

DOI: <https://doi.org/10.20453/rnp.v89i3.7431>

Acoso escolar y conductas alimentarias de riesgo en adolescentes: reflexiones a partir de un estudio reciente en Lima Metropolitana y Callao

School bullying and risky eating behaviors among adolescents: reflections based on a recent study in Metropolitan Lima and Callao

Gaudi Lucero Jara Chacaltana^{1, a} 

Señores editores:

Tras leer con interés el artículo de Padilla y Robles (1), es notable mencionar que constituye un valioso aporte para comprender el vínculo entre el acoso escolar (AE) y las conductas alimentarias de riesgo (CAR) en adolescentes de Lima Metropolitana y Callao. Los resultados sobre la relación entre estas dos variables indican que los adolescentes víctimas de AE presentan más probabilidades de desarrollar CAR, lo que demuestra la necesidad de analizar a mayor detalle su impacto en la salud mental y conductual de los adolescentes.

Al revisar diversas fuentes teóricas, se encuentran dos conceptos principales que permiten comprender mejor la relación hallada entre AE y CAR. El primero es la «teoría de la necesidad de pertenencia», la cual propone que la exclusión social afecta el bienestar psicológico y favorece la aparición de conductas desadaptativas dañinas para el individuo, las cuales obedecen a un mecanismo de respuesta para ser aceptado (2). Esto cobra mayor importancia en la adolescencia, donde el sujeto busca aceptarse a sí mismo y se encuentra más vulnerable a las opiniones externas.

La diferencia entre la necesidad de pertenecer y el sentimiento real de pertenencia permite comprender cómo la percepción personal de ser excluido o no sentirse valorado por la sociedad puede provocar reacciones emocionales y cognitivas que hacen que el individuo esté más propenso a manifestar conductas riesgosas (2).

Por otro lado, el segundo concepto es la «desregulación emocional», definida como la dificultad para controlar emociones intensas, lo que puede derivar en el uso de la ingesta de comida como una forma de lidiar con el malestar emocional (3). La necesidad de aceptación social, junto con el estado emocional vulnerable,

Citar como:

Jara GL. Acoso escolar y conductas alimentarias de riesgo en adolescentes: reflexiones a partir de un estudio reciente en Lima Metropolitana y Callao. *Rev Neuropsiquiatr.* 2026; 89(3): 369-370. DOI: 10.20453/rnp.v89i3.7431

Recibido: 07-12-2025

Aceptado: 14-08-2026

En línea: 30-09-2026

Correspondencia:

Lucero Jara Chacaltana

✉ gaudi.jara@upsjb.edu.pe



Artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

© La autora

¹ Universidad Privada San Juan Bautista. Ica, Perú.

^a Estudiante de Medicina Humana.

ofrece explicaciones complementarias que enriquecen la comprensión del fenómeno observado entre AE y CAR.

Otro hallazgo relevante en el artículo es la identificación de subgrupos vulnerables. Los resultados mostraron que hay mayores probabilidades de padecer CAR en mujeres y adolescentes de 15 a 17 años (1). Estos resultados son de gran utilidad y deberían guiar a la creación de medidas de abordaje específicas que tengan en cuenta presiones socioculturales, estereotipos, roles de género y la frecuente crítica hacia el físico en adolescentes mujeres, entre otros.

No obstante, existen algunas limitaciones metodológicas en dicho estudio. Entre ellas, la variable CAR se evaluó solo con dos opciones, lo que dificulta comprender el amplio espectro de presentación que presentan estas conductas en adolescentes. Tampoco se tomaron en cuenta aspectos importantes de esa variable como la frecuencia, la intensidad, los patrones, la pérdida de control sobre la alimentación, entre otros (4). Esta limitación reduce la sensibilidad del estudio, ya que simplifica una de las dos variables más importantes al perder la capacidad de identificar con mayor detalle los distintos niveles de riesgo, además de dificultar la comprensión de cómo varía la relación entre la exposición al AE y las CAR.

Asimismo, al tratarse de un estudio transversal, también existen limitaciones respecto al establecimiento de relaciones causales. Por ello, se recomienda complementar el abordaje de este tema con investigaciones longitudinales para una mejor explicación de los mecanismos de intersección entre AE y CAR en adolescentes. Por ejemplo, artículos internacionales han mostrado asociaciones diferenciales entre los tipos de *bullying*, ya sea verbal o físico, y el efecto que tienen en las conductas alimentarias (4). Esto refuerza la necesidad de analizar a mayor detalle este fenómeno para comprender otras posibles vías causales.

Se debe señalar que el estudio no tomó en cuenta factores protectores, como el apoyo familiar y escolar, ni el efecto que podrían tener como variable interviniente en la relación entre AE y CAR. Estudios recientes demostraron que el apoyo familiar y de pares pueden atenuar los efectos alimentarios y psicológicos en adolescentes (5). Agregar este tipo de variables al estudio permitiría identificar una mayor cantidad de subgrupos vulnerables y diseñar estrategias de intervención específicas para ellos.

Los resultados del estudio y la complementación con otros son evidencia suficiente de que se requieren implementar programas escolares integrales con un enfoque en educación socioemocional, que abarquen temas como la prevención del acoso estudiantil, la promoción de ambientes respetuosos, el fomento de la empatía en los estudiantes y la creación de un vínculo de confianza en el adolescente con su familia (5). Esto con el fin de fortalecer las habilidades de regulación emocional para disminuir la susceptibilidad del adolescente a ser víctima de AE. De igual forma, se deberían establecer protocolos para aquellos que ya son víctimas, con el propósito de evitar el desarrollo de las CAR.

En conclusión, el estudio de Padilla y Robles (1) hace notoria la urgencia de considerar el acoso escolar como una variable causal crítica en la aparición de conductas alimentarias de riesgo. Abordar este problema desde una perspectiva multidisciplinaria y preventiva contribuirá a mejorar la salud mental de los adolescentes y a promover entornos educativos más seguros e inclusivos.

REFERENCIAS

1. Padilla MC, Robles YI. Asociación entre acoso escolar y conductas alimentarias de riesgo en población adolescente de Lima Metropolitana y Callao. *Rev Neuropsiquiatr.* 2025;88(2):116-29. doi:10.20453/rnp.v88i2.6033
2. Pardede S, Kovač VB. Distinguishing the need to belong and sense of belongingness: the relation between need to belong and personal appraisals under two different belongingness-conditions. *Eur J Invest Health Psychol Educ.* 2023;13(2):331-44. doi:10.3390/ejihpe13020025
3. Zhou R, Zhang L, Liu Z, et al. Emotion regulation difficulties and disordered eating in adolescents and young adults: a meta-analysis. *J Eat Disord.* 2025;13(1):25. doi:10.1186/s40337-025-01197-y
4. Oliveira P, Silva MA, Oliveira WA, et al. Associations between bullying and risk for eating disorders in adolescents. *Rev Bras Enferm.* 2023;76(5):e20220643. doi:10.1590/0034-7167-2022-0643
5. Darling KE, West C, Jelalian E, et al. The buffering effect of family support on the association between weight-based teasing and adolescent weight management outcomes. *J Fam Psychol.* 2023;37(6):942-6. doi:10.1037/fam0001084