promoted on social networks. In this sense, digital platforms have a great influence on people and especially on young people, who seek perfect bodies in order to fit into the established beauty canons; however, this situation can lead people to develop eating and/or image disorders. In this context, high-performance athletes are a special group of the population, since they seek to maintain strict diets and training in order to maintain optimal sports performance in their discipline, which could generate a risk of developing the aforementioned disorders. For this reason, this study seeks to analyze whether high-performance athletes are a risk group for eating and/or image disorders. In the present investigation, 18 athletes belonging to different disciplines participated, who used the "Image" instrument, in order to evaluate the dissatisfaction of body image in its three components. The results obtained show that high-performance athletes have a high risk of eating and/or image disorders, considering that 14 participants have moderate to severe body dissatisfaction, and only 4 participants have minimal dissatisfaction.

**Keywords:** Eating disorders, image disorders, high performance athletes