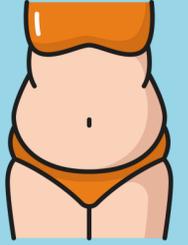


# LA RELACIÓN ENTRE ACTITUD HACIA LA INGESTA, INSATISFACCIÓN CORPORAL Y AUTOESTIMA EN ADULTOS JÓVENES CON SOBREPESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO Y ÁREA METROPOLITANA

Victoria Buzali, Georgette Abdo, Karla Paola Armendáriz, Paulina Malja y María Molina



## ANTECEDENTES

- El sobrepeso es una condición en la cual una persona cuenta con un peso corporal que se encuentra dentro de un rango superior de lo que es considerado saludable para su estatura, edad y sexo. (OMS, 2022).
- En México, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2020-2021), el 75.2% de los adultos mexicanos presentan sobrepeso u obesidad, de los cuales, el 39.1% tiene sobrepeso y el 36.1% padece obesidad (SSA, 2021).
- Favorecidos por la estigmatización social, aunque varían de persona a persona, los efectos emocionales secundarios más comunes de la obesidad son la baja autoestima, la falta de habilidades sociales, la visión distorsionada del cuerpo, la depresión, los pensamientos suicidas, y el autocastigo (Puhl et al., 2013).
- La insatisfacción corporal en personas con sobrepeso crece porque se interioriza la delgadez como sinónimo de éxito social y no se ajustan a este estándar.
- La relación entre emociones e ingesta alimentaria es bidireccional, ya que tanto los estados de ánimo propician una alteración en la conducta alimentaria como la ingesta puede modificar las emociones y estados de ánimo. Es decir, una emoción puede producir la desinhibición o restricción alimenticia, mientras que el alimento, una vez consumido, tiene un efecto de modulación sobre los estados afectivos. (Silvia, J. 2007).

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El aumento de casos en sobrepeso ha despertado el interés tanto de la población como en los profesionales de la salud mental, ya que este padecimiento contiene un impacto mayor tanto en el autoestima como en la autopercepción de los individuos. Los estigmas ante el sobrepeso suelen ser erróneos, pensando que únicamente se da ante malos hábitos alimenticios, cuando existen otras variables que lo determinan. Según la encuesta nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) en México adultos de 20 años y más el 39.1% padece sobrepeso, por lo que es necesario conocer las principales variables que entran en juego en este problema.



## PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Existe una relación entre el nivel de autoestima, la actitud hacia la ingesta y la insatisfacción corporal en adultos jóvenes con sobrepeso?

## OBJETIVO GENERAL

Analizar la relación que existe entre la autoestima, la insatisfacción corporal y la actitud hacia la ingesta en adultos jóvenes con sobrepeso.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar las diferencias que existen entre hombres y mujeres con sobrepeso, con respecto a los hábitos alimenticios.
- Analizar las diferencias que existen entre hombres y mujeres con sobrepeso, con respecto a la insatisfacción corporal.
- Analizar las diferencias que existen entre hombres y mujeres con sobrepeso, con respecto al nivel de autoestima.



## JUSTIFICACIÓN

México es uno de los países con mayor índice de sobrepeso. Por lo tanto, conocer los aspectos psicológicos y emocionales permitiría abordar esta problemática desde el área de la salud mental, así como prevenir las consecuencias asociadas al sobrepeso, incluyendo aquellas que afectan de manera negativa a la autoestima y la autopercepción.



## HIPÓTESIS GENERALES

Ho: Existe una relación estadísticamente significativa entre la actitud hacia la ingesta y la insatisfacción corporal en adultos jóvenes con sobrepeso de la Ciudad de México y área metropolitana.

Ho: Existe una relación estadísticamente significativa entre la insatisfacción corporal y la autoestima en adultos jóvenes con sobrepeso en la Ciudad de México y área metropolitana.

Ho: Existe una relación estadísticamente significativa entre la actitud hacia la ingesta y la autoestima en adultos jóvenes con sobrepeso en la Ciudad de México y área metropolitana.

## HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

Existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres con sobrepeso, con respecto a la actitud hacia la ingesta.

Existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres con sobrepeso, con respecto a su insatisfacción corporal.

Existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres con sobrepeso, con respecto al nivel de autoestima.



## CONSIDERACIONES ÉTICAS

- Confidencialidad y privacidad: Garantizar que los datos personales de los participantes se mantengan confidenciales y protegidos.
- Consentimiento informado: Todos los participantes deben otorgar su consentimiento informado antes de participar en el estudio.
- Protección de bienestar: Es importante minimizar cualquier posible malestar emocional que los participantes puedan experimentar.
- Equidad en la selección de participantes: Garantizar que la muestra de participantes sea representativa y diversa en términos de características demográficas como género, edad, etnia y nivel socioeconómico.
- Transparencia de resultados: Los investigadores deben presentar los resultados de manera objetiva y transparente.
- Beneficios potenciales y aplicaciones prácticas: Es importante considerar cómo los hallazgos del estudio pueden beneficiar a la sociedad.



## REFERENCIAS

- Balsa M. P (2014). Actitud hacia la Ingesta, peso corporal y funcionamiento familiar. Disertación doctoral no publicada. Universidad de las Américas, A.C.: México
- Lantz, E. L., Gaspar, M. E., DiTore, R., Piers, A. D., Schaumberg, K. (2018). Conceptualizing body dissatisfaction in eating disorders within a self-discrepancy framework: a review of evidence. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia*, 23(3). <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0483-4>.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Obesity and overweight. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Puhl, R. M., Luedicke, J., & Heuer, C. A. (2013). The Stigmatizing Effect of Visual Media Portrayals of Obese Persons on Public Attitudes: Does Race or Gender Matter? *Journal of Health Communication*, 18(7), 805–826. doi:10.1080/10810730.2012.757393
- Rosenberg M. Society and the adolescent selfimage. Princeton: Princeton University Press; 1965.
- Secretaría de Salud (SSA). (2021). Resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2020-2021 (ENSANUT MC 2020-2021). <http://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2020/descargas.php>
- Silva J. Sobrealimentación inducida por la ansiedad, parte I: evidencia conductual, afectiva, metabólica y endocrina. *Ter. Psic.*, 2007; 25 (2): 141-154.

## PARTICIPANTES

Adultos con sobrepeso de 18 a 30 años residentes en la Ciudad de México y área metropolitana

### Criterios de inclusión:

Personas con un rango de edad de 18 a 30 años  
Personas que cuenten con un IMC que se ubique dentro del rango correspondiente al sobrepeso.  
Personas que vivan en la Ciudad de México o área metropolitana

### Criterios de exclusión:

Personas fuera del rango de edad o que residan fuera de CDMX y área metropolitana.  
Personas que cuenten actualmente con un IMC fuera del rango de sobrepeso.

### Criterios de eliminación:

Personas que abandonen la escala sin terminarla o que no contesten a la mayoría de los reactivos.  
Personas que hayan respondido la escala de manera aleatoria.



## TIPO DE ENFOQUE, DISEÑO Y ESTUDIO

**Tipo de enfoque:** Cuantitativo.

**Tipo de diseño:** No experimental.

**Tipo de estudio:** Correlacional



## TIPO DE MUESTREO

No probabilístico por conveniencia

## DEFINICIONES CONCEPTUALES

### Actitud hacia la Ingesta:

Tendencia a ingerir alimentos, inducida por determinadas situaciones emotivas o afectivas, que han sido aprendidas a través de experiencias propias o adquiridas en el círculo sociocultural significativo (Balsa, 2014).

### Insatisfacción Corporal:

Es una evaluación subjetiva y negativa de la propia forma del cuerpo y la creencia de que no se es atractivo para los demás (Lantz et al., 2018).

### Autoestima:

Sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características (Rosenberg, 1965).



## DEFINICIONES OPERACIONALES

### Actitud hacia la ingesta

Escala de Actitud hacia la Ingesta (EAHI) elaborada por Balsa (2014), conformada por 28 reactivos tipo likert, que en conjunto evalúan seis factores en relación con el acto de comer: la evasión emocional, la premiación, la impulsividad, la autoindulgencia, la baja tolerancia a la frustración y la autocompasión (Balsa, 2016).

### Insatisfacción corporal

Instrumento para la percepción corporal Body Shape Questionnaire (BSQ). Consta de 20 ítems mediante una escala de frecuencia de seis puntos ((1= Nunca, 2= Raramente, 3= A veces, 4= A menudo, 5= Muy a menudo, 6= Siempre). El cuestionario evalúa la presencia de preocupación e insatisfacción con la imagen corporal. Fue creado y validado en población inglesa con trastornos del comportamiento alimentario y en estudiantes por Cooper et al. (1987). Posteriormente se validó en población mexicana con mujeres adolescentes, obteniendo un alpha de Cronbach de .98, lo que indica un excelente grado de consistencia interna para el BSQ (Vázquez-Arévalo, et al., 2011).

### Autoestima

Escala de Rosenberg (1965) validada por Jurado Cárdenas et al. (2015). Consta de 10 reactivos en formato Likert (4) van desde muy en desacuerdo a muy de acuerdo. Se trata de una escala bifactorial con un Alfa de Cronbach igual a .79.

## PROCEDIMIENTO

Se elaborará un google forms con el fin de recabar los datos correspondientes a las variables de interés y algunos datos socio-demográficos, posteriormente se compartirá a través de redes sociales con el objetivo de invitar a personas que están dispuestas a participar en el estudio. Se tomarán en cuenta las consideraciones éticas necesarias. Una vez recabados los datos se llevarán a cabo los análisis estadísticos por medio del paquete estadísticos SPSS versión 29.

## ANÁLISIS ESTADÍSTICOS

Para responder a los objetivos de esta investigación se va a llevar a cabo una prueba de correlación de Pearson con el objetivo de analizar si existe una relación entre las variables (previa verificación de la normalidad de la distribución). Para comparar grupos se llevaran a cabo pruebas T de Student (previa verificación de la normalidad de la distribución). Adicionalmente se realizarán análisis descriptivos para conocer las características socio-demográficas de la muestra.