

**Licenciatura en Psicología Clínica**

*“Actitud hacia el cuerpo y conductas asociadas al control de peso manifiestas en pacientes de una clínica de la ciudad de Asunción”*

**Andrea Graciela Rolón Bogarín**

**Asunción, Paraguay  
2021**

## ÍNDICE

LISTA DE TABLAS.....	VIII
LISTA DE GRÁFICOS .....	XIII
LISTA DE ILUSTRACIONES .....	XIV
RESUMEN.....	1
INTRODUCCIÓN .....	2
ACTITUD HACIA EL CUERPO Y CONDUCTAS DE CONTROL DE PESO ASOCIADAS A LA SALUD.....	4
Objetivos.....	9
Objetivo General. ....	9
Objetivos Específicos. ....	9
Justificación.....	10
Viabilidad.....	11
Limitaciones.....	11
MARCO TEÓRICO .....	13
Actitud hacia el cuerpo.....	13
Imagen Corporal.....	14
Dimensión emocional o de evaluación de la imagen corporal.....	15
Satisfacción con las partes del cuerpo .....	16
Evaluación física o del estado físico .....	17
Evaluación de la salud.....	17
Evaluación de la apariencia .....	18
Dimensión cognitiva-conductual.....	18
Percepción.....	18
Pensamiento.....	19
Orientación.....	19
Conducta.....	20
Conductas de salud.....	21
Conductas de riesgo.....	23
Modelos de cambio de comportamiento de salud.....	25
Modelo Procesual de Acción en Salud.....	25
Principios.....	26
Fase Motivacional.....	28
Fase Volitiva.....	29
Conductas de control del peso.....	31
Índice de Masa Corporal (IMC).....	33
Conductas relacionadas con el control del peso desde la alimentación .....	34
Abordaje nutricional .....	34
Conductas compensatorias relacionadas con la alimentación .....	36
Conductas relacionadas con el control de peso desde la actividad física.....	38
El ejercicio como conducta compulsiva .....	38
Trastornos relacionados con la imagen corporal y la conducta alimentaria.....	41
Trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos.....	41

Anorexia Nerviosa.....	42
Bulimia Nerviosa.....	45
Trastorno de atracones.....	48
Otro trastorno de la conducta alimentaria o de la ingesta de alimentos Especificado .....	50
Obesidad.....	51
Modelos teóricos para la intervención de estos trastornos.....	53
Enfoque cognitivo conductual.....	54
Enfoque sistémico o relacional.....	56
<b>DISEÑO METODOLÓGICO.....</b>	<b>64</b>
Definición conceptual y operacional de las variables .....	64
Definición conceptual de las variables.....	64
Definición operacional de Variables.....	65
Tipo de Estudio.....	65
Población y muestra .....	66
Delimitación Tiempo y Espacio .....	67
Procedimientos para la recolección de información.....	67
Plan de Análisis.....	69
Implicaciones éticas.....	69
<b>ANÁLISIS DE DATOS.....</b>	<b>71</b>
Datos Sociodemográficos de los participantes.....	71
Niveles de satisfacción con el propio cuerpo según Índice de masa corporal.....	75
Dimensiones de la satisfacción con el propio cuerpo manifiestas por los participantes....	78
Evaluación Física .....	80
Evaluación de la salud .....	82
Evaluación de la apariencia.....	84
Orientación Física.....	86
Orientación de la salud .....	89
Orientación de la enfermedad.....	91
Orientación de la apariencia.....	94
Clasificación del peso propio .....	97
Percepción Interna.....	97
Percepción Externa.....	100
Preocupación por el sobrepeso .....	103
Preocupación por la posibilidad de engordar.....	105
Conciencia de cambio de peso.....	106
Realización de dietas para perder peso.....	107
Satisfacción de las áreas del cuerpo.....	110
Niveles de discrepancia entre las actitudes de evaluación y de orientación hacia el propio cuerpo.....	114
Dimensiones relacionadas con la apariencia.....	114
Dimensiones relacionadas con lo físico .....	118
Dimensiones relacionadas con la salud y la enfermedad.....	121
Frecuencia de realización de conductas de riesgo asociadas con el peso .....	125
Deseos relacionados con el peso.....	125

Realización de dietas para la pérdida de peso.....	130
Acciones relacionadas con la conducta alimentaria .....	132
Conducta alimentaria como conducta compulsiva .....	132
Conducta alimentaria como mecanismo de control de peso.....	134
Frecuencia de realización de acciones para el control de peso.....	136
Participantes que presentan conductas que representan factores de riesgo para los trastornos de conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos.....	149
Participantes con bajo nivel de satisfacción de la imagen corporal.....	149
Participantes con nivel medio de satisfacción de la imagen corporal.....	150
Participantes con nivel moderado de satisfacción de la imagen corporal .....	151
Participantes con nivel alto de satisfacción de la imagen corporal.....	151
CONCLUSIONES.....	154
RECOMENDACIONES.....	172
LISTA DE REFERENCIAS .....	175
ANEXOS.....	180
Instrumentos de recolección de Datos.....	180
Cuestionario.....	180

## RESUMEN

La actitud hacia el cuerpo se refiere a la satisfacción corporal como constructo multidimensional abarcando aspectos como la condición física, la apariencia, la condición de salud y ausencia de enfermedad. Esta actitud se ve determinada por diversas conductas que contribuyen a mantener o mejorar esta satisfacción. Uno de los factores que influyen en la actitud hacia el cuerpo es el peso que no solamente es un indicador de salud, sino que también de satisfacción física y de la apariencia. Para el control o reducción de peso, se realizan diversas conductas que no siempre son saludables y sostenibles. En esta investigación se han tomado como variables la actitud hacia el cuerpo, medida desde el cuestionario MBSRQ, en donde se mide la satisfacción corporal de forma multidimensional y las conductas de control de peso, medidas a partir de preguntas relacionadas con las actividades para la pérdida de peso, realización de dietas y conductas compulsivas o restrictivas en la alimentación. El enfoque de la investigación es cuantitativo de tipo descriptivo no experimental. La muestra la comprenden 126 participantes, pacientes de una clínica de nutrición en Asunción a los cuales se les aplicó el instrumento. El análisis concluyó que la actitud hacia el cuerpo presentaba niveles altos de satisfacción en un 50,8% de la muestra. En cuanto a las conductas de control de peso, estas se sucedieron en mayor o menor grado en los diferentes niveles de satisfacción o IMC, específicamente aquellas que se relacionan con la restricción alimentaria y la presencia de atracones.

**Palabras Claves:** Actitud hacia el cuerpo, conducta, control de peso, imagen corporal, salud.