

Hábitos alimentarios, sobrecarga ponderal y autopercepción del peso en el ámbito escolar



Juan Diego Hernández Camacho



Índice

1. Introducción

2. Materiales y Métodos

3. Resultados

4. Discusión y conclusiones

1. Introducción

En los últimos años se ha constatado un aumento exponencial del sobrepeso y la obesidad infanto-juvenil

Se observa un progresivo abandono del patrón alimentario mediterráneo, desplazado por un mayor consumo de productos procesados

Existe una percepción social negativa de la obesidad

Papel relevante de la autopercepción del peso en adolescentes

1. Introducción

Sobreestimación y la subestimación del peso determinan la adopción de hábitos saludables o riesgos para la salud

La sobreestimación del peso en adolescentes se ha relacionado con depresión, ansiedad, aislamiento social, e incluso con pensamientos e intentos de suicidio.

2. Materiales y métodos



Noviembre (2014)
Contacto con el centro

Enero (2015)
Envío de consentimientos informados

Febrero (2015)
Recogida de datos

Marzo-Abril-Mayo (2015)
Análisis e interpretación de los datos
Elaboración del proyecto

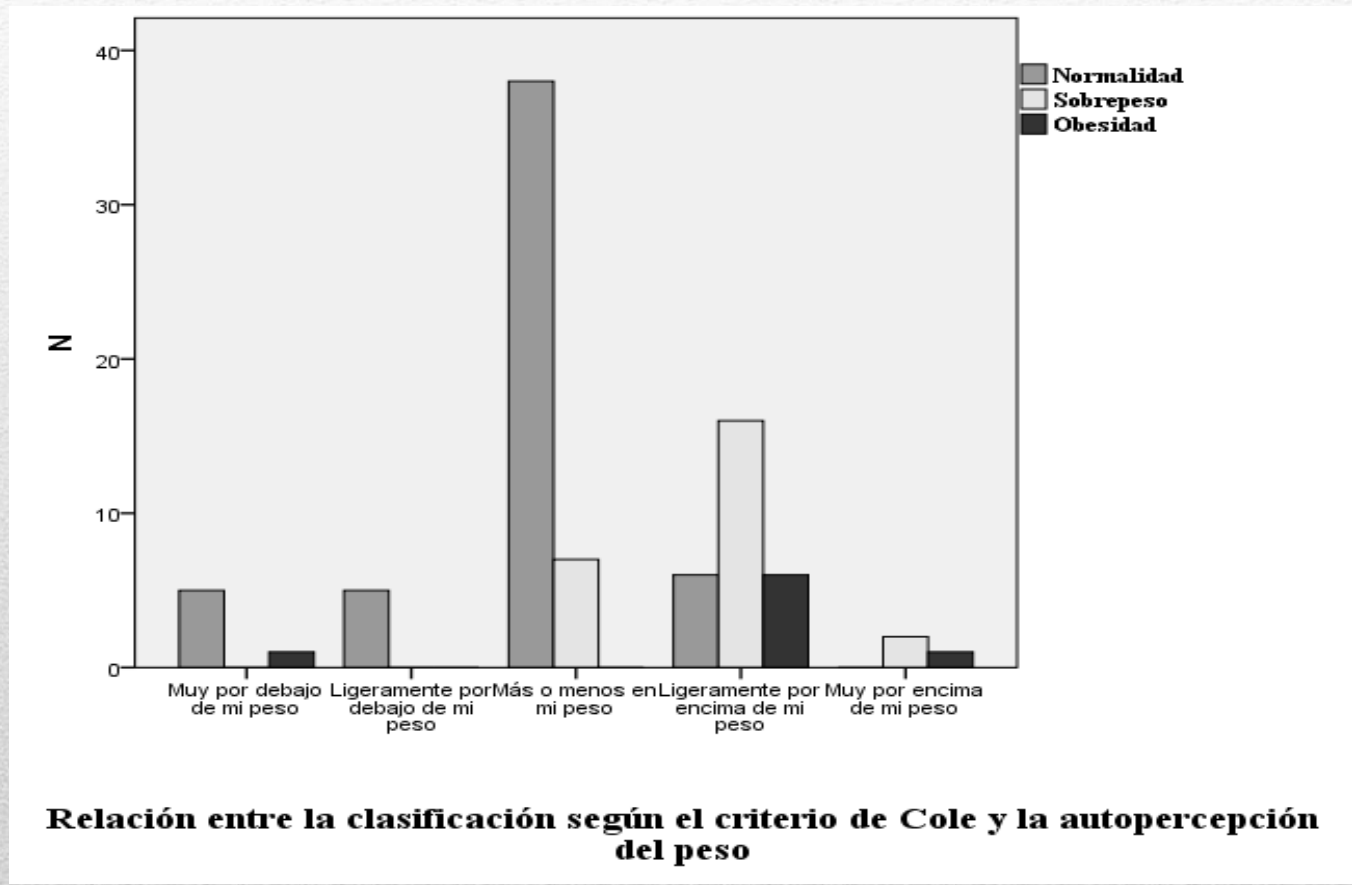
2. Materiales y métodos

Peso y talla reales y autoinformados

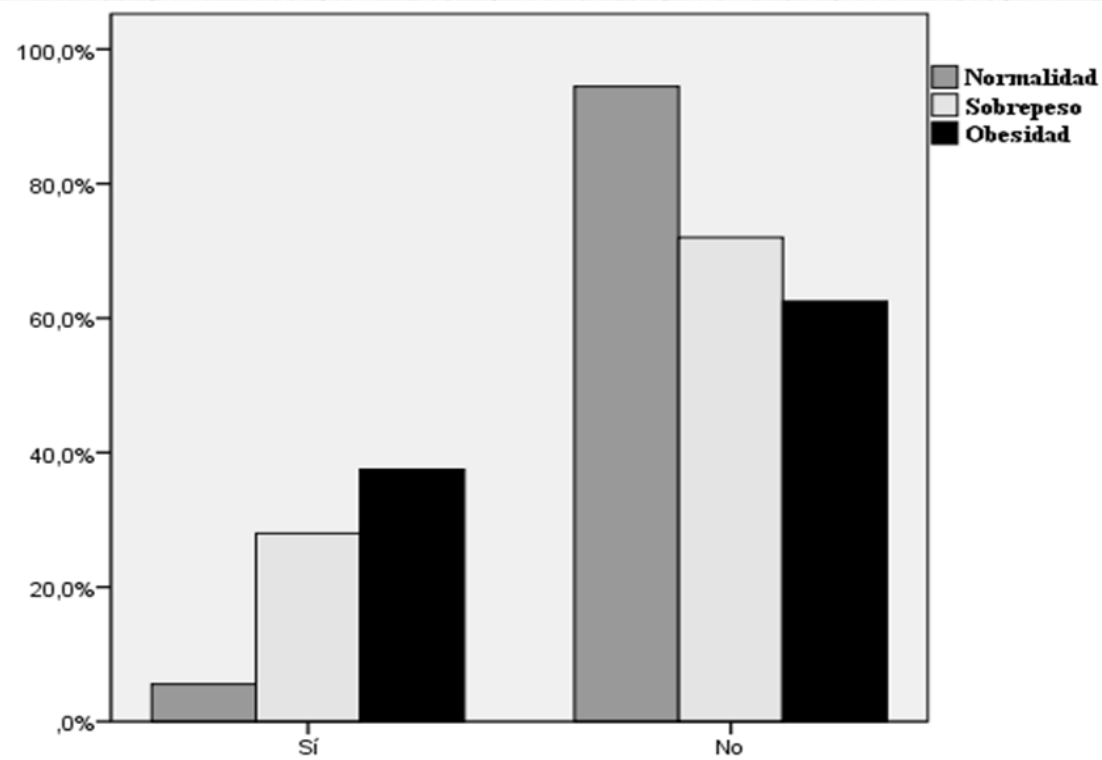
Cuestionarios Eating Disorders Inventory-26 (EDI-26), Kidmed, escala de autoestima de Rosenberg (SES), cuestionario Three Eating Factors Questionnaire-R18-SP, (TFEQ-R18-SP), escala de Siluetas corporales de Stunkard et al.

Cuestionario de autopercepción del peso, de autopercepción de la forma física, de realización de dieta y de control de peso

3. Resultados



3. Resultados



Relación entre la clasificación según el criterio de Cole y la planificación de hacer dieta

3. Resultados

- Cuestionario EAT-26, escala de Autoestima (SES) y cuestionario TEFQ-R18-SP
 - Adherencia a la dieta mediterránea y hábitos alimentarios
 - Hábitos alimentarios y autopercepción del peso
-

4. Discusión y conclusiones

- Se observa una elevada tasa de prevalencia de sobrepeso (28,73%) y obesidad (9,19%)
 - Hay un mayor planteamiento de realización de dieta cuanto mayor es el peso del individuo
 - Se recoge una baja adherencia a la dieta mediterránea, con un patrón alimentario correcto en el 26,44% del total
 - La ausencia de desayuno podría estar asociada a mayores tasas de sobrepeso y obesidad en la población adolescente
-

4. Discusión y conclusiones

- Escasa utilidad del índice Kidmed para predecir la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes y para valorar hábitos concretos
 - Necesidad de educación nutricional en adolescentes
 - Tendencia a la subestimación del peso en adolescentes varones y a la autopercepción errónea del peso
-

4. Discusión y conclusiones

- La autopercepción del peso puede llegar a condicionar la planificación de hacer dieta así como una mayor frecuencia de control de peso
 - El consumo de determinados alimentos podría influir en la autopercepción del peso y esta podría influir en el consumo de dichos alimentos
-

4. Discusión y conclusiones

- La autopercepción del peso también podría influir en la autoestima
 - La autopercepción del IMC podría afectar negativamente a la motivación para la realización de actividad física
 - Las puntuación obtenida en las escala ID aparece asociada a la puntuación en la escala IE del TEFQ. La ingesta descontrolada parece relacionada con la ingesta emocional.
-



Gracias

