



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**CONCORDANCIA ENTRE LA AUTOPERCEPCIÓN DE LA IMAGEN
CORPORAL Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES**

**Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos
establecidos para optar por el título de Magister en Nutrición y Dietética**

Profesor/a guía: Dra. Ivette Valcárcel

Autor: Carolina Elizabeth Albán Terán

2023

RESUMEN

Introducción: La cultura afecta la autopercepción corporal y estado nutricional de los jóvenes, derivando en problemas alimenticios. La autopercepción es la representación mental individual del aspecto corporal. El estado nutricional es la situación corporal real derivada de la nutrición e Índice de Masa Corporal.

Objetivos: Determinar la concordancia existente entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional en adolescentes. **Método:** Estudio con alcance analítico-observacional, documental, transversal, multivariable de rasgo, no experimental y cuantitativo, dirigido a 93 estudiantes adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar, del año lectivo 2022-2023. Se analizaron fichas médicas sobre sexo, edad, peso, talla y autopercepción de la imagen corporal, de cada estudiante. Se utilizó distribución de frecuencias y porcentajes, medidas de tendencia central y dispersión, y el Test Chi-cuadrado de Pearson. **Resultados:** En el IMC, 64,5% obtuvieron peso normal, 18,3% sobrepeso, 9,7% bajo peso, y 7,5% obesidad. El 51,6% de los participantes se autopercebieron a con sobrepeso, 45,2% con peso normal, 2,2% con bajo peso, y 1,1% con obesidad. El 58,1% obtuvo una percepción correcta de su peso corporal, 34,4% sobreestimación, y 7,5% subestimación. El valor p obtenido fue de 0,000. **Conclusiones:** Se determinó la existencia de concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el IMC. Un alto porcentaje de estudiantes demostró alteración de su percepción corporal, por lo que es importante plantear futuras estrategias de prevención para Trastornos de Conducta Alimentaria.

Palabras clave: Índice de Masa Corporal; Autopercepción; Estado Nutricional; Imagen Corporal; Adolescencia

ABSTRACT

Introduction: Culture affects the self-perception of the body and nutritional status of young people, leading to eating disorders. Self-perception is the individual mental representation of body appearance. Nutritional status is the actual body situation derived from nutrition and Body Mass Index. **Objectives:**

Determine the agreement between self-perception of body image and nutritional status in adolescents. **Methodology:** Study with analytical-observational, documentary, cross-sectional, multivariable trait, non-experimental and quantitative scope of research, aimed at 93 adolescent high school students from Isabel Tobar Private Educational Unit, from the 2022-2023 school year. Medical records on sex, age, weight, height and self-perception of body image of each student were analyzed. Distribution of frequencies and percentages, measures of central tendency and dispersion, and Pearson's Chi-square test were used.

Results: In BMI, 64.5% obtained normal weight, 18.3% overweight, 9.7% underweight, and 7.5% obesity. 51.6% of the participants perceived themselves as overweight, 45.2% with normal weight, 2.2% with low weight, and 1.1% with obesity. 58.1% obtained a correct perception of their body weight, 34.4% overestimation, and 7.5% underestimation. The p value obtained was 0.000.

Conclusions: The existence of concordance between self-perception of body image and BMI was determined. A high percentage of students demonstrated alteration of their body perception, so it is important to propose future prevention strategies for Eating Disorders.

Keywords: Body Mass Index; Self-perception; Nutritional status; Body image; Adolescence

Contenido

1	Introducción	1
1.1	Descripción del tema	1
1.2	Planteamiento del problema.....	1
1.3	Hipótesis	3
1.4	Objetivos.....	4
1.5	Justificación	4
1.6	Antecedentes.....	6
2	Metodología.....	9
2.1	Alcance de la investigación.....	9
2.2	Diseño del estudio	9
2.3	Instrumento de recolección de los datos	10
2.4	Procedimientos	10
2.4.1	Medición del Índice de Masa Corporal.....	10
2.4.2	Siluetas corporales de Stunkard et al. (1983).....	11
2.4.3	Construcción de las variables de resultados.....	11
2.5	Universo (población objetivo)	14
2.6	Muestra de estudio.....	15
2.6.1	Criterios de inclusión:	15
2.6.2	Criterios de exclusión:	16
2.7	Definición de variables	17
2.8	Plan de análisis de los datos.....	19
2.9	Consideración éticas	19
2.10	Plan de actuación.....	20
3	Resultados.....	21
3.1	Descripción de la muestra.....	21
3.2	Prevalencia del Estado Nutricional	22
3.2.1	Medidas antropométricas	22

3.3 Prevalencia de la interpretación de la silueta y autopercepción de la imagen corporal	23
3.3.1 Resultados de las pruebas psicométricas	23
3.4 Asociación entre la imagen corporal y el estado nutricional.....	24
4 Discusión.....	25
4.1 Fortalezas	29
4.2 Limitaciones	29
5 Conclusiones	30
6 Recomendaciones	31
7 Referencias bibliográficas	32
Anexos	37

Concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en adolescentes

1 Introducción

1.1 Descripción del tema

El presente trabajo de investigación pretendió establecer la concordancia existente entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de los sujetos de estudio. La imagen corporal es un concepto que resulta de la representación de cada individuo sobre su aspecto físico actual, percibido y deseado. La autopercepción de este aspecto se consolida durante la adolescencia, influenciando el estilo de vida y la alimentación de las personas de este grupo etario (Prabhu & D’Cunha, 2018).

De esta forma, altera, de manera positiva o negativa, el estado nutricional de los individuos, y viceversa. El estado nutricional es definido como la “situación corporal de una persona como resultado del balance energético entre la ingesta calórica y adaptaciones fisiológicas tras el ingreso de nutrientes, y las necesidades metabólicas propias de la persona” (Arribas Cachá, 2020). La herramienta más utilizada para la valoración del estado nutricional son las medidas antropométricas de peso, talla e Índice de Masa Corporal (IMC), por lo que fueron analizadas en los sujetos de estudio del presente estudio, tomando en cuenta, además, el sexo y edad de los mismos.

1.2 Planteamiento del problema

La cultura, desde siempre, ha afectado la autopercepción corporal y las percepciones del tamaño corporal desde una edad temprana. La importancia que

recae sobre la problemática se debe a que la nutrición y su correlación con la autopercepción de su imagen corporal desembocan en problemas alimenticios. Para profesionales de la salud, este es un campo de varios casos, pero de muy pocas investigaciones puntuales.

Como se mencionó anteriormente, la autopercepción es definida como la representación mental individual del aspecto corporal, y se encuentra íntimamente relacionada con el estado psicológico de un sujeto. La imagen corporal de una persona se relaciona con “las percepciones, sentimientos y pensamientos sobre su cuerpo”(Naigaga et al., 2018). Por otro lado, se puede entender el estado nutricional como la situación corporal real que deriva de la nutrición de cada persona, el cual consta de su IMC, definido por la talla y peso del individuo. Por tanto, las percepciones de la imagen corporal y el tamaño del cuerpo están estrechamente relacionadas.

Lo esperable en un individuo sano físicamente, y estable psicológicamente, es contar con una buena autopercepción del aspecto corporal y un buen estado nutricional. Sin embargo, una alteración o distorsión existente entre ambas variables, desemboca en una autopercepción errónea del estado nutricional que repercute en el manejo del peso corporal, hábitos y alimentación no saludables y malnutrición, ya sea por déficit o exceso de nutrientes, que puede manifestarse como bajo peso, sobrepeso u obesidad (Villegas Elsy Aidé et al., 2021).

Otro factor que influye en la insatisfacción corporal es la influencia de redes sociales o medios publicitarios, los cuales ejercen una presión social y estética en los individuos bajo la idea errónea de que la delgadez es más aceptada en la sociedad que la robustez (De La Cruz Yamunaque et al., 2018).

Los casos de malnutrición y trastornos de la conducta alimentaria en los estudiantes de colegios van en aumento, sobre todo en aquellos que atraviesan la etapa de la adolescencia, por los cambios físicos, sociales y psicológicos que atraviesan. Por tanto, es primordial conocer las fuentes que originan esta situación, con la finalidad de establecer programas de prevención, seguimiento y evaluación.

La Unidad Educativa Isabel Tobar es una institución particular, enfocada a la atención de niños, niñas y jóvenes de estrato socioeconómico medio-bajo y con poco personal en el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). Esto provoca que las familias de los estudiantes no puedan acceder a ayuda profesional en el campo de la salud física y mental. Por tanto, fue notable la necesidad de realizar una investigación en el problema planteado.

Frente a esta realidad surgió la pregunta: ¿Existe concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar, en el período lectivo 2022-2023? Para obtener la respuesta al planteamiento, se realizó un estudio de las fichas médicas de los adolescentes del bachillerato de la Institución, durante el período temporal ya especificado.

1.3 Hipótesis

- Hipótesis nula (H0): No existe concordancia entre la autopercepción de la imagen del individuo con su estado nutricional.
- Hipótesis alternativa (H1): Existe concordancia entre la autopercepción de la imagen del individuo con su estado nutricional.

1.4 Objetivos

Partiendo de la pregunta de investigación, que surge en el planteamiento del problema, se estableció el siguiente objetivo general y los correspondientes objetivos específicos:

Objetivo general:

Determinar la concordancia existente entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional en adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa particular Isabel Tobar del periodo lectivo 2022-2023.

Objetivos específicos:

- Evaluar el estado nutricional de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa particular Isabel Tobar del periodo lectivo 2022-2023, mediante las medidas antropométricas.
- Identificar la autopercepción de la imagen corporal en adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa particular Isabel Tobar del periodo lectivo 2022-2023, a través de la prueba psicométrica Siluetas corporales de Stunkard et al. (1983).
- Establecer la concordancia existente entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional, brindando recomendaciones generales a los adolescentes de la Unidad Educativa Isabel Tobar.

1.5 Justificación

El entorno social actual en el que nos desenvolvemos, así como la constante preocupación por temas estéticos de personajes de gran fama en la farándula, como por varias personas de alto prestigio político y social en nuestro país, han incrementado la continua preocupación por la autoimagen. Hoy en día,

son muchos los jóvenes que pasan gran cantidad de tiempo frente al espejo, que se dejan afectar e influenciar por lo que opinan de ellos y que se autopresionan con parámetros que el entorno exige para ser parte del grupo de los populares.

La influencia de los medios sociales aumenta el riesgo de presentar insatisfacción corporal, la cual, a su vez, favorece el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes, tanto hombres como mujeres, en base a la subestimación o sobreestimación de su peso corporal (Uchôa et al., 2019). A la par, y ya desde hace varios años, los casos de jóvenes con problemas alimenticios y trastornos de la conducta alimentaria (tales como bulimia, anorexia, sobrepeso, obesidad, entre otros), se han ido incrementando, convirtiéndose, paso a paso, en una de las afectaciones más comunes. Por tanto, realizar una investigación que permitiera identificar la concordancia entre la autoimagen y el estado nutricional fue de suma importancia para que poder orientar de mejor manera a los adolescentes y jóvenes, establecer normas correctas de alimentación, reforzar su autoestima y prevenir casos críticos.

Realizar esta investigación fue pertinente ya que se contó con la apertura de las autoridades de la Institución en mención, pues se mostraron muy interesados con el tema, con la finalidad de dar mayor orientación a las familias e involucrar esto en su proyecto de innovación educativa. Por otro lado, se contó con el apoyo del DECE Institucional (Departamento de Consejería Estudiantil), en donde los psicólogos reconocieron el aporte positivo del campo de la salud para todos los estudiantes, enfocándose incluso en algunos casos puntuales que se encuentran atravesando dificultades, relacionadas al tema, por lo que la investigación también se consideró factible. Finalmente, la institución contó con fichas médicas, en las que se encontró toda la información necesaria para llevar

a cabo el presente proyecto, por lo que no fue vital llevar a cabo una investigación de campo, facilitando el estudio y brindando, a su vez, validez y confiabilidad a los datos registrados.

Los resultados que se obtuvieron fueron de gran relevancia para el campo médico porque dieron luz a nuevas investigaciones que reforzaron los resultados encontrados o que se abrieron a campos relacionados. Para muchos colegios, esto fue un primer paso que permitió realizar una detección precoz de factores de riesgo para malnutrición y trastornos de la conducta alimentaria, e implementar estrategias de educación y prevención para favorecer una nutrición adecuada y hábitos saludables en los adolescentes. Con estas medidas, se logró una percepción correcta del peso corporal y se obtuvieron resultados exitosos de programas educativos y de intervención conductual para adolescentes, logrando implementar comportamientos saludables a largo plazo (Gaylis et al., 2019).

1.6 Antecedentes

Como un antecedente primordial de la presente investigación se citó el trabajo de Moehlecke et al. (2021), titulado “Imagen corporal autopercebida, insatisfacción con el peso corporal y estado nutricional de adolescentes brasileños: un estudio a nivel nacional”. El objetivo fue evaluar la concordancia y los factores de riesgo de subestimación y sobreestimación entre el estado nutricional y la imagen corporal autopercebida, y evaluar la prevalencia y los factores asociados a la insatisfacción con el peso corporal entre adolescentes brasileños. El diseño del estudio fue multicéntrico, transversal, basado en escuelas a nivel nacional. Se llegó a la conclusión de que hay concordancia

moderada entre la autopercepción de la imagen corporal y el peso actual, presente principalmente en adolescentes con sobrepeso u obesidad. Se destaca que los hombres fueron más propensos a sobreestimar su peso actual mientras que las mujeres tienden a subestimarlo. Este artículo aportó a la investigación ya que comprobó la existencia de una concordancia entre la autopercepción y el peso corporal. Por otra parte, este estudio reveló que los adolescentes de sexo masculino sobreestiman más su peso que las mujeres, contrario a los resultados de otras investigaciones (Moehlecke et al., 2020).

Otro aporte valioso fue el de Wang et al. (2018), en su artículo “La asociación entre el índice de masa corporal y la percepción del peso corporal en niños y adolescentes en la ciudad de Jilin, China”. Se realizó un estudio transversal basado en una escuela, cuyo objetivo fue evaluar la asociación entre el IMC y la percepción del peso corporal en una muestra de niños y adolescentes. Los resultados concluyeron que existe discrepancia entre el IMC y la percepción del peso corporal, y que las mujeres fueron más propensas que los hombres a sobreestimar su peso. Al contrario que la anterior referencia, este estudio concluyó que hay diferencias entre el IMC y la percepción corporal (Wang et al., 2018).

En 2019, Mecca et al. realizaron un estudio transversal con adolescentes del sexo femenino denominado “Percepción de la Imagen Corporal y Estado Nutricional de los Adolescentes”, con el objetivo de verificar la asociación entre la percepción y la insatisfacción de la imagen corporal con el estado nutricional de adolescentes de un colegio estadual. Los resultados arrojaron una prevalencia de insatisfacción con la imagen corporal del 83,3%, en donde la mayoría de adolescentes insatisfechas con su imagen corporal en realidad

tenían un IMC ideal. Bajo esta perspectiva, se consideró la posibilidad de encontrar un porcentaje de prevalencia alto de insatisfacción corporal en la presente población de estudio (Chagas et al., 2019).

De Sousa et al. (2020), en su estudio “Percepción de la imagen corporal en adolescentes y relación con su estado nutricional”, buscaron evaluar la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de adolescentes de secundaria. Se realizó un estudio transversal, con enfoque cuantitativo, que demostró que la autopercepción de la imagen corporal no concordaba con el estado nutricional real, presentando subestimación del mismo con insatisfacción corporal, siendo mayor en hombres que en mujeres. Este estudio contribuyó a la investigación ya que planteó una diferencia entre sexo masculino y femenino en cuanto a subestimar el peso corporal. Esta conclusión motiva a realizar comparaciones de los resultados obtenidos en hombres y mujeres en futuros estudios (de Sousa Ferreira et al., 2021).

La tesis “Autopercepción de la imagen corporal y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa Jorge Basadre Grohmann del Callao, Perú”, realizada por Méndez (2020), se basó en un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal, cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en adolescentes de dicha institución. Se demostró que los adolescentes con peso bajo tienen una percepción adecuada de su imagen corporal mientras que aquellos con normopeso, sobrepeso u obesidad, tienden a subestimar su estado nutricional. El aporte de esta tesis al proyecto de investigación radicó en que la autopercepción de la imagen corporal varía según la interpretación del IMC, y es un factor tomado en cuenta en el presente estudio (Méndez Dextre, 2020).

2 Metodología

2.1 Alcance de la investigación

El alcance de la presente investigación fue analítico, observacional, ya que, con su carácter estadístico y demográfico, plantea la comprobación de una hipótesis, que en este caso consistió en la existencia de concordancia entre la autopercepción de la imagen del individuo con su estado nutricional, limitándose únicamente a analizar los factores que, con su presencia o ausencia, influyen en el fenómeno (Cárdenas, 2018).

2.2 Diseño del estudio

Este estudio se planteó bajo un diseño documental, ya que se realizó la consulta de fichas médicas de los estudiantes, pertenecientes a bachillerato de la institución, sin incluir el análisis de una fuente viva. Además, fue una investigación básica o pura, pues adquirió información de asociación de variables, sin establecer planes de solución o resolución de problemas. Por otra parte, el estudio se definió como transversal contemporáneo, pues se centró en datos puntuales del presente, no evolutivos (Arias & Covinos, 2021).

El estudio se definió por un diseño multivariable de rasgo, en base al análisis de varios eventos de rasgos separados, de los cuales se pretendió encontrar su vinculación. La investigación tuvo un corte no experimental, pues no se intervino ni se influyó sobre las variables, únicamente fueron observadas y cuantificadas. Finalmente, se utilizó un enfoque cuantitativo, con un paradigma positivista lógico, utilizando datos medibles y cuantificables, en base a análisis estadísticos (Hurtado de Barrera, 2012).

2.3 Instrumento de recolección de los datos

Los instrumentos utilizados en la investigación se basaron en la descripción y observación de fichas médicas, pertenecientes a la institución educativa, con la información de los adolescentes de bachillerato, referente a su edad, sexo, peso, talla y autopercepción de su peso corporal. A continuación, se describen los instrumentos utilizados por la institución, al momento de completar sus fichas médicas.

2.4 Procedimientos

2.4.1 Medición del Índice de Masa Corporal

Dicha medición se realizó mediante la determinación del peso corporal y la talla, permitiendo evaluar el estado nutricional de los participantes. Una manera de valorar el estado nutricional de un individuo es mediante el uso de medidas antropométricas, específicamente el IMC. La ventaja de la antropometría sobre otros indicadores clínicos y bioquímicos radica en que sus valores son sensibles y aplicables a todos los posibles escenarios dentro del espectro nutricional y no solo a los casos de extrema malnutrición. El cálculo del IMC es un método no invasivo, no costoso y fácil de realizar, ya que requiere únicamente de los valores de peso corporal y talla (Bhattacharya et al., 2019). Para medir estas variables la institución utilizó una balanza que determinó el peso corporal en kilogramos y un tallímetro para determinar la talla en centímetros.

2.4.2 Siluetas corporales de Stunkard et al. (1983)

Esta prueba psicométrica consiste de nueve figuras de siluetas corporales, de mujeres y hombres, con un rango entre “muy delgado a muy obeso” (López Sánchez et al., 2018). Dicho cuestionario permite medir, de manera fiable y sencilla, la imagen corporal del participante, pues su selección es visual. Es decir, el sujeto de estudio visualiza las imágenes y elige aquella que considera que posee mayor parecido a su silueta real (imagen actual, no deseada). Dicho instrumento ha mostrado validez y confiabilidad, en todos los rangos etarios, al relacionar el IMC con cada una de las figuras de la escala, haciendo posible clasificar las cifras en los mismos subgrupos IMC (Stunkard et al., 1983).

2.4.3 Construcción de las variables de resultados

- Índice de Masa Corporal: hace referencia al valor numérico como tal y se calcula en base a la siguiente fórmula:

Figura 1.

Fórmula para el cálculo del Índice de Masa Corporal

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura (m)}^2}$$

Nota: Adaptado de Evaluación del estado nutricional, del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, 2010.

- Interpretación del IMC: hace referencia a la interpretación de dicho valor según la figura presentada anteriormente. El IMC posee un total de seis categorías distintas, las cuales son expuestas en la tabla a continuación.

No obstante, es importante recalcar que únicamente se trabajará con las siguientes categorías: bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad.

Tabla 1.

Clasificación del estado nutricional en categorías a partir del IMC.

Índice de Masa Corporal	Categoría
<18,5	Bajo peso
18,6–24,9	Peso normal
25–29,9	Sobrepeso
30–34,5	Obesidad grado I
35–39,9	Obesidad grado II
>40	Obesidad grado III

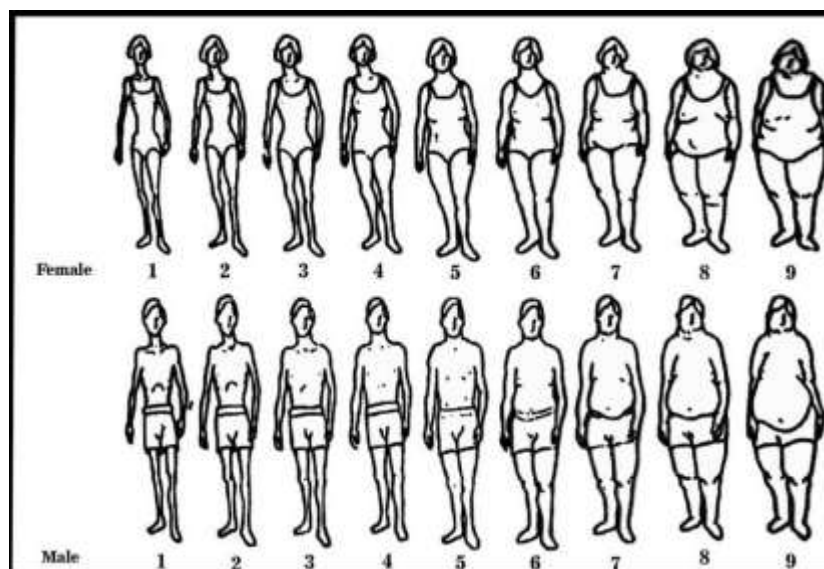
Fuente: Organización Mundial de la Salud

Elaboración: Carolina Albán Terán

- Silueta: hace referencia a la figura corporal que los propios participantes creían tener (es decir, la silueta, de 1 al 8, que señalaron en la figura-escala).

Figura 1.

Siluetas corporales de Stunkard et al. (1983)





















Nota: Adaptado de Siluetas Corporales, de Stunkard et al., 1983.

- Interpretación de la silueta: hace referencia a la interpretación de la figura corporal seleccionada, equivalente al valor de IMC, con valores entre: bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad.

Figura 2.

Interpretación de las siluetas en base a las categorías de Índice de Masa Corporal

									
Nº	1	2	3	4	5	6	7	8	9
									
BMI	17	19	21	23	25	27	29	31	33
	Underweight		Normal weight		Overweight			Obesity	







Nota: Adaptado de "Las percepciones y preferencias del tamaño corporal favorecen el sobrepeso en refugiados saharauis adultos", Naigaga et al., 2018.

- Autopercepción: hace referencia a la comparación entre IMC y la medida corporal autopercebida (por medio de las siluetas). Dentro del mismo, se pueden diferenciar los siguientes tres términos:
 - Subestimación del peso corporal: esta categoría se selecciona cuando un individuo señala una figura corporal más pequeña (menor) que su IMC.
 - Percepción correcta del peso corporal: esta categoría se selecciona cuando un individuo señala una figura corporal igual a su IMC.

- Sobreestimación del peso corporal: esta categoría se selecciona cuando un individuo señala una figura corporal más grande (mayor) que su IMC.

Figura 3.

Autopercepción como resultado de la comparación de las siluetas con el IMC

BMI	Objective	Self-perceived body size
	BMI group= Self-perceived <i>Correct perception</i>	
	BMI < Self-perceived <i>Overestimation of body size</i>	
	BMI > Perception <i>Underestimation of body size</i>	

Nota: Adaptado de "Las percepciones y preferencias del tamaño corporal favorecen el sobrepeso en refugiados saharauis adultos", Naigaga et al., 2018.

2.5 Universo (población objetivo)

La población objetivo del presente estudio comprendió a los estudiantes matriculados en la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar, en el periodo lectivo 2022-2023. Cabe destacar que actualmente la institución cuenta con 345 estudiantes, con edades comprendidas entre los 4 y 19 años, correspondientes a los cursos desde Inicial II a 3ro de Bachillerato General Unificado. Su estrato socioeconómico es medio-bajo.

2.6 Muestra de estudio

La alteración en la autopercepción corporal puede estar presente en personas de cualquier género y en todas las etapas de la vida, pero en la mayoría de casos se desarrolla durante la adolescencia (McLean & Paxton, 2018). Por este motivo, es de gran importancia identificar factores de riesgo como alteraciones en la autopercepción de la imagen corporal en etapas tempranas para evitar el desarrollo de complicaciones nutricionales y psicológicas a largo plazo. Además, los adolescentes buscan con más frecuencia alcanzar ciertos ideales de imagen corporal que consideran atractivos a medida que envejecen, siendo los individuos de 16 a 18 años los más propensos a tener una percepción negativa de su propio cuerpo (McLean & Paxton, 2018).

Es por ello que el estudio se realizó únicamente en adolescentes de bachillerato (es decir, primero, segundo y tercero de bachillerato general unificado), que se encuentran en una edad vulnerable para el desarrollo de alteraciones en el desarrollo de la percepción corporal, malnutrición y trastornos de la conducta alimentaria. Se llevó a cabo una muestra no probabilística (dirigida). De esta forma, la muestra de la investigación actual contó con un total de 93 estudiantes, con edades comprendidas entre 15 y 17 años.

2.6.1 Criterios de inclusión:

- Estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Isabel Tobar del periodo lectivo 2022-2023
- Adolescentes entre 15 y 17 años de edad

2.6.2 Criterios de exclusión:

- Adolescentes con edad menor a 15 años
- Adolescentes con edad mayor o igual a 18 años.
- Estudiantes con patologías crónicas que afecten el estado nutricional
- Estudiantes con diagnóstico de desnutrición o trastornos de la conducta alimentaria al momento del estudio

En base a los criterios de exclusión, de los 115 estudiantes de bachillerato, no se consideró para el estudio a un total de 22 estudiantes. De los anteriores, 12 contaban con 14 años, 8 con 18 años de edad, 1 con una patología física crónica (Síndrome Polimalformativo Congénito), y 1 con diagnóstico de Trastorno de Conducta Alimentaria (Anorexia Nerviosa).

2.7 Definición de variables

Tabla 2.

Operacionalización de variables

Variable	Tipo de variable / Escala	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores
Características sociodemográficas				
Sexo	Cualitativa independiente / Nominal	“Características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres” (World Health Organization, 2022).	Documento de identidad	Tabla de frecuencias y porcentajes
Edad	Cuantitativa independiente / Razón y proporción	“Tiempo que ha vivido una persona” (Real Academia Española, 2022), hasta el momento de la recolección de datos.	Documento de identidad	Tabla de frecuencias y porcentajes
Estado nutricional				
Peso	Cuantitativa independiente/ Razón y proporción	“Mide la masa corporal total de un individuo” (Instituto Nacional de Estadística Guatemala, 2022).	Fichas médicas	Medidas de tendencia central y dispersión
Talla	Cuantitativa independiente/ Razón y proporción	“Representa la suma de longitud de los segmentos y subsegmentos corporales”(Montesinos-Correa, 2014).	Fichas médicas	Medidas de tendencia central y dispersión

Índice de masa corporal	Cuantitativa independiente/ Razón y proporción	“Peso de una persona en kilogramos dividido por el cuadrado de la estatura en metros” (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, 2021)	Fichas médicas	Medidas de tendencia central y dispersión Test Chi-cuadrado de Pearson
Pruebas psicométricas para identificar la percepción corporal				
Autopercepción de la imagen corporal	Cualitativa dependiente / Ordinal	“Representación simbólica que una persona hace de su propio cuerpo” (Castro, 2022)	Siluetas de Stunkard de las fichas médicas	Tabla de frecuencias y porcentajes Test Chi-cuadrado de Pearson

Elaboración: Carolina Albán Terán

2.8 Plan de análisis de los datos

La presente investigación requirió de la utilización de un test para estudios de asociación entre variables, ya que lo que se pretendió fue demostrar si los cambios producidos entre la variable independiente (estado nutricional) influían sobre el valor de la variable dependiente (autopercepción de la imagen corporal), demostrando así su nivel de concordancia.

Para el análisis de datos se utilizó la prueba Chi-cuadrado de Pearson, en base a que existe una variable cualitativa (autopercepción del peso corporal) y datos independientes (varios grupos) (Franco Diez et al., 2021). La prueba chi-cuadrado es una prueba no paramétrica utilizada para determinar las diferencias entre variables categóricas, dentro de una misma población. Es necesario especificar que, para la realización del análisis estadístico, se utilizó el software SPSS, versión 26.

2.9 Consideración éticas

Una investigación, para ser considerada como ética, debe poseer las siguientes características (Centro de investigación en pólizas de salud de UCLA, 2022), las cuales se relacionaron activamente con el presente estudio:

- Valor: la investigación buscaba el conocimiento sobre ámbitos médicos.
- Validez científica: la investigación fue metodológicamente sensata.
- Selección de participantes justa: la investigación seleccionó de forma equitativa y sin prejuicios personales o preferencias (la muestra corresponde al total de la población).

- Proporción favorable de riesgo/ beneficio: la investigación no contó con riesgos, pues toda la información fue obtenida de las fichas médicas.
- Consentimiento informado: en el anexo 1 se puede observar el documento presentado a la autoridad de la institución, en el cual se informa acerca de la investigación, sus implicaciones y procedimiento, y se acepta su “participación voluntaria, sin coerción, influencia excesiva o presión” (Centro de investigación en pólizas de salud de UCLA, 2022); autorizando la utilización de las fichas médicas de los estudiantes de su institución.
- Respeto para los participantes: la investigación protegió la privacidad de los participantes mediante el manejo de datos confidenciales (se brindó un código alfanumérico a los participantes, limitando así el acceso de su información personal), y permitió que la institución abandone en el estudio en el momento en el que lo deseara, sin necesidad de brindar explicación alguna.

2.10 Plan de actuación

1. Se informó a la institución educativa participante sobre la investigación, se envió el consentimiento informado a la autoridad de la misma y se recibió la autorización escrita (revisar Anexo 1).
2. Se asignó un código alfanumérico a cada sujeto de estudio para garantizar la confidencialidad de los datos.
3. Se recopilaron los datos obtenidos en una base de datos de Excel.
4. Se exportaron los datos de Excel al programa SPSS.

5. Se analizaron los datos en cuanto a tablas de frecuencias y porcentajes, medidas de tendencia central y dispersión, y Prueba de Chi-cuadrado.
6. Para lo mismo, se obtuvieron tablas de frecuencias y porcentajes de las variables cualitativas nominales y ordinales, siendo estas: sexo, edad, interpretación del IMC, interpretación de las siluetas y autopercepción del peso corporal.
7. Por otro lado, se obtuvieron las medidas centrales y de dispersión de las variables cuantitativas de razón o proporción, siendo estas: edad, peso, talla, IMC y silueta seleccionada.
8. Finalmente, se obtuvieron tablas cruzadas y el Test Chi-cuadrado de Pearson en cuanto a las variables de interpretación del IMC, y autopercepción del peso corporal.

3 Resultados

3.1 Descripción de la muestra

La muestra fue propositiva y estuvo conformada por 93 adolescentes de bachillerato, con edades comprendidas entre 15 y 17 años, con una media de 16,1 y la desviación estándar de 0,8 años; la mayoría, hombres 51,6% (48) matriculados en la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar, en el periodo académico 2022-2023.

Tabla 3.

Descripción de la muestra, en cuanto a sexo y edad, adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. Enero 2023.

Variab les	Frecuencia	Porcentaje (%)
Sexo		
Masculino	48	51,6
Femenino	45	48,4
Media (s)	Valor Mí nimo	Valor Má ximo

Edad		
16,1 (0,8)	15,0	17,0

Fuente: Fichas médicas de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar

Elaboración: Carolina Albán Terán

3.2 Prevalencia del Estado Nutricional

3.2.1 Medidas antropométricas

Se observó un peso mínimo de 38,0 kg y máximo de 87,0 kg, con una media de 59,2 kg, y una desviación estándar de 11,02 kg. En la talla se evidenció una media de 161,0 cm, una desviación 8,0 cm; la mínima fue 141,0 cm y la máxima 179,0 cm. Se calculó el IMC, con una media de 22,7 kg/m² la desviación 4,0 kg/m², el mínimo de 16,3 kg/m², y el máximo de 33,8 kg/m².

Tabla 4.

Descripción de las medidas antropométricas de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. Enero 2023.

Variables	Media (s)	Desviación estándar	Valor Mínimo	Valor Máximo
Peso	59,2	11,0	38,0	87,0
Talla	161,0	8,0	141,0	179,0
Índice de Masa Corporal	22,7	4,0	16,3	33,8

Fuente: Fichas médicas de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar.

Elaboración: Carolina Albán Terán

Se observó que 9 sujetos del estudio, presentaron bajo peso (9,7%) IC95% (3,7 - 15,7), 17 sobrepeso (18,3%), IC 95% (10,4 - 26,1), y 7 obesidad (7,5%), IC95% (2,2 - 12,9).

Tabla 5.

Frecuencia y porcentajes de variables cualitativas ordinales, de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. Enero 2023.

Variables	Frecuencia	Porcentaje (%)	IC 95%
Interpretación del Índice de Masa Corporal			
Bajo peso	9	9,7	(3,7 - 15,7)
Peso normal	60	64,5	(54,8 - 74,2)
Sobrepeso	17	18,3	(10,4 - 26,1)
Obesidad	7	7,5	(2,2 - 12,9)
Total	93	100	

Fuente: Fichas médicas de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar.

Elaboración: Carolina Albán Terán

3.3 Prevalencia de la interpretación de la silueta y autopercepción de la imagen corporal

3.3.1 Resultados de las pruebas psicométricas

En la prueba de Siluetas Corporales de Stunkard et al. (1983), se encontró un puntaje medio de 4,7, una desviación de 1,3, un mínimo de 1,0 y un máximo de 8,0.

Tabla 6.

Descripción de los resultados de la prueba psicométrica Siluetas Corporales de Stunkard et al (1983), de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. Enero 2023.

Variables	Media (s)	Desviación estándar	Valor Mínimo	Valor Máximo
Silueta	4,7	1,3	1	8

Fuente: Fichas médicas de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar.

Elaboración: Carolina Albán Terán

.Se determinó que 2 participantes se percibieron a sí mismos con bajo peso (2,2%) IC95% (-0,8 – 5,1), 42 con peso normal (45,2%) IC95% (35,0 – 55,3), 48 con sobrepeso (51,6%) IC95% (41,5 – 61,8), y 1 individuo con obesidad (1,1%) IC95% (-1,0 – 3,2).

Tabla 7.

Prevalencia de la interpretación de la silueta y autopercepción de la imagen corporal, de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. Enero 2023.

Variables	Frecuencia	Porcentaje (%)	IC 95%
Interpretación de siluetas			
Bajo peso	2	2,2	(-0,8 – 5,1)
Peso normal	42	45,2	(35,0 – 55,3)
Sobrepeso	48	51,6	(41,5 – 61,8)
Obesidad	1	1,1	(-1,0 – 3,2)
Autopercepción			
Subestimación del peso corporal	7	7,5	(2,2 – 12,9)

Percepción correcta del peso corporal	54	58,1	(48,0 – 68,1)
Sobreestimación del peso corporal	32	34,4	(24,8 – 44,1)
Total	93	100	

Fuente: Fichas médicas de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar.

Elaboración: Carolina Albán Terán

3.4 Asociación entre la imagen corporal y el estado nutricional

Tabla 8.

Tablas cruzadas entre las variables de interpretación de Índice de Masa Corporal y Auto percepción, de los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. Enero 2023.

Variables	Percepción de la imagen corporal			Valor de p
	Subestimación del peso n (%)	Percepción correcta n (%)	Sobreestimación corporal n (%)	
Bajo peso	0 (0,0)	1 (1,1)	8 (8,6)	0,000**
Peso normal	1 (1,1)	35 (37,6)	24 (25,8)	
Sobrepeso	0 (0,0)	17 (18,3)	0 (0,0)	
Obesidad	6 (6,5)	1 (1,1)	0 (0,0)	

Fuente: Fichas médicas de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar.

*IMC (Índice de Masa Corporal), **estadísticamente significativo

Elaboración: Carolina Albán Terán

En la Tabla 8, se observa la relación entre las variables de IMC (como variable independiente), y Auto percepción (como variable dependiente, obtenida de la respuesta brindada por los participantes en el Test de las Siluetas). Se puede observar que de los 9 participantes con bajo peso (9,7% de la muestra), 8 de ellos evidenciaron sobreestimación del peso corporal (8,6%), y solo 1 exhibió una percepción correcta del peso corporal (1,1%). De los 60 sujetos de estudio con peso normal (64,5%), según el IMC, 35 evidenciaron una percepción correcta de su peso corporal (37,6%), 24 exhibieron sobreestimación de dicho aspecto (25,8%), y solo 1 participante mostró subestimación del peso.

En cuanto a los 17 participantes con sobrepeso (18,3%), todos obtuvieron una correcta percepción del peso corporal (18,3%). Finalmente, referente a los

7 individuos con obesidad (7,5%), 6 de ellos evidenciaron subestimación del peso corporal (6,5%), y solo 1 identificó una correcta percepción de dicho aspecto (1,1%). Además, se observa un valor p de 0,000 (es decir, un valor menor a 0,05).

4 Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de los sujetos de estudio (por lo cual, se estableció dicha idea como hipótesis alternativa y de trabajo). Para llevar a cabo dicho objetivo, se planteó un estudio con alcance analítico-observacional, en base a un diseño puro, documental, transversal, multivariable de rasgo, no experimental y cuantitativo, con un paradigma positivista.

La población objetivo de la investigación fueron 345 estudiantes de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar, del año lectivo 2022-2023. De dicha población, se seleccionó una muestra no probabilística (dirigida) de 93 estudiantes, todos ellos pertenecientes al bachillerato general unificado, y con edades comprendidas únicamente entre 15 y 17 años, excluyendo a aquellos individuos con patologías crónicas, físicas o psicológicas.

En base al diseño documental de la investigación, se analizó las fichas médicas de la muestra, con autorización de la autoridad (mediante la firma del consentimiento informado), en las cuales se encontraba información sobre el sexo, edad, peso, talla y autopercepción de la imagen corporal, de cada estudiante. Dichas variables fueron analizadas en cuanto a su distribución de frecuencias y porcentajes (para variables cualitativas), medidas de tendencia

central y dispersión (para variables cuantitativas), y el Test Chi-cuadrado de Pearson para conocer la existencia asociación entre las variables.

En cuanto a las características de la muestra, los resultados obtenidos evidenciaron una ligera mayoría del sexo femenino en la muestra (51,6%), sobre el sexo masculino (48,4%), lo cual no demuestra una diferencia significativa, estableciendo datos equitativos en cuanto a sexo. A su vez, se encontró un mayor porcentaje de adolescentes con 17 años de edad (35,5%), sobre aquellos con 16 (34,4%) y 15 años (30,1%). Gracias a las medidas de tendencia central y dispersión, se observa que el peso mínimo fue de 38,0, y el máximo de 87,0, lo cual muestra un rango bastante amplio, considerando la homogeneidad de la muestra (en cuanto a edad, estatus socioeconómico, nivel de estudio, etc.) En cuanto a la talla, se observa, a su vez, como mínimo 1,4 y máximo 1,8. Finalmente, en cuanto al IMC, se evidencia un mínimo de 16,3 y un máximo de 33,8. Dichos valores corresponden a las categorías extremas del IMC consideradas en el estudio, correspondientes a bajo peso, y obesidad grado I.

En cuanto dichos datos, se evidenció un alto porcentaje de participantes con peso normal (64,5%), mientras que 18,3% presentaron sobrepeso, 9,7% bajo peso, y 7,5% obesidad. Esto último brinda una clara visión de la necesidad de trabajar, físicamente, en aquellos estudiantes con estados nutricionales de riesgo. Dichos resultados son similares a los datos obtenidos de adolescentes de 15 a 19 años, en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, realizada en Ecuador en el año 2012, en el que se observa una prevalencia de sobrepeso de 17,1%, IC95% (15,0 – 19,4), de obesidad de 7,4%, IC95% (5,7 – 9,6), y de sobrepeso más obesidad, de 24,5%, IC95% (22,0 – 27,2) (Freire et al., 2014).

En base a los resultados obtenidos de la aplicación del test de siluetas (por parte de la institución), se observa que el 51,6% de los participantes se percibieron a sí mismos con sobrepeso, 45,2% con peso normal, 2,2% con bajo peso, y 1,1% con obesidad. Estos resultados denotan el alto porcentaje de adolescentes que se consideran a sí mismos y se autoperciben con sobrepeso como primera opción, sin conocer realmente su estado nutricional. Al comparar dichos resultados con el IMC, se observa que la mayor parte de la muestra obtuvo una percepción correcta de su peso corporal (58,1%; es decir, señalaron una figura corporal igual a su IMC), 34,4% evidenciaron sobreestimación del mismo (se seleccionó una figura corporal mayor al IMC), y 7,5% subestimación (se escogió una figura corporal menor al IMC).

Esto último concuerda con la aceptación de la hipótesis alternativa, detallada en párrafos siguientes. Además, se relaciona con el estudio de Moehlecke et al. (2020), el cual plantea que 66% de los estudiantes de su investigación obtuvieron una percepción correcta de su peso corporal, en relación a su IMC. Es interesante, además, la conclusión de dicha investigación, la cual plantea que existió mayor concordancia, entre el IMC y la autopercepción de la imagen corporal, en aquellos estudiantes más jóvenes, y con estatus socio-económico bajo-medio, lo cual concuerda con las características sociodemográficas de la presente muestra (Moehlecke et al., 2020).

Gracias a las tablas cruzadas, fue posible evidenciar que, de los sujetos de estudio con peso normal (64,5%), el 37,6% evidenciaron correcta autopercepción, 25,8% sobreestimación, y 1,1% subestimación, determinando que la mayor parte de estudiantes con peso normal tienen una correcta autopercepción, pese a que hay un porcentaje alto que poseen distorsiones en

la misma. De aquellos sujetos con sobrepeso (18,3%), todos obtuvieron una correcta percepción, lo cual se observa como un factor protector para este grupo, pues son conscientes de su estado nutricional actual. En cuanto a los individuos con bajo peso (9,7%), 8,6% evidenciaron sobreestimación y solo el 1,1% obtuvo una correcta percepción. Finalmente, de los participantes con obesidad (7,5%), 6,5% presentaron subestimación y 1,1% correcta percepción.

Estos dos últimos valores se presentan como factores de riesgo para aquellos estudiantes que lo conforman, pues no tienen la capacidad de percibir correctamente su imagen corporal, y pueden intentar alterarla, cayendo en Trastornos de la Conducta Alimentaria. De hecho, diversos estudios establecen que aquellos jóvenes con una alteración de la autopercepción del peso corporal, e insatisfacción percibida del mismo, son más propensos a presentar diagnósticos positivos para trastornos mentales comunes (Moehlecke et al., 2020). Otro estudio realizado por Vidal et al. (2023), en Chile, obtuvo resultados opuestos, determinando distorsión de la imagen corporal, con prevalencia de la subestimación de la misma. Sin embargo, concluyen igualmente que “la subestimación del estado nutricional favorece la negación del problema que genera el exceso de peso corporal”, por lo que fomenta a evaluar correctamente el peso corporal, “reconocer el estado nutricional e iniciar hábitos de alimentación saludable” (Vidal et al., 2023).

Finalmente, tras aplicar el Test Chi-cuadrado de Pearson, en base a que el valor p obtenido de la misma fue de 0,000 (es decir, inferior a 0,05), se concluye el rechazo de la hipótesis nula. Por tanto, al evidenciarse resultados estadísticamente significativos y encontrar asociación entre las variables de estudio, se acepta la hipótesis alternativa, la cual plantea la existencia de

concordancia entre la autopercepción de la imagen del individuo con su estado nutricional.

4.1 Fortalezas

Las fortalezas encontradas en la presente investigación se centran, primero, en los pocos estudios realizados en instituciones educativas ecuatorianas sobre el tema, lo que justifica su aplicabilidad e importancia. Esto se conjuga con la alta prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria en los adolescentes, resaltando a la investigación como un tema de actualidad. Además, se observa como aspecto positivo la combinación de las áreas de nutrición y psicología, en base a las variables de estado nutricional y autopercepción de la imagen corporal, respectivamente. Por último, en cuanto a fortalezas dirigidas a la institución educativa, se evidencia la existencia de directrices más claras para la unidad, con el fin de plantear futuras rutas de actuación y prevención. Esto se debe a que, además, el estudio despertó el interés del personal del colegio, motivando la realización de adaptación de planificación en el área de educación física, y mejoras en el menú del bar.

4.2 Limitaciones

En cuanto a las limitaciones de la investigación, se resalta que su muestra pequeña no permite generalizar los resultados a toda la población de adolescentes del Ecuador, pues el estudio se limita a la población de adolescentes de la Unidad Educativa Particular Isabel Tobar. No obstante, se comprobó la hipótesis de trabajo (alternativa), la cual determinaba que existe,

concordancia entre la autopercepción de la imagen del individuo con su estado nutricional.

5 Conclusiones

La autopercepción y el estado nutricional de un individuo son dos variables íntimamente relacionadas. Diversos estudios han señalado que la alteración en uno de estos aspectos, produce cambios, positivos o negativos, en el otro, y viceversa. En cuanto al estado nutricional de la muestra, se observó una mayoría de la misma con peso normal, seguidos de aquellos con sobrepeso, y, en menor cantidad, con bajo peso y obesidad.

Por otro lado, para cumplir con el segundo objetivo específico, se determinó que la mayoría seleccionó aquellas siluetas correspondientes a sobrepeso, seguidos de peso normal, y una minoría seleccionó aquellas figuras correspondientes a bajo peso y obesidad. Esto puede verse reflejado en que la mayoría obtuvo una percepción correcta de su peso corporal, un tercio de la muestra contó con sobreestimación de la misma, y una minoría con subestimación.

Gracias a la investigación, se determinó la existencia de concordancia entre ambas variables, pues la mayor parte de la muestra evidenció una correcta autopercepción de su imagen corporal, en relación a su IMC. Sin embargo, existió un alto porcentaje de estudiantes que demostraron alteración de su percepción corporal, en cuanto a subestimación o sobreestimación de la misma, por lo que se evidencia la importancia del presente estudio, y de aquellas futuras investigaciones, que permitan plantear estrategias de prevención para

Trastornos de Conducta Alimentaria, y mejorar el bienestar integral de los adolescentes ecuatorianos.

6 Recomendaciones

- Realizar campañas de promoción de salud, nutrición y psicología, así como charlas educativas en busca de un bienestar integral de los adolescentes.
- Ampliar la valoración a aquellos estudiantes en riesgo de sufrir un Trastorno de la Conducta Alimentaria.
- Realizar evaluaciones periódicas del estado nutricional a los estudiantes para evaluar su progreso o déficit, y prevenir a tiempo.
- Brindar sugerencias al bar escolar para que este pueda ajustarse a los requerimientos nutricionales de los estudiantes.
- Realizar futuros estudios a diversos grupos etarios, así como a diferentes instituciones educativas del Ecuador.
- Implementar intervenciones para mejor estado nutricional de los estudiantes, así como aumento en su autoestima.

7 Referencias bibliográficas

- Arias, J., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting Eirl.
- Arribas Cachá, A. (2020). Estado nutricional (I). *Revista Enfermería En Desarrollo*, 24. <https://enfermeriaendesarrollo.es/en-desarrollo/estado-nutricional-i/>
- Bhattacharya, A., Pal, B., Mukherjee, S., & Roy, S. K. (2019). Assessment of nutritional status using anthropometric variables by multivariate analysis. *BMC Public Health*, 19(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/S12889-019-7372-2/TABLES/6>
- Cárdenas, J. (2018). *Investigación cuantitativa* (trAndeS). <https://doi.org/10.17169/refubium-216>
- Castro, S. (2022). *Imagen corporal: Qué es y sus Efectos en la Autoestima*. <https://www.iepp.es/imagen-corporal-y-efectos-autoestima/>
- Chagas, L. M., Ferreira, N. G., Hartmann, V., & Kümpel, D. A. (2019). Percepção da Imagem Corporal e Estado Nutricional de Adolescentes. *Revista de Psicologia Da IMED*, 11(2), 69–78. <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2019.v11i2.3166>
- Centro de investigación en pólizas de salud de UCLA. (2022). *Apéndice D: Consideraciones éticas en investigaciones con seres humanos*. https://healthpolicy.ucla.edu/programs/health-data-espanol/Documents/apendice_D_elaborando.pdf
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2021). *Acerca del índice de masa corporal para niños y adolescentes*. https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/childrens_bmi/ac

erca_indice_masa_corporal_ninos_adolescentes.html

De La Cruz Yamunaque, E., Abril-Ulloa, V., & Arévalo Peláez, C. (2018). Subestimación del índice de masa corporal a través de la autopercepción de la imagen corporal en sujetos con sobrepeso y obesidad. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(3).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55963208010>

de Sousa Ferreira, L., Cunha Rodrigues, T., Silva de Lima, V., Nogueira Bezerra, A., Vasconcelos Albuquerque, N., & Pinheiro Pereira, C. (2021). View of Perception of body image in adolescents and the relationship with their nutritional. *Research, Society and Development*, 10(1).
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i1.11484>

Franco Diez, E., Manjon Rubio, H., & Sesma Romero, J. (2021). Contraste de hipótesis. In *Manual AMIR Estadística y Epidemiología* (14th ed.). Academia de Estudios MIR.

Freire, W.B., Ramírez-Luzuriaga, M.J., Belmont, P., Mendieta, M.J., Silva-Jaramillo, M.K., Romero, N., Sáenz, K., Piñeiros, P., Gómez, L.F., & Monge, R. (2014). Tomo I: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de la población ecuatoriana de cero a 59 años. ENSANUT-ECU 2012. Ministerio de Salud Pública/Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.
https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/webinec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/MSP_ENSANUT-ECU_06-10-2014.pdf

Gaylis, J. B., Levy, S. S., & Hong, M. Y. (2019). Relationships between body weight perception, body mass index, physical activity, and food choices in Southern California male and female adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 264–275.

<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1614465>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). McGraw Hill.

<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Hurtado de Barrera, J. (2012). *El proyecto de investigación: comprensión holística de la metodología y la investigación*. Fundación Sypal.

Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (2010). *Evaluación del estado nutricional*. I Foro sobre Enfermedades Crónicas no transmisibles, Honduras.

Instituto Nacional de Estadística Guatemala (2022). *Manual de Antropometría*.

<https://microdata.worldbank.org/index.php/catalog/586/download/15467#:~:text=Peso%3A%20Mide%20la%20masa%20corporal,una%20evaluaci%C3%B3n%20inadecuada%20del%20ni%C3%B1o>

López Sánchez, G. F., Díaz Suárez, A., & Smith, L. (2018). Análisis de imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes españoles de 3 a 18 años. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(1), 167–172. https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v34n1/es_0212-9728-ap-34-01-00167.pdf

McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2018). Body Image in the Context of Eating Disorders. *Psychiatr Clin N Am*. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2018.10.006>

Méndez Dextre, G. A. (2020). Autopercepción de la imagen corporal y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa Jorge Basadre Grohmann del Callao, Perú, 2020 [Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)]. In *Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)*. <https://doi.org/10.19083/TESIS/652733>

- Moehlecke, M., Blume, C. A., Cureau, F. V., Kieling, C., & Schaan, B. D. (2020). Self-perceived body image, dissatisfaction with body weight and nutritional status of Brazilian adolescents: a nationwide study. *Jornal de Pediatria*, *96*(1), 76–83. <https://doi.org/10.1016/J.JPED.2018.07.006>
- Montesinos-Correa, H. (2014). Crecimiento y antropometría: aplicación clínica. *Acta Pediátrica de México*, *35*(2). https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-23912014000200010#:~:text=La%20talla%20representa%20la%20suma,a%20analizar%20la%20proporcionalidad%20del%20cuerpo.
- Naigaga, D., Jahanlu, D., Claudius, H., Gjerlaug, A., Barikmo, I., & Henjum, S. (2018). Body size perceptions and preferences favor overweight in adult Saharawi refugees. *Nutritional Journal*, *17*(17). DOI 10.1186/s12937-018-0330-5
- Prabhu, S., & D’Cunha, D. (2018). Comparison of body image perception and the actual BMI and correlation with self-esteem and mental health: A cross-sectional study among adolescents. *International Journal of Health & Allied Sciences*, *7*(3), 145. https://doi.org/10.4103/IJHAS.IJHAS_65_16
- Real Academia Española. (2022). *Edad*. <https://dle.rae.es/edad>
- Stunkard, A. J., Sorensen, T., & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis*, *60*, 115–120.
- Uchôa, F. N. M., Uchôa, N. M., Daniele, T. M. da C., Lustosa, R. P., Garrido, N. D., Deana, N. F., Aranha, Á. C. M., & Alves, N. (2019). Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in Adolescents of Developing Eating Disorders. *International Journal of Environmental Research and*

Public Health, 16(9), 1508. <https://doi.org/10.3390/IJERPH16091508>

Vidal, C., Crisosto Jara, C., Olivares-Keller, D., & Caro, P. (2023). Concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en la población chilena. *Nutrición Hospitalaria*, 39(6). https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021216112022001000012&script=sci_arttext&tlng=pt

Villegas Elsy Aidé, G., Martínez Liliana, J., Reyna, S., González Horacio, M., Torres Pico Diana Laura, M., Rea Violeta Josahandi, L., Zeferino Beatriz, M., Villegas, G. E., Martínez, J. L., González, M. H., Torres Pico, M. D., Rea, L. V., & Zeferino, M. B. (2021). Factores asociados a la distorsión de la imagen corporal en mujeres adolescentes. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 20(1), 12–19. <https://doi.org/10.29105/respyn20.1-2>

Wang, Y., Liu, H., Wu, F., Yang, X., Yue, M., Pang, Y., Li, X., Ma, J., Zhou, G., Gong, P., Liu, M., & Zhang, X. (2018). The association between BMI and body weight perception among children and adolescents in Jilin City, China. *PLOS ONE*, 13(3). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0194237>

World Health Organization. (2022). *Sexual and Reproductive Health and Research (SRH)*. <https://www.who.int/teams/sexual-and-reproductive-health-and-research/key-areas-of-work/sexual-health/defining-sexual-health>

Anexos

Consentimiento informado dirigido a la autoridad de la institución

Estimada autoridad,

La siguiente es una invitación para que su institución educativa participe de forma voluntaria en la investigación “Concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de los adolescentes”, que se realizará como parte de un proyecto de investigación previo a la obtención del título de Magister en Nutrición y Dietética por parte de la Universidad de las Américas. La investigación tiene el objetivo de conocer la concordancia que existe entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional de los adolescentes. Si acepta la participación de su alumnado, se analizarán las fichas médicas de los estudiantes adolescentes de bachillerato, en cuanto a las medidas de peso corporal, talla, sexo, edad y autopercepción del peso corporal (en base a las respuestas de los estudiantes, ya brindadas en el cuestionario de siluetas de Stunkard, en las instalaciones del centro educativo, a inicios del año lectivo 2022-2023). Una vez analizados los datos que se recolectarán en la investigación, los resultados generales serán compartidos a través de la institución educativa, para generar acciones en beneficio de todos los participantes.

La participación en la investigación no representa ningún riesgo para la integridad personal de los estudiantes. La decisión de participar en este estudio es voluntaria y tiene derecho a cambiar de idea en cualquier momento durante el mismo. La información se procesará bajo la más estricta confidencialidad y sólo la conocerá la investigadora y no será utilizada para algo diferente al estudio

que se está realizando. Ni usted, ni los estudiantes recibirán pago por su participación en el estudio.

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____, luego haber leído y entendido la información relacionada con el estudio “CONCORDANCIA ENTRE LA AUTOPERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL Y EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES”, acepto de forma voluntaria que mi institución participe en este estudio, y autorizo la utilización de fichas médicas. Soy consciente que me explicaron en qué consiste la investigación, el objetivo, mis derechos, que no recibiré beneficio económico y sé que no seremos sometidos a ningún riesgo para nuestra integridad personal. Sé que la decisión de participar en este estudio es mía y que tengo derecho a cambiar de idea en cualquier momento durante el mismo, y si este es el caso, informaré a la investigadora. Antes de tomar la decisión de participar en la investigación he tenido la oportunidad de hacer preguntas las cuales fueron respondidas de forma satisfactoria.

NOMBRE DE LA AUTORIDAD: _____

CARGO: _____ CI: _____

FIRMA: _____ FECHA: _____