

PORTADA

ANÁLISIS DE LA RELACIÓN DE LOS FACTORES  
NUTRICIONALES Y PSICOLÓGICOS DE LA OBESIDAD, EN  
ADOLESCENTES EN EDAD DE BACHILLERATO DE LA  
PREPARATORIA N° 3 DE LA CIUDAD DE TAPACHULA,  
CHIAPAS, DE ENERO A AGOSTO DEL 2024

Hoja en blanco

Portadilla

Autorización

## Dedicatoria

# Índice

## Introducción

# CAPITULO 1

## ANTECEDENTES

En el año de 1998 la OMS reconoce a la obesidad como una enfermedad, antes de esto se conocía a la obesidad como sinónimo de riqueza y belleza, y era imposible asociarla con enfermedad. En los estados del norte de México se realizó un estudio Para analizar la relación entre sobrepeso/obesidad, ansiedad y estrés se realizó un estudio transversal correlacional en el que participaron 849 adolescentes. Los análisis revelaron que las mujeres con sobrepeso y obesidad presentan mayores niveles de estrés y ansiedad, así como mayor probabilidad de manifestar ambas condiciones. Se concluye que el género y la obesidad son condiciones de riesgo para la manifestación de estrés y ansiedad.

La obesidad se conoce como el exceso de grasa en el cuerpo, es decir; el consumo de más calorías que las que se queman, con el complemento de poca o nula actividad física. Años antes se conocía que la obesidad era adquirida o hereditaria, con el paso de los años y el avance de los estudios se logró entender que no es así, hay infinidad de factores que influyen para que un adolescente padezca de obesidad, desde los factores genéticos, el entorno en donde se desarrolla su infancia, la educación alimentaria que tenga, las costumbres y los hábitos alimenticios, hasta los factores psicológicos.

Cuando hablamos de sobrepeso y obesidad, nos referimos a una de las más complejas problemáticas de salud pública, dado que en ella en su manifestación y prevalencia se advierte, además de la dimensión física, la intervención de factores sociales y psicológicos. En los últimos veinte años, a nivel mundial se ha registrado un crecimiento acelerado de las tasas de sobrepeso y obesidad en los diferentes grupos de edades, sin distinción de estrato socioeconómico y etnia, tanto en países desarrollados como en aquellos que se encuentran en vías de desarrollo. México es un país con alta prevalencia de obesidad en su población, y ocupa el primer lugar de obesidad infanto-juvenil y el segundo en obesidad en adultos La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Instituto Nacional de Salud Pública, 2012) refieren que 1 de cada 3 adolescentes de entre 12 y 19 años presenta sobrepeso u obesidad, lo que representa un 35 % de la población joven del país.



## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente la obesidad y sobrepeso en adolescentes constituyen un problema de salud pública endémico, por su creciente incidencia desde la infancia persistiendo muchas veces hasta la edad adulta. Todo esto como resultado de la interacción de una serie de factores genéticos, ambientales y de estilo de vida el impacto de estas alteraciones tiene repercusión a nivel psicológico dando como resultado la insatisfacción de la imagen corporal como cuadro inicial que puede conducir a diversas psicopatologías.

Según la Norma Oficial Mexicana NOM- 174-SSA1-1998, Para el manejo integral de la obesidad. Considera a la obesidad y sobrepeso como una enfermedad crónica caracterizada por el almacenamiento en exceso de tejido adiposo en el organismo, acompañada de alteraciones metabólicas, que predisponen a la presentación de trastornos que deterioran la salud. A nivel mundial la prevalencia de obesidad va cada vez más en aumento en países desarrollados y en países en vías de desarrollo.

En México la prevalencia de peso excesivo en adolescentes ha aumentado en forma notable, casi tres veces, en el casi cuarto de siglo de seguimiento a partir de las encuestas de salud y nutrición. Aun cuando la tasa de crecimiento ha disminuido, actualmente más de una tercera parte de los adolescentes presentan obesidad. Lo cual se ha convertido en un problema social.

La constitución física de un individuo es un factor que incide desde muy temprano en la conciencia de sí mismo y en su conducta. En la adolescencia se vive el 24 cuerpo como fuente de identidad, de auto-concepto y autoestima. Donde hay un desenvolvimiento social que podrá dar lugar a la mayor o menor insatisfacción del cuerpo.

La insatisfacción de la imagen corporal conduce al individuo que la padece al aislamiento con el deterioro de las relaciones interpersonales con sus pares y posteriormente a la depresión, angustia y otras psicopatologías.

La imagen corporal es la representación simbólica del propio cuerpo, es decir, la imagen corporal es la manera en la cual el individuo se ve y se imagina así mismo. Cuando se comienza la preocupación por el cuerpo, insatisfacción con el mismo, genera malestar interfiriendo negativamente, se habla entonces de trastorno de la imagen corporal.

Un estudio realizado en la Ciudad de México mostró que más del 52% de los adolescentes de 13 a 15 años diagnosticados con obesidad y sobrepeso, tienden a

hacer ejercicio excesivo, tener ayunos prolongados, disminuir el consumo de calorías y el consumo excesivo de pastillas para adelgazar, los resultados mostraron que este tipo de conductas se incrementa a medida que aumenta el peso corporal.

De acuerdo con esta información el diagnóstico de obesidad y sobrepeso debe considerar el conocimiento del factor psicológico, identificando la insatisfacción de la imagen corporal, que conduce al adolescente a cambiar de manera errónea su comportamiento sin que logre en muchos casos la reducción de peso la cual condiciona cierta depresión y angustia.

## HIPÓTESIS

La obesidad se considera multifactorial: los factores genéticos, metabólicos y conductuales son los más determinantes. También contribuyen factores psicológicos, como la ansiedad, la depresión, el consumo de alcohol y los trastornos de la alimentación, particularmente el trastorno por atracones.

La oferta excesiva y creciente de alimentos de alto contenido calórico, el aumento de grasas y de azúcares refinados en la dieta y la disminución de la actividad física contribuyen al aumento vertiginoso de este problema. Los pacientes obesos presentan una tasa más elevada de alteraciones psiquiátricas como depresión, ansiedad, baja autoestima, fobias, personalidad antisocial y estrés. Esto quiere decir que existe una relación positiva entre el sobrepeso - obesidad y la insatisfacción de imagen corporal. Por lo tanto, el grado de obesidad determina insatisfacción de la imagen corporal en adolescentes.

# OBJETIVOS

## Objetivo General

Concienciar a la población de la relación directa de los factores psicológicos que desencadenan la obesidad.

## Objetivos Específicos

- Evaluar por Índice de Masa Corporal (IMC) el estado de nutrición de los adolescentes de entre 15 y 18 años.
- Identificar el riesgo de enfermedades cardiovasculares a través del perímetro abdominal en los adolescentes de 15 a 18 años diagnosticados con sobrepeso y obesidad.
- Identificar la predisposición de la obesidad en adolescentes con relación a los problemas psicológicos dentro del ámbito social y familiar.

## PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- ¿Los adolescentes con familias disfuncionales son mas propensos a sufrir sobrepeso u obesidad en esta etapa?
- ¿Los adolescentes son más propensos a sufrir enfermedades psicológicas como ansiedad, depresión, etc.?
- ¿Las enfermedades psicológicas son los responsables de tener un cambio en la selección de la dieta en los adolescentes?

# JUSTIFICACIÓN

El sobrepeso y la obesidad se encuentran entre las enfermedades que causan más muertes, es uno de los problemas que se le considera como, la pandemia del siglo XXI, que continúa expandiendo sus cifras alrededor del mundo. No es hasta hace algunos años cuando se convierte en objeto de estudio y comienzan a desarrollarse programas de prevención y erradicación, desde una visión multifactorial que entiende que debe ser tratada desde todos los aspectos que engloban la vida de la persona, incluyendo el área de la Psicología.

Es por ello, que tenemos como objetivo estudiar todos los fenómenos que engloba a la obesidad y el sobrepeso, realizando un análisis de la sintomatología psiquiátrica predominante en función de la edad poblacional, considerando las características diferenciales de cada una de ellas. Por lo cual es un tema alarmante para la población, ya que esto afecta mucho en la salud, el exceso de grasa corporal en el cuerpo que puede ser perjudicial para la salud humana. (OMS, 2019).

Sin embargo, la aparición del sobrepeso y la obesidad dependen de muchos factores, entre estas enfermedades biológicas o de base, un estilo de alimentación dañina proveniente de la infancia, dietas alimenticias basadas en alimentos poco saludables, o por causas emocionales y psicológicas que han afectado a las personas que padecen este tipo de enfermedades.

La obesidad infantil está muy presente en nuestra sociedad, llegando a ser un problema de Salud Pública. No sólo afecta a la salud física, sino que también al funcionamiento psicológico. Uno de los elementos psicológicos que afectan a las personas con obesidad, es la autoestima.

Por un lado, el objetivo principal de esta revisión es determinar la asociación entre la obesidad entre jóvenes y adolescentes y los niveles de autoestima en una población de menores de edad, cómo es dicha relación y qué factores pueden intervenir entre estas variables que están estudiadas.

Por otro lado, es importante analizar la calidad metodológica de los artículos obtenidos con el fin de indagar si la evidencia encontrada es confiable.

Los resultados obtenidos reflejarán la evidencia de que la obesidad incide en la autoestima de las personas, especialmente el incremento de IMC tiene un impacto negativo en la valoración personal en los jóvenes y los adolescentes, teniendo en cuenta factores socioculturales.

En relación con el género, se han encontrado diferencias respecto a la autoestima, el IMC y la prevalencia.

Se concluye que esta relación está influenciada por factores sociales, personales, familiares y sobre todo culturales. Actuar en este problema de salud resulta necesario con la finalidad de proporcionar recursos a los niños y sus familias, para promover un estado adecuado de salud física y psicológica.

Las escuelas cuentan con un asesor pedagógico o asesor académico(psicólogo), que su función es, desarrollar estrategias destinadas a mejorar la convivencia institucional. Diagnosticar posibles problemas psicológicos y sociales, Colaborar en la elaboración de instrumentos de evaluación del aprendizaje, para que el alumno pueda desarrollarse y mejorar académicamente.

Respaldar a las familias para que puedan dar una mejor orientación psicológica, y mantener a los familiares alerta de cualquier problema que pueda perjudicar a la salud mental o física del alumno, mejorar la orientación académica y social a los alumnos, identificar cuando el joven o el adolescente presenta un problema de ansiedad, estrés, depresión, o algunos otros problemas o complicaciones que el joven o adolescente tenga, que pueda ser un factor de riesgo o causa para detonar inicio de sobrepeso u obesidad.

Uno de los beneficios de dar con esta investigación, es de obtener más información sobre el tema, lo cual será importante para la población, en este caso , que los padres sepan que, la obesidad es un ejemplo típico de la interacción de estos 3 factores (biológicos, psicológicos y sociales), estas afectaciones ponen en relevancia los factores psíquicos y sociales que interactúan para producir estilos de vida que favorecen a la aparición de la obesidad y sobrepeso , a lo que se puede añadir que existen comunidades humanas (familias, clases sociales, grupos poblacionales) donde el estar en sobrepeso, en jóvenes y en adolescentes , es sinónimo de bienestar físico y socioeconómico y por ende de progresos sociales. Con estas campañas, lograr y poder concientizar a la población para evitar esta enfermedad y darle mejor calidad de vida a los jóvenes o adolescentes que está en casa con ellos.

Esto sería, por medio de campañas, donde se dará y se promoverá este factor o problema que tenemos a nivel global, no solo el promover, si no también lo que es la importancia del estilo de vida, el por qué es necesario adaptarnos a las situaciones saludables, y el incrementa el funcionamiento del sistema cardiovascular y tener mejor salud y mayor rendimiento académico para los jóvenes y adolescentes.

## CAPÍTULO 2