

CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN PARA EL DESARROLLO DE MÉXICO

Dr. Héctor Nolasco Soria, Director General y Editor

La Paz, B.C.S, a 13 de marzo de 2011

Factores de riesgo para el desarrollo de trastornos alimentarios y obesidad en escolares mexicanos



Gómez-Peresmitré Gilda, León Hernández Rodrigo y Platas Acevedo Silvia

UNAM, Facultad de Psicología
gildag@servidor.unam.mx



Resumen

La detección de factores de riesgo que intervienen en los trastornos alimentarios y su relación con variables inductoras de obesidad, en hombres y mujeres de población escolar, fueron los objetivos de esta investigación. Se encontraron porcentajes preocupantes en los factores de riesgo asociados con imagen corporal (interiorización del ideal delgado, insatisfacción y alteración con la imagen corporal), actitud negativa hacia la obesidad y conducta alimentaria anormal, es decir, dieta restringida/atracón, ampliamente documentados como precursores de la obesidad.

Palabras clave: Obesidad, trastornos alimentarios, factores de riesgo.

Abstract

The objectives of this research were the detection of risk factors in eating disorders and their relationship with inductive variables of obesity in men and women of school population. We found troublesome rates of risk factors associated with body image (internalization of thin ideal, dissatisfaction and distortion of body image), negative attitude to obesity, and anomalous eating behavior, i. e., restrictive dieting/binge eating, widely documented as obesity precursors.

Key words: Obesity, eating-disorders, risk-factors.

Area temática: Área 3. Medicina y Ciencias de la Salud.

Problemática

La investigación se enfoca, principalmente, en el conocimiento y manejo de los factores psicológicos y psicosociales de riesgo que intervienen negativamente en la salud y que preceden la patología relacionada con la alimentación. Sabemos que en México enfrentamos problemas graves de salud, la obesidad y los trastornos alimentarios que representan los dos extremos patológicos (obesidad/anorexia nerviosa) de un mismo continuo relacionados con la ingesta alimentaria. Estos se vuelven crónico degenerativos asumiendo características de epidemia; mostrando altos índices de comorbilidad física y psicológica, es decir dan lugar a que se desarrollen otras enfermedades, implicando un alto costo social, individual y familiar.

Encuestas recientes reportan que el 26% de la población mexicana tiene obesidad y más de la mitad (52%) sobrepeso y como si esto fuera poco, nuestros niños ocupan el primer lugar a nivel mundial de obesidad. El riesgo es inminente ya que la obesidad infantil es un factor predisponente para obesidad en la edad adulta.

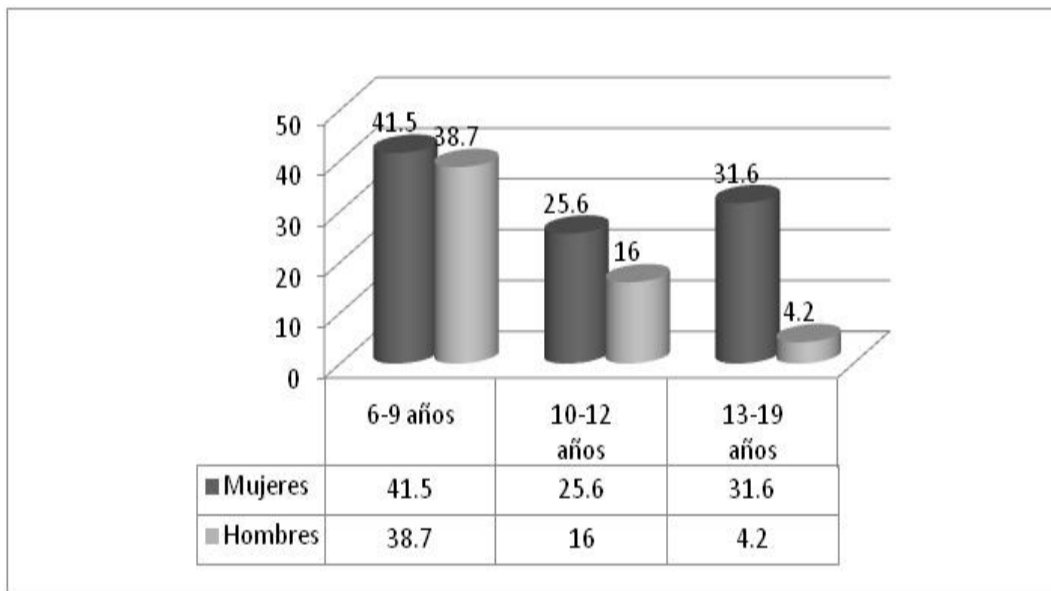


Fig. 1. Alteración de la imagen corporal por grupo de edad y por género.

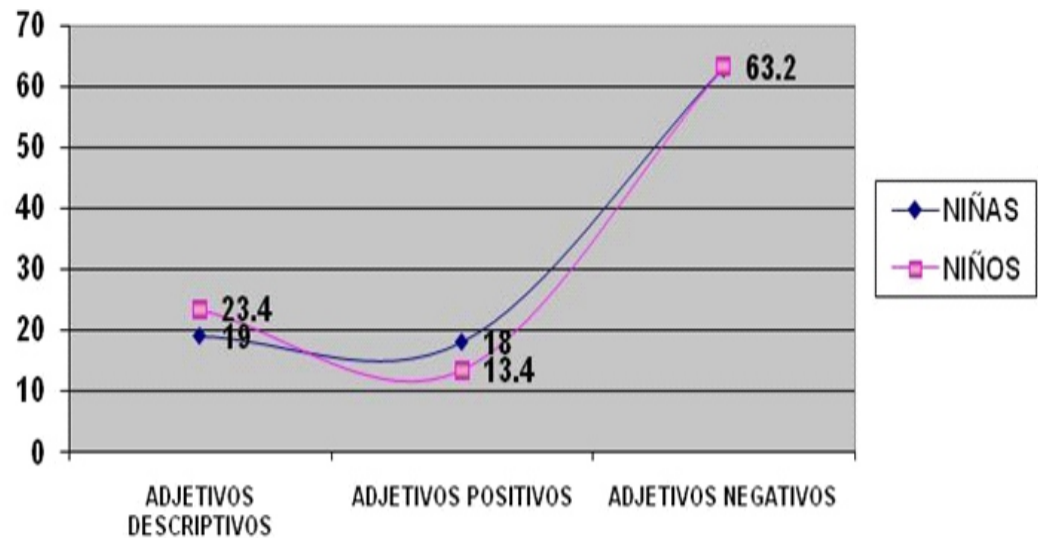
Usuarios

Este estudio está dirigido a la promoción de la salud de la población escolarizada, por lo tanto a la Secretaría de Educación Pública Federal, las Secretarías de Educación Pública de los Estados, los directivos de escuelas públicas y privadas, padres de familia, alumnos y sociedad en general, con el propósito de desarrollar e instrumentar Programas de Promoción de la Salud y de Prevención de la obesidad, y de factores relacionados con trastornos de la alimentación e íntimamente relacionados con la obesidad.

Proyecto

Con base en estudios anteriores, se puede afirmar que la detección temprana de factores de riesgo asociados con patologías alimentarias es de suma importancia para contrarrestar dichos padecimientos. Por tal motivo, los objetivos del presente estudio fueron: 1) documentar el comportamiento de factores de riesgo en trastornos de la alimentación e íntimamente asociados con obesidad en muestras de pre-púberes, púberes y adolescentes del D.F., y 2) Describir el comportamiento de dichas variables por grupo de edad y por género. Entre los factores de riesgo para el desarrollo de los trastornos alimentarios ampliamente documentados como precursores de la obesidad se encuentran: deseo de una figura ideal delgada, insatisfacción con la imagen corporal, alteración de la imagen corporal (sobre-estimación/subestimación), actitud negativa hacia la obesidad, dieta restringida que como contra-respuesta, se desinhibe la conducta alimentaria produciéndose atracón.

El tipo de investigación fue de campo, transversal y descriptivo con un diseño de tres muestras con observaciones independientes. La muestra total no probabilística estuvo formada por N=8,673 hombres y mujeres estudiantes del D.F distribuidos en tres grupos de edad: Grupo 1 con 479 pre púberes (6-9 años); Grupo 2 con 2,694 púberes (10-12 años) y Grupo 3 con 5,500 adolescentes (13-19 años). Se utilizó un cuestionario de Alimentación y Salud con valores psicométricos (confiabilidad y validez) adecuados. Los instrumentos se aplicaron grupalmente en los salones de clase. Se cumplió con los requerimientos establecidos por el Código Ético de la Sociedad Mexicana de Psicología.



Entre los resultados más importantes se encuentran los relacionados con imagen corporal:

1. Interiorización del ideal delgado, que refleja el impacto de la cultura de la delgadez, se presenta desde etapas tempranas de la vida. En las mujeres, casi la mitad (49%) del grupo de 6 a 9 años elige figuras muy delgadas como ideal. Esta respuesta se incrementa con la edad, las adolescentes alcanzan hasta un 77%. En las muestras de hombres se observó que a menor edad, mayor porcentaje de elección de figura ideal delgada.

2. El estereotipo de delgadez extrema como ideal, produce insatisfacción corporal y alteración en la propia imagen. Los datos mostraron que la mitad de la muestra de mujeres adolescentes está insatisfecha con su imagen (50%) y que querían estar más delgadas (independientemente de su peso); el mismo deseo manifestaron las púberes (41%) y las prepúberes (42%). En el grupo de hombres llamó la atención que éstos reportaran insatisfacción debido a que deseaban una figura más gruesa (atlética) sin grasa; púberes 35% y adolescentes 40%; el grupo de los más pequeños, respondió en un 50% que quería estar más delgado (se encontró que en esta edad todavía no se establece diferencia con la respuesta femenina).

3. Con respecto a alteración de la imagen corporal se detectó que en el grupo de edad más temprana, tanto hombres (39%) como mujeres (41%), no estiman adecuadamente el tamaño de su cuerpo (ver figura 1), la alteración se presenta auto-percibiéndose más gruesas (sobreestimación) y también, más delgadas de lo que son (subestimación).

4. La actitud hacia la obesidad se clasificó en tres categorías tomando en cuenta las respuestas que los niño(a)s dieron para completar la frase incompleta: "una niña gorda es...". Las categorías se clasificaron como: a) descriptivos, b) positivos y c) negativos. La figura 2 muestra los adjetivos negativos, que alcanzaron el porcentaje más alto (63%) con los que los niños y las niñas calificaron a una niña gorda (asquerosa, tonta, burra y prieta); se puede observar que los porcentajes menores se presentaron en los calificativos positivos (feliz, fuerte, divertido) para ambos sexos. Los descriptivos (actitud neutral) fueron dados con un 23% por los niños y con un 19% por las niñas.

5. Con respecto a restringir la ingesta alimentaria con propósito de perder peso (dieta restringida), se observa en la figura 3 que la mitad y un poco más de la mitad de las chicas de los tres grupos de edad reportan haber realizado esta conducta. Entre los hombres fue el grupo de prepúberes en el que se detectó el porcentaje más alto (50%) de dieta, y ésta disminuye en los grupos de más edad, púberes y adolescentes (25% y 34% respectivamente)..

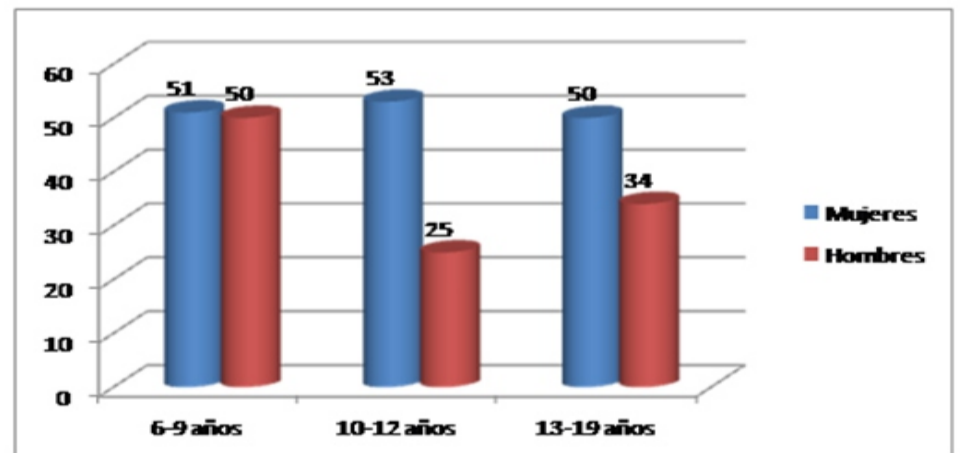


Fig. 3. Dieta restringida por grupo de edad y por género.

Impacto socioeconómico

La detección de factores de riesgo asociados con obesidad y trastornos alimentarios contribuye al mejor entendimiento de dichos padecimientos y permite la instrumentación de programas de prevención, de tal manera que es posible disminuir e idealmente eliminar la prevalencia e incidencia (casos existentes y aparición de nuevos casos respectivamente) de los factores de riesgo y con esto la de las patologías. Así, el impacto a nivel socioeconómico puede entenderse si en lugar del costo implicado en el tratamiento largo de la obesidad (recuérdese que las enfermedades crónico degenerativas no se curan sólo se controlan, de aquí que se lleve mucho tiempo su tratamiento) que se complica con diabetes y enfermedades cardiovasculares (por hablar de las más comunes) se desarrollan programas preventivos en las escuelas y se ataca directamente la obesidad en los niños, ya que existe un 80% de probabilidad que los niños obesos de hoy sean los adultos obesos del mañana.