

COMPARACIÓN ENTRE LA PERCEPCIÓN Y ESTIMACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL CON EL ESTADO NUTRICIONAL REAL DE ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE 4.º Y 5.º GRADOS DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE PACHACÁMAC, LIMA-PERÚ

Carolina Lee Li¹, Astrid Wrobel Koenig¹ y Macarena Salinas Valle¹

RESUMEN

En el Perú, el sobrepeso y la obesidad son problemas de salud pública que coexisten con otros tipos de malnutrición por deficiencia. La errónea percepción de que la imagen o tamaño corporal influye o se relaciona directamente con el estado nutricional de las personas, genera la subestimación o sobrestimación del peso corporal real. El objetivo del presente estudio es comparar la percepción y estimación de la imagen corporal con el estado nutricional real en la población adolescente de 4.º y 5.º grados de secundaria de una institución educativa del distrito de Pachacámac. El estudio es transversal descriptivo y se realizó mediante una encuesta sobre la percepción de la imagen corporal, así como una evaluación del estado nutricional real en 124 estudiantes de la población mencionada. Como resultado, se obtuvo que, del total de la población (124 alumnos), un 6% se percibió con bajo peso; un 22%, con un peso normal; un 55%, con sobrepeso, y 18%, con obesidad. El diagnóstico real informa que ninguno tiene bajo peso; el 60% tiene un peso normal; el 31% presenta sobrepeso y el 8% sufre obesidad. Además, un 46% de la población acertó con su peso real; un 43,5% lo sobreestimó y un 10,5% lo subestimó. Así, el 46% de los alumnos acertaron en su diagnóstico real y el 54% no acertó. En conclusión, existe una tendencia a la sobrestimación por parte de los

estudiantes varones del 4.º y 5.º grados de secundaria, mientras que en las estudiantes mujeres hay una tendencia a la estimación correcta. Asimismo, existe un porcentaje importante de sobrepeso y obesidad en dicha institución educativa.

Palabras clave: percepción, imagen corporal, estado nutricional, sobrestimación, subestimación

I. INTRODUCCIÓN

El sobrepeso y la obesidad son considerados problemas de salud pública que afectan tanto a los países desarrollados como a los países en vía de desarrollo (1, 2). La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera que la obesidad es una epidemia de enfermedad crónica no transmisible que inicia a tempranas edades y cuyo origen es multicausal (1, 2, 3). En el Perú, el estado nutricional de la población ha experimentado un cambio gradual, pues coexisten diferentes formas de malnutrición como la desnutrición crónica, el sobrepeso y la obesidad en los niños (2, 4, 5). Estos últimos problemas han aumentado en forma progresiva debido a los cambios en la dieta y los estilos de vida, producto de la urbanización y el desarrollo económico (2, 6).

Según la ENDES 2015, el 35,5% de personas de 15 y más años de edad sufre sobrepeso (35,8% de mujeres y 35,2%

¹ ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD, UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR. LIMA, PERÚ.

de hombres son afectados) y el 17,8% padece obesidad (22,4% de mujeres y 13,3% de hombres son afectados). Por región natural, el porcentaje de personas de este grupo de edad con sobrepeso es mayor en la Costa, con 38,9%, seguida por la Selva, con 32,2%, y la Sierra, con 31,6% (7, 8).

Diversos estudios, en su afán por determinar los factores que llevan al desarrollo de esta patología pandémica, han logrado descifrar, entre muchos otros factores, la errónea percepción de que la imagen o el tamaño corporal influyen o se relacionan directamente con el estado nutricional de las personas, pues se tiende a la subestimación o sobrestimación del peso corporal real (9, 10).

Subestimar el peso corporal es darle menor valor del que verdaderamente tiene o le corresponde, y sobreestimar el peso corporal es darle mayor valor del que verdaderamente le corresponde. La imagen corporal es la representación del cuerpo que cada persona construye en su mente; dicha imagen está compuesta por ciertas variables como los aspectos perceptivos, cognitivos-afectivos y conductuales (10). Asimismo, la percepción se va construyendo evolutivamente con el paso del tiempo. De este modo, en la etapa de la adolescencia, el cuerpo simboliza una fuente de identidad, auto-concepto y autoestima. Esta etapa de la vida se caracteriza por la introspección y el autoescrutinio de la comparación social, así como la conciencia de la propia imagen física y del desenvolvimiento social, que en efecto pueden dar lugar a una mayor o menor insatisfacción con el cuerpo (10, 11).

Por tanto, el estudio pretende comparar la percepción y estimación de la imagen corporal con el estado nutricional real

de una población adolescente de 4.º y 5.º grados de secundaria del colegio parroquial San Salvador, en el distrito de Pachacámac (Lima, Perú).

II. MATERIALES Y MÉTODOS

El diseño que se utilizó para el presente estudio fue transversal descriptivo. La población utilizada corresponde a los alumnos de 4.º y 5.º grados de secundaria de la I. E. A. C. San Salvador, en Lima. La muestra total fue de 124 individuos (55 varones y 69 mujeres).

El primer paso fue la evaluación de la percepción de la imagen corporal, mediante una herramienta evaluativa construida (validada por juicio de expertos) y aplicada por los propios investigadores, zona partir de los modelos anatómicos propuestos por Montero (figuras 1 y 2). Esta se aplicó preguntándole a los estudiantes con cuál de las figuras anatómicas se sentían más identificados con respecto a su peso corporal.

En segunda instancia, se procedió a evaluar el estado nutricional (peso, talla, IMC y perímetro abdominal), utilizando las técnicas descritas en la Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente (CENAN). Para los procedimientos antropométricos, se utilizaron una balanza digital, un tallímetro fijo de madera y una cinta métrica flexible, no elástica y de fibra de vidrio.

Se clasificó a los estudiantes de acuerdo con su estado nutricional real y su percepción del estado nutricional en las siguientes categorías: bajo peso, normal, sobrepeso y obesidad. Los puntos de corte para el diagnóstico del estado nutricional según IMC fueron los establecidos por la OMS (2007).

Finalmente, se realizó el conteo de la estimación de la imagen corporal del total de la población, con la finalidad de evaluar el número de alumnos que se

sobreestimaban, subestimaban y que se encontraban en lo correcto con respecto a su imagen corporal.

FIGURA 1. MODELO ANATÓMICO EN HOMBRES.

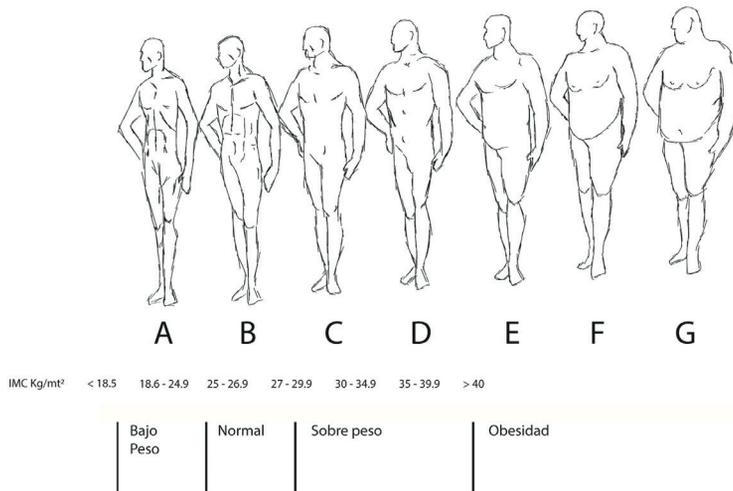
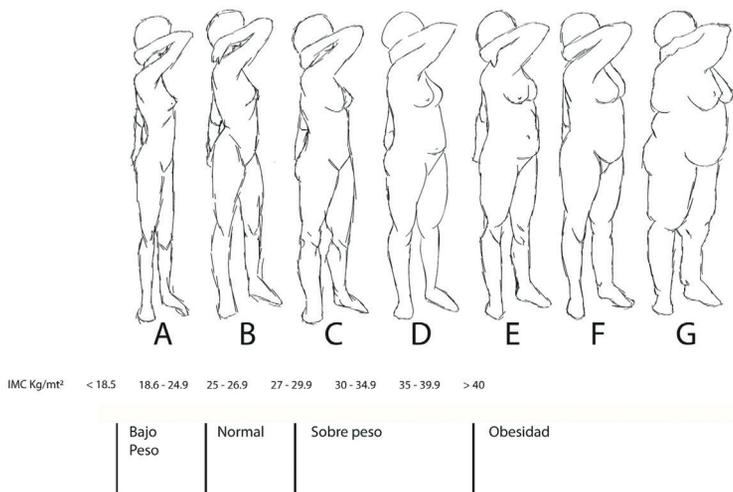


FIGURA 2. MODELO ANATÓMICO DE MUJERES.



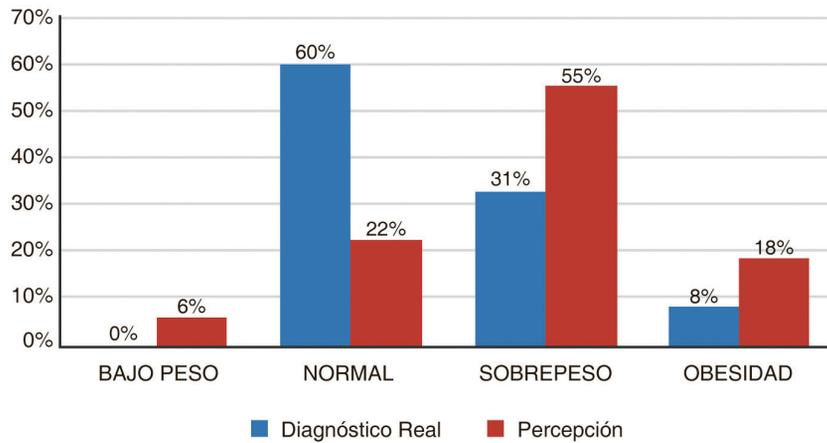
III. RESULTADOS

PERCEPCIÓN DEL PESO CORPORAL

Respecto a la percepción del peso corporal, la figura 3 indica que, del total de la población, el 6% percibe que tiene bajo peso, cuando el diagnóstico real es

que ninguno de los alumnos se encuentra en bajo peso. Solo el 22% se percibe con un peso normal, cuando el diagnóstico real es del 60% con un peso normal. El 55% de la población total se percibe con sobrepeso, cuando tan solo el 31% lo presenta en su diagnóstico real y el 18% se percibe con obesidad, mientras que en la realidad solo el 8% tiene obesidad.

FIGURA 3. DIAGNÓSTICO REAL Y PERCEPCIÓN DEL PESO CORPORAL.



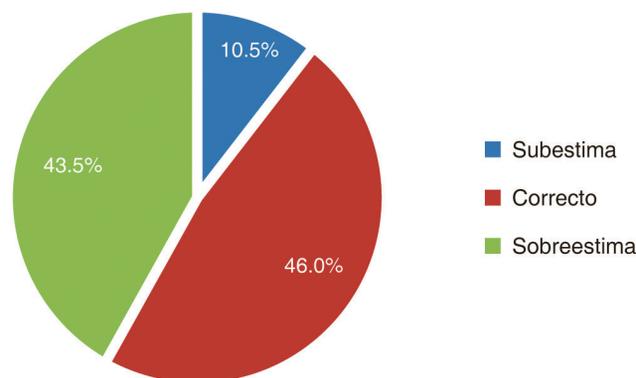
ESTIMACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL

Respecto a la estimación de la imagen corporal, se utilizaron tres variables: subestimar, que se refiere a darle menor valor del peso que realmente tiene; sobreestimar, que se refiere a darle mayor valor del peso que realmente

tiene, y correcto, que se refiere a que el alumno acertó en su peso real.

Como se observa en la figura 4, el 46% de la población se encuentra en lo correcto (57 alumnos), el 43,5% de la población se sobreestima (54 alumnos) y, finalmente, el 10,5% de alumnos se subestima (13 alumnos).

FIGURA 4. ESTIMACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL.

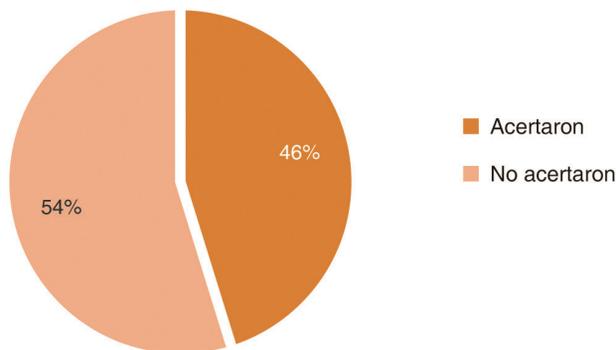


ALUMNOS QUE ACERTARON Y NO ACERTARON EN SU IMAGEN CORPORAL

La figura 5 muestra el porcentaje de alumnos que acertaron y los que no lo hicieron respecto de su imagen corporal.

Así, el 46% de la población (57 alumnos) se encontraron en lo correcto respecto de su peso real y el 54% (67 alumnos) no respondieron correctamente sobre este aspecto.

FIGURA 5. PORCENTAJE DE ALUMNOS QUE ACERTARON Y NO ACERTARON EN SU IMAGEN CORPORAL.

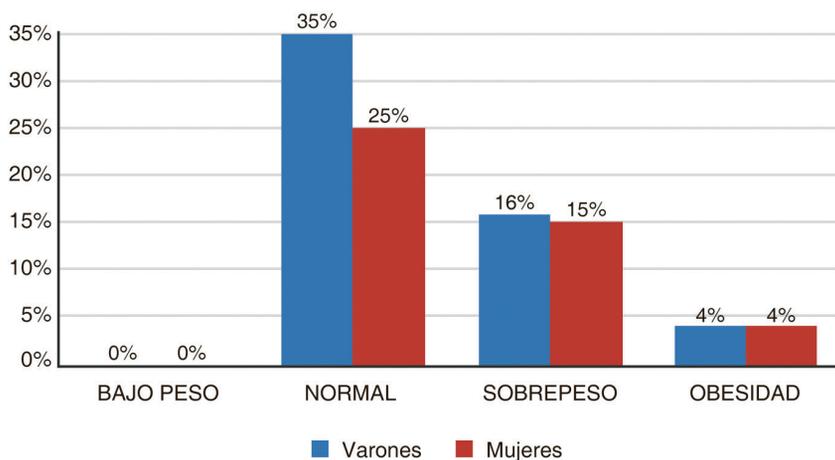


PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL SEGÚN GÉNERO

Según la figura 6, referida a la percepción de la imagen corporal según sexo, del total de mujeres de la muestra, ninguna se percibió con bajo peso, el 25% se

consideró normal, el 15% se percibió con sobrepeso y el 4% con obesidad. Del total de varones de la muestra, ninguno se percibió con bajo peso, el 35% se consideró normal, el 16% se percibió con sobrepeso y el 4% con obesidad.

FIGURA 6. PORCENTAJE DE PERCEPCIÓN SEGÚN GÉNERO.

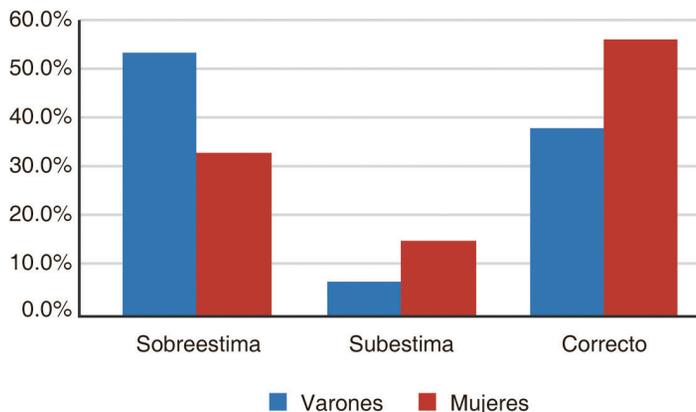


ESTIMACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL SEGÚN GÉNERO

Con respecto a la estimación de la imagen corporal según sexo, se determinó que, del total de la muestra de mujeres, el 54,4% se estima de manera

correcta, el 31,1% se sobreestima y el 14,5% se subestima. En el caso de los varones, el 39% se estima de manera correcta, el 54% se sobreestima, y el 7% se subestima.

FIGURA 7. PORCENTAJE DE ESTIMACIÓN SEGÚN GÉNERO.



IV. DISCUSIÓN

Al comparar los datos entre la percepción de la imagen corporal y el diagnóstico real, se observa que la mayoría de alumnos no percibe adecuadamente su imagen, ya que solo el 22% se considera, el 6% percibe que tiene bajo peso y el 73% percibe que tiene sobrepeso u obesidad, cuando la realidad muestra otros datos: ningún alumno se encuentra con bajo peso, la mayoría tiene un peso normal (60%) y un porcentaje significativo sí tiene sobrepeso u obesidad (39%).

La figura 7 indica que existe una mayor tendencia de percepción adecuada en la población femenina, a diferencia de la población masculina. Se observa una mayor sobreestimación por parte de los varones, mientras que la subestimación es mayor en las mujeres evaluadas. En el presente caso, se observa que no necesariamente son las mujeres las que tienden a pensar que su peso es mayor al real, tema que suele ser más común en dicho sexo.

Las figuras 4 y 5 corroboran lo mencionado anteriormente, ya que los alumnos, al tener una percepción errónea de su imagen corporal, tienden a sobreestimar

o subestimar su peso corporal. En este caso, la mayoría de alumnos no acertaron con su peso real (54%). La mayoría se sobreestimó (43,5%) y la minoría se subestimó (10,5%).

V. CONCLUSIÓN

Gran porcentaje de la población adolescente del I. E. A. C. San Salvador, de 4.º y 5.º grados de secundaria, no percibe su imagen adecuadamente. Existe una tendencia a la sobreestimación cuando, en realidad, más de la mitad de los estudiantes evaluados (60%) presentan un peso normal, lo que influye y se encuentra directamente relacionado con su estado nutricional.

Al realizar la comparación según género, se observa que son más los estudiantes varones los que tienden a sobreestimarse, a diferencia de las mujeres, las cuales en su mayoría tienen una estimación correcta de su peso, pero que a su vez tienden a subestimarse más que los varones.

Se observa que existe un porcentaje significativo de sobrepeso y de obesidad en dicha institución educativa, lo que corrobora los datos obtenidos por la

ENDES 2015. Es importante mencionar este hecho, ya que los adolescentes constituyen en la actualidad un grupo etario vulnerable al desarrollo de esta condición de vida, y esto incrementa el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, cáncer, entre otros.

VI. BIBLIOGRAFÍA

1. Aristizábal P, García D, Vélez C. Determinantes sociales de la salud y su asociación con el sobrepeso y obesidad en adolescentes. *Orinoquia* 2014; 18 (2): 66-77.
2. Álvarez D, Sánchez J, Gómez G, Tarqui C. Sobrepeso y obesidad: prevalencia y determinantes sociales del exceso de peso en la población peruana (2009-2010). *Rev Perú Med Exp Salud Pública* 2012; 29 (3): 303-13.
3. Low S, Chew M, Deurenberg M. Revisión en la epidemia de la obesidad. *Ann Acad Med Singapore* 2009; 38 (1): 57-65.
4. Miranda M, Chávez H, Aramburú A, Tarqui C. Indicadores del Programa Articulado Nutricional. Monitoreo Nacional de Indicadores Nutricionales (MONIN 2008-2010-CENAN-DEVAN). Lima: Instituto Nacional de Salud; 2010.
5. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2010. Lima: INEI; 2011.
6. Barría P, Amigo H. Transición nutricional: una revisión del perfil latinoamericano. *Arch Latinoam Nutr.* 2006; 56 (1): 3-11.
7. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2014. Lima: INEI; 2015.
8. Ministerio de Salud del Perú. Un gordo problema: sobrepeso y obesidad en el Perú. Lima: MINSa; 2012.
9. Pino J, López M, Moreno A, Faúndez T. Percepción de la imagen corporal, del estado nutricional y de la composición corporal de estudiantes de Nutrición y Dietética de la Universidad del Mar, Talca, Chile. *Rev Chil Nutr.* 2010; 37 (3): 321-8.
10. Durán S et al. Autopercepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de Chile y Panamá. *Rev Chil Nutr.* 2013; 40 (1): 26-32.
11. Kakeshita I, Almeida S. Relación entre el índice de masa corporal y la percepción de la autoimagen en universitarios. *Rev Salud Pública* 2006; 40 (1): 497-504.