

Grado de adiposidad y satisfacción con la imagen*

(Degree of adiposity and satisfaction with one's own image)

Muñoz Cachón, María J.¹; Rebato Ochoa, Esther²;
Jelenkovic Moreno, Aline³; Salces Beti, Itziar⁴
Univ. del País Vasco/Euskal Herriko Unib. Fac. de CC. y Tecnología.
Dpto. Genética, Antropología Física y Fisiología Animal. Apdo. 644.
48080 Bilbao
¹mariajesus.munoz@ehu.es; ²esther.rebato@ehu.es;
³aline.jelenkovic@ehu.es; ⁴itziar.salces@ehu.es

BIBLID [1137-439X (2011), 34; 257-271]

Recep.: 30.03.2009
Acep.: 28.03.2011

Se ha estudiado la relación entre la adiposidad, los hábitos alimenticios y la satisfacción con la imagen corporal en una muestra de adultos de ambos sexos, residentes en la CAV. La mayor parte de la población estudiada opina que sus hábitos de alimentación son adecuados, pero muestra una clara preocupación por padecer sobrepeso u obesidad y por su propia imagen.

Palabras Clave: CAV. Sobrepeso. Obesidad. Percepción de la imagen corporal. Satisfacción con la propia imagen.

Gizentasunaren, jateko ohituren eta gorputz irudiarekiko pozbidearen arteko erlazioa aztertu da bizilekua duten EAEn bi sexuetako helduen lagin batean. Azterturiko herritar gehienek ustez, beren jateko ohiturak egokiak dira, baina gehiegizko pisuarekiko eta irudiarekiko kezka garbia agertzen dute.

Giltza-Hitzak: EAE. Gehiegizko pisua. Obesitatea. Gorputz irudiaren pertzepzioa. Norbere irudiarekiko pozbidea.

On a étudié le lien entre l'adiposité, les habitudes alimentaires et la satisfaction avec l'image corporelle chez un groupe d'adultes des deux sexes, résidents dans la CAV. La plus grande partie de la population étudiée pense que leurs habitudes alimentaires sont adéquates, mais montre une nette préoccupation pour leur surpoids ou obésité et pour leur image.

Mots-Clés : CAV. Surpoids. Obésité. Perception de l'image corporelle. Satisfaction de sa propre image.

* Este trabajo ha contado con una ayuda a la investigación 2008 de Eusko Ikaskuntza.

INTRODUCCIÓN

La prevalencia de obesidad ha aumentado en las últimas décadas provocando graves problemas de salud tanto en las sociedades desarrolladas como en aquellas en vías de desarrollo. La magnitud del problema se ve incrementada debido a que la obesidad no sólo se asocia con determinadas patologías, como la diabetes tipo II, la hipertensión, enfermedades coronarias, las apneas o determinados tipos de cánceres, sino que también se relaciona con estados de insatisfacción respecto a la morfología corporal (tamaño y forma) (14), es decir con la propia imagen.

La imagen corporal es un parámetro que se utiliza para analizar la satisfacción que las personas presentan frente a la imagen de su propio cuerpo. Además, también se puede analizar el tipo de imagen que un grupo poblacional encuentra atractivo y el tipo de imagen propia que esa población desearía presentar. El interés de estos análisis radica en que muchas alteraciones del estado nutricional y de la salud derivan de una percepción distorsionada de dicha imagen. Además la morfología corporal posee importantes connotaciones antropológicas como, por ejemplo, las preferencias culturales, de género, etnia, o nivel socioeconómico, entre otras, y su variabilidad temporo-espacial.

En las últimas décadas se han desarrollado distintas colecciones de imágenes para el estudio de la imagen corporal (5; 6), la cual se ha definido como el modo en que uno se percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo, siendo un concepto multifactorial (7). Este tipo de imágenes fue utilizado inicialmente para estudiar desórdenes alimentarios como la anorexia nerviosa; posteriormente, se aplicó este tipo de metodologías al estudio de la percepción corporal y la insatisfacción con la propia imagen en poblaciones que presentaban problemas relacionados con el sobrepeso y la obesidad (8; 10; 11). Recientemente se ha aplicado este tipo de metodologías al análisis de poblaciones generales, incluso para la estimación del sobrepeso/obesidad (12; 14).

Algunas teorías proponen que, sobre todo en las sociedades occidentales, la imagen corporal y sus distorsiones están fuertemente influenciadas por factores socioculturales, ya que los medios y las presiones sociales tienen una gran influencia sobre la percepción de la imagen corporal y el grado de satisfacción (o insatisfacción) con la misma (15). Más aún, en las sociedades occidentales, el hecho de sentirse “gorda” es una realidad diaria entre las mujeres y cada vez más entre el sexo masculino, por lo que la solución habitual es optar por hacer dieta (16).

Muchos autores han estudiado la imagen corporal durante las últimas décadas. Así, se ha observado que las mujeres tienen una mayor tendencia que los hombres a percibirse como “gordas”, a hacer algún tipo de dieta y a visitar al médico en busca de consejos acerca de problemas asociados con el sobrepeso. Parece que estos comportamientos se relacionan con el hecho de que las mujeres presentan generalmente una mayor insatisfacción con su apariencia física que los hombres, y que las diferencias más notorias

entre sexos se relacionan con la insatisfacción con el peso corporal (17). Por otro lado, los hábitos alimentarios inadecuados y la falta de actividad física son las principales causantes del desarrollo de la obesidad (18). Por ello es imprescindible cambiar los malos hábitos alimentarios para prevenir las enfermedades cardiovasculares y otros tipos de patologías relacionadas con la alimentación (19; 20).

Los objetivos del presente trabajo son: a) estudiar la percepción de la imagen corporal y el grado de insatisfacción con la misma en función del sexo y la edad, así como su relación con el sobrepeso y la obesidad, b) evaluar los hábitos relacionados con la alimentación y la satisfacción con el propio cuerpo y c) analizar la relación existente entre la imagen seleccionada como la imagen ideal, la imagen habitual y la imagen seleccionada como la más atractiva para la pareja.

1. MATERIAL Y MÉTODOS

1.1. Muestra

Se ha analizado una muestra transversal de 302 individuos (115 hombres y 187 mujeres), con edades comprendidas entre los 17 y 62 años, residentes en diversas localidades (principalmente vizcaínas) de la Comunidad Autónoma Vasca (CAV). La clase social puede considerarse media según el nivel de estudios y profesión. La participación ha sido voluntaria, previo consentimiento informado.

1.2. Variables estudiadas

Las variables estudiadas se han obtenido mediante encuesta personal a cada uno de los individuos, por lo que el tipo de datos del presente trabajo son autodeclarados. Los datos recogidos son tanto de tipo antropométrico como sobre imagen corporal y hábitos alimenticios.

- a) En el caso de las variables antropométricas se han estudiado por un lado el peso actual¹ (peso_R), el peso ideal² (peso_I) y el peso aceptable³ (peso_A), todos ellos medidos en kilogramos y, por otro lado, la estatura (cm). A partir de los pesos y la estatura se ha calculado el índice de masa corporal (kg/m^2) real (IMC_R), el índice de masa corporal ideal (IMC_I) y el índice de masa corporal aceptable (IMC_A), según las ecuaciones [1], [2] y [3], respectivamente. Los puntos de corte elegidos para

1. Peso que presenta el individuo en el momento de la encuesta.

2. Peso ideal que al individuo le gustaría pesar.

3. Peso con el que el individuo se estaría conforme a pesar de no ser su peso ideal.

los distintos grados de sobrepeso/obesidad han seguido los criterios de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (21).

$$IMC_R = \frac{\text{peso}_R}{\text{estatura}} \quad [1]$$

$$IMC_I = \frac{\text{peso}_I}{\text{estatura}} \quad [2]$$

$$IMC_A = \frac{\text{peso}_A}{\text{estatura}} \quad [3]$$

- b) La imagen corporal se ha analizado mediante la colección diseñada por Stunkard *et al.* (5). Dicha colección consta de nueve figuras femeninas y nueve figuras masculinas, que van ordenadamente desde muy delgado hasta muy obeso. A cada individuo se le pidió que seleccionase su imagen actual⁴, su imagen ideal⁵, su imagen habitual⁶ y la imagen atractiva⁷. Así, la satisfacción con la propia imagen se estimó a partir de la diferencia de la imagen seleccionada como actual menos la imagen seleccionada como la imagen ideal. Se asumió que cuando la diferencia entre ambas imágenes era negativa los individuos no deseaban estar más delgados (o deseaban aumentar su volumen), y en caso de ser positiva se asumió que los individuos deseaban adelgazar.
- c) Por último, se encuestó al individuo acerca de sus hábitos alimenticios presentándose la siguiente batería de preguntas, en su mayoría con respuestas cerradas tal y como se indica a continuación:

1. ¿Cómo crees que son tus hábitos alimentarios?

Malos / Adecuados / Buenos / Excelentes

2. ¿Controlas conscientemente tu peso?

Nunca / Rara vez / A veces / Frecuentemente / Siempre

3. ¿Con qué frecuencia haces dieta?

Nunca / Rara vez / A veces / Frecuentemente / Siempre

4. ¿Cuántas veces has hecho dieta a lo largo del último año?

5. ¿Evitas en tu dieta algún alimento o tipo de alimento?

Sí / No

4. La imagen que representaba más fielmente su estado actual.

5. La imagen que representaba más fielmente cómo le gustaría estar.

6. La imagen que representaba más fielmente su estado habitual, independientemente de que en el momento de la encuesta estuviese más gordo o más delgado.

7. La imagen que representaba más fielmente el tipo de cuerpo por el que se sentía más atraído.

6. ¿Cuántas comidas haces a lo largo del día?

7. ¿Estás satisfecho con tu tamaño y forma corporal?

(nada) 1/ 2 / 3 / 4 / 5 / 6 / 7 (extremadamente satisfecho)

8. ¿Te resulta difícil conseguir y mantener tu peso?

Muy fácil / Algo fácil / Neutral / Algo difícil / Muy difícil

9. ¿Pierdes peso y lo recuperas frecuentemente?

Sí / No

10. ¿Te asusta o preocupa poder llegar a tener sobrepeso u obesidad?

Sí / No / No sé

1.3. Normalidad de las variables antropométricas

La normalidad de las variables antropométricas se ha evaluado mediante el test de Kolmogorov-Smirnov. Así, al considerar ambos sexos en conjunto se ha observado normalidad en la estatura y en los distintos índices de masa corporal (real, ideal y aceptable); sin embargo, no se ha encontrado una distribución normal en el caso de los distintos pesos (real, ideal y aceptable). Sin embargo, al analizar hombres y mujeres por separado se ha observado normalidad en todas las variables en el caso de los hombres, y normalidad para la estatura y los distintos índices de masa corporal (real, ideal y aceptable) en el caso de las mujeres, las cuales no han presentado normalidad para los pesos (real, ideal y aceptable). En consecuencia, los tests de comparación utilizados han sido de tipo paramétrico en el caso de variables normales y no paramétricos al analizar aquellas variables que se desviaban de la normalidad. Para analizar las variaciones de los distintos rasgos con la edad se han considerado dos grupos: menores de 30 años y mayores de 30 años. Para los análisis se ha usado el paquete estadístico SPSS, versión 16.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA).

2. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

2.1. Estadísticos descriptivos

Los hombres muestran una estatura, peso (real, ideal y aceptable) e IMC (real, ideal y aceptable) más altos que las mujeres. Al analizar estadísticamente el dimorfismo sexual se han encontrado diferencias significativas para todas las variables ($p < 0,001$) (tabla 1). En este estudio, el IMC_R , utilizado como método de descripción del estatus nutricional, ha mostrado un marcado dimorfismo sexual, debido a los valores más elevados encontrados en los hombres. Resultados con una tendencia dimórfica similar se han encontrado en otros estudios, como por ejemplo el desarrollado por Aranceta *et al.* (21).

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las variables antropométricas según el sexo

	Hombres			Mujeres		
	N	Media	S.D.	N	Media	S.D.
Estatura	71	178,29	6,56	125	163,76	6,33
Peso _R	115	79,16	10,26	187	60,21	8,54
IMC _R	71	25,13	2,44	125	22,32	2,84
Peso _I	115	74,78	7,46	187	55,45	5,80
IMC _I	71	23,62	1,35	125	20,60	1,66
Peso _A	115	76,48	8,33	185	57,36	6,41
IMC _A	71	24,29	1,69	124	21,27	1,88

Los descriptivos de las variables en función de la edad tanto para hombres como para mujeres se muestran en la Tabla 2. En ambos sexos las variaciones con la edad no han resultado significativas ($p > 0,05$).

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de las variables antropométricas en función del sexo y grupo de edad

	Hombres						Mujeres					
	< 30 años			> 30 años			< 30 años			> 30 años		
	N	Media	S.D.	N	Media	S.D.	N	Media	S.D.	N	Media	S.D.
Estatura	24	177,73	6,35	43	178,38	6,73	79	164,38	6,43	44	162,72	6,12
Peso _R	52	78,85	10,94	57	79,63	9,78	113	59,98	8,83	71	60,50	8,25
IMC _R	24	25,59	2,51	43	25,05	2,36	79	21,99	2,77	44	22,85	2,95
Peso _I	52	74,52	7,19	57	74,70	7,44	113	55,42	6,14	71	55,44	5,33
IMC _I	24	23,76	1,40	43	23,59	1,38	79	20,39	1,64	44	20,91	1,66
Peso _A	52	75,81	7,74	57	76,81	8,53	112	57,21	6,85	70	57,51	5,80
IMC _A	24	24,43	1,52	43	24,25	1,72	78	21,00	1,85	44	21,69	1,87

Las frecuencias de las diferentes categorías del IMC_R se muestran en la Tabla 3. Los hombres tienen mayores porcentajes de sobrepeso en grado I, II y obesidad en grado I que las mujeres, mientras que estas últimas tienen una frecuencia muy elevada de normopeso (80%), pero también presentan la

categoría de peso insuficiente (4,8%) y de obesidad en grado II (0,8%), ambas ausentes en el sexo masculino. Al comparar los resultados de esta muestra con los descritos por Aranceta *et al.* (21) a nivel del Estado, se observa un mayor porcentaje de normopeso en ambos sexos y una menor frecuencia de las distintas categorías de sobrepeso y obesidad, a excepción de la categoría de sobrepeso de grado I para los hombres, que es mas elevada en el presente estudio. Otros estudios en poblaciones similares también han mostrado IMC_Rs más elevados que los obtenidos en este (22; 23). Asimismo, el porcentaje de los individuos en normopeso ha sido superior al obtenido en otros países europeos como Suiza, Francia, Italia o Grecia (24).

Tabla 3. Porcentaje de individuos para las distintas categorías de sobrepeso y obesidad establecidas por la SEEDO (21)

Categorías	Hombres	Mujeres
Peso insuficiente	–	4,8
Normopeso	50,7	80,0
Sobrepeso grado I	29,6	9,6
Sobrepeso grado II	18,3	4,0
Obesidad grado I	1,4	0,8
Obesidad grado II	–	0,8

Tabla 4. Porcentajes de individuos en función del sexo y la edad para las distintas categorías de sobrepeso y obesidad establecidas por la SEEDO (21)

Categorías	Hombres		Mujeres	
	< 30 (N=52)	> 30 (N=57)	< 30 (N=79)	> 30 (N=44)
Peso insuficiente	0	0	3,8	6,8
Normopeso	45,8	51,2	86,1	68,2
Sobrepeso grado I	33,3	27,9	5,1	18,2
Sobrepeso grado II	16,7	20,9	3,8	4,5
Obesidad grado I	4,2	0	1,3	2,3
Obesidad grado II	0	0	0	0

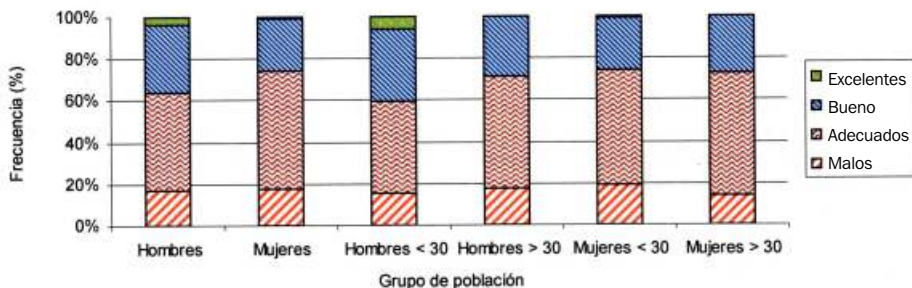
La notable menor prevalencia de sujetos con sobrepeso/obesidad en el presente estudio al compararlo con otros en poblaciones de similares características puede derivarse de cierto sesgo existente en la muestra debido a su forma de obtención.

2.2. Hábitos de alimentación

Al analizar los resultados de la encuesta relacionada con los hábitos alimentarios, se observa que la mayor parte de los encuestados opinan que sus hábitos de alimentación son adecuados. Asimismo, si se tienen en cuenta las

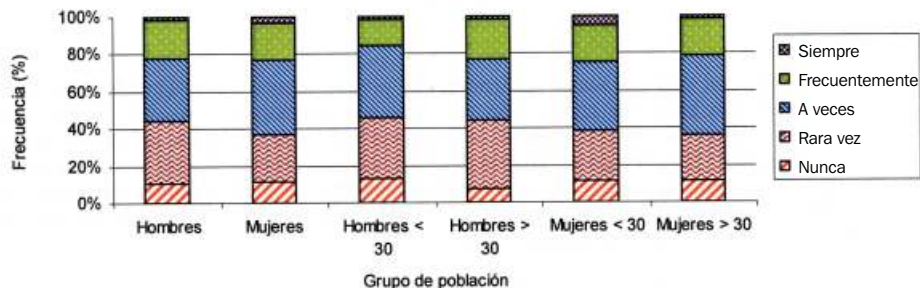
categorías positivas (hábitos adecuados, buenos y excelentes) en conjunto, se observa que el porcentaje de mujeres que consideran que tienen buenos hábitos alimentarios es inferior al de los hombres. Además, los hombres y mujeres presentan comportamientos diferentes en función de la edad: así, mientras que un mayor porcentaje de hombres menores de 30 años opinan que sus hábitos alimentarios son buenos, en el caso de las mujeres, son las mayores de 30 años las que presentan una mayor proporción para las categorías de buenos hábitos (Figura 1).

Figura 1. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Cómo crees que son tus hábitos alimentarios?” en función del sexo y la edad



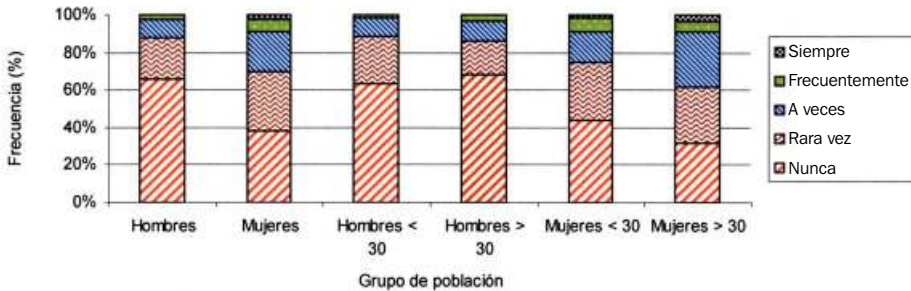
Por otra parte, y relacionado con la alimentación está el control consciente del peso corporal. Como se observa en la Figura 2, la proporción de mujeres que controlan su peso de forma habitual (a veces, frecuentemente o siempre) es mayor respecto a los hombres. En relación a la edad, en ambos sexos se observa un mayor control del peso en los mayores de 30 años. Otros estudios muestran resultados similares, observándose una mayor tendencia del sexo femenino al control del peso, a visitar al médico o dietista para comenzar una dieta o a realizar dietas bajas en calorías o carbohidratos (20).

Figura 2. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Controlas conscientemente tu peso?” en función del sexo y la edad



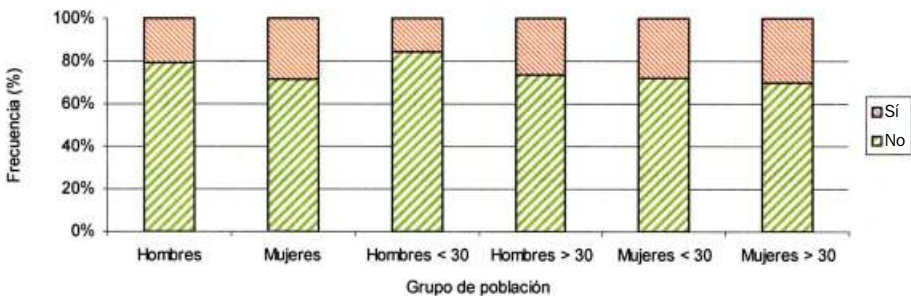
Generalmente, el control del peso corporal se asocia a algún tipo de dieta concreto, por lo que es importante analizar la frecuencia con la que los individuos realizan dieta. En el presente trabajo, teniendo en cuenta las categorías “a veces”, “frecuentemente” y “siempre”, se ha detectado que una mayor proporción de mujeres realizan algún tipo de dieta. Asimismo, como ocurre en el control de la alimentación, en ambos sexos se observa una mayor frecuencia de personas mayores de 30 años que realizan dieta (Figura 3).

Figura 3. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Con qué frecuencia haces dieta?” en función del sexo y la edad



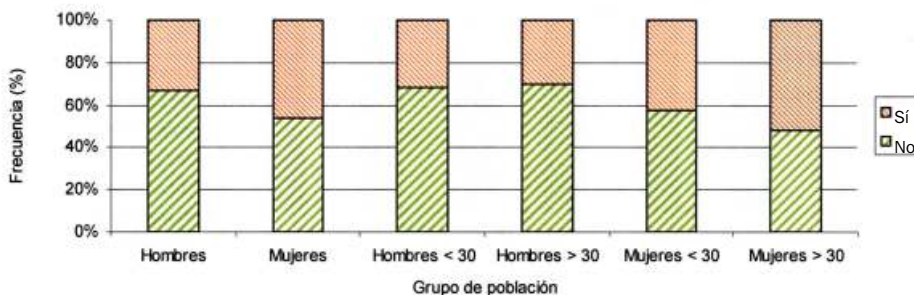
Por otro lado, además de alcanzar el peso idóneo para la estatura, es muy importante mantenerlo; en este caso se observa que un mayor porcentaje de mujeres pierden peso y lo recuperan frecuentemente respecto a los hombres. Al realizar el análisis por edades, se observa que son los individuos mayores de 30 años los que ganan y pierden peso con mayor frecuencia (Figura 4).

Figura 4. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Pierdes peso y lo recuperas frecuentemente?” en función del sexo y la edad



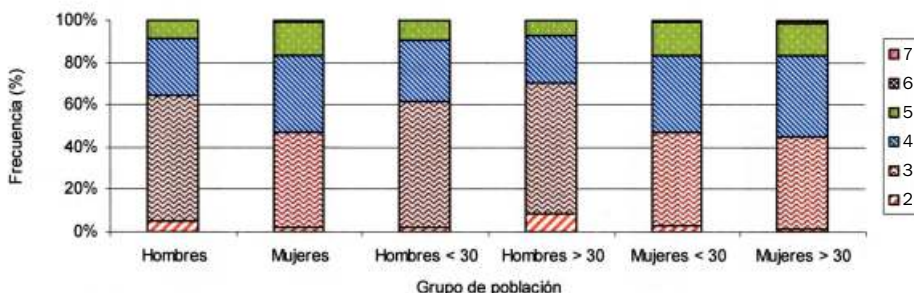
Dependiendo del tipo de dietas realizadas, se puede observar una simple reducción de la cantidad de alimentos o bien una suspensión del consumo de ciertos alimentos. Según los datos obtenidos en este trabajo se observa que el 33% de los hombres y el 46% de las mujeres evitan ingerir ciertos alimentos. Si tenemos en cuenta la edad, el comportamiento por sexos es diferencial: en el caso de los hombres, la frecuencia de los que evitan algún tipo de alimento es mayor entre los menores de 30 años. Sin embargo, en el caso de las mujeres, son las mayores de 30 años las que evitan ciertos alimentos en mayor proporción (Figura 5).

Figura 5. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Evitas en tu dieta algún alimento o tipos de alimentos?” en función del sexo y la edad



Respecto al número de comidas que se realizan al día, tanto en hombres como en mujeres de ambos grupos de edad, se observa que una mayoría de individuos realiza tres comidas diarias, seguido de los que realizan cuatro comidas al día (Figura 6).

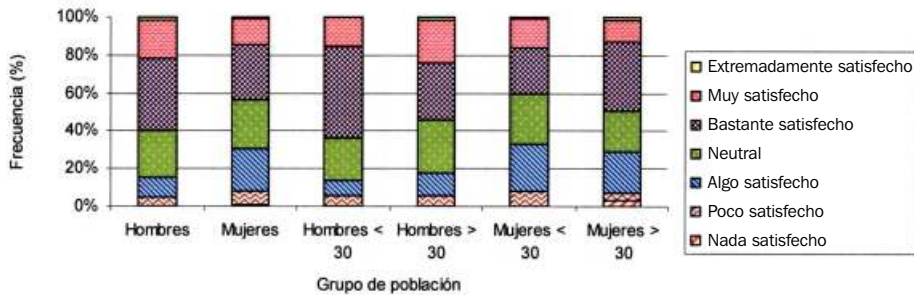
Figura 6. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Cuántas comidas haces a lo largo del día?” en función del sexo y la edad



2.3. Percepción de la imagen corporal

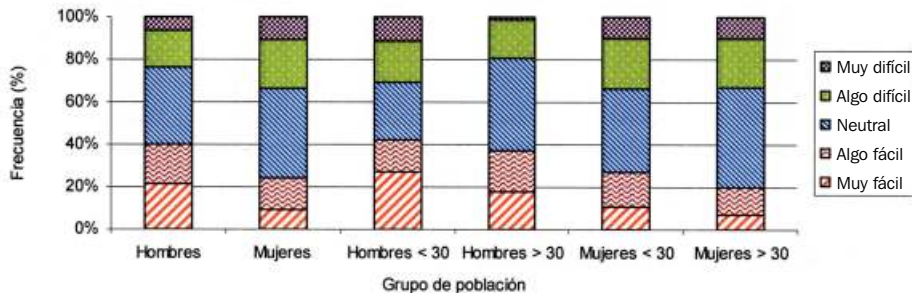
Respecto a la percepción de la propia imagen, se observa que aproximadamente el mismo porcentaje de hombres y mujeres se percibe de forma neutral frente a su tamaño y forma corporal. Sin embargo, al analizar las categorías positivas (bastante, muy y extremadamente satisfecho) se observa que un 60% de los hombres han seleccionado estas categorías frente a un 43% de las mujeres, las cuales se decantan más por el grupo de categorías negativas (algo, poco o nada satisfecho). Al analizar los dos sexos por separado en función de la edad, se observa que los hombres jóvenes se muestran más satisfechos con su cuerpo, mientras que en el caso de las mujeres son las de más edad las que presentan una mayor satisfacción (Figura 7).

Figura 7. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Estás satisfecho con tu tamaño y forma corporal?” en función del sexo y la edad



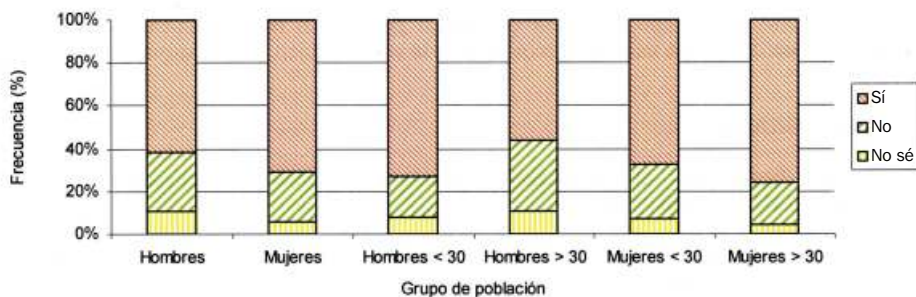
Uno de los principales objetivos de las dietas es alcanzar y mantener un peso concreto, pero dependiendo de distintas circunstancias es más fácil o más difícil alcanzarlo y mantenerlo. Al analizar este hecho, se ha observado que el 36% de los hombres y el 42% de las mujeres se presentan neutrales, si bien el porcentaje de hombres a los que les parece fácil conseguir y mantener su peso es más elevado. Si tenemos en cuenta los grupos de edad, en ambos sexos se observa un mayor porcentaje de individuos jóvenes a los cuales les resulta algo fácil o muy fácil conseguir y mantener su peso (Figura 8).

Figura 8. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Te resulta difícil conseguir y mantener tu peso?” en función del sexo y la edad



Por último, se observa que a más del 60% de los hombres y del 70% de las mujeres les asusta o preocupa poder llegar a tener sobrepeso u obesidad. Este porcentaje aumenta en el caso de los hombres menores de 30 años y se reduce en los mayores de 30. Entre las mujeres estas tendencias cambian, observándose un aumento del porcentaje entre las mujeres mayores de 30 años y una reducción entre las más jóvenes. Estos resultados concuerdan con los obtenidos por Moses *et al.* (25) que revelan que uno de los mayores miedos relacionados con la nutrición es el aumento de peso (Figura 9).

Figura 9. Frecuencias de respuesta a la pregunta “¿Te asusta o preocupa poder llegar a tener sobrepeso u obesidad?” en función del sexo y la edad



La satisfacción con la propia imagen estimada a través de la diferencia entre las siluetas seleccionadas como actual e ideal se ha analizado mediante test no paramétricos debido a la falta de normalidad de los datos. Así, al comparar la insatisfacción que presentaban las mujeres respecto a la que presentaban los hombres no se encontraron diferencias significativas en ninguno de los dos grupos de edad (hombres vs. mujeres menores y mayores de 30 años, respectivamente). Tampoco se encontraron diferencias significativas en función de la edad en cada sexo; es decir, que tanto los individuos menores de 30 años como los mayores de esa edad presentaron un grado similar de insatisfacción (o satisfacción) con la propia imagen. Los datos totales se muestran en la Tabla 5.

Tabla 5. Estadísticos descriptivos de las variables relacionadas con la imagen corporal en la muestra total, según el sexo

	Hombres			Mujeres		
	N	Media	S.D.	N	Media	S.D.
Imagen actual	115	4,66	1,27	186	4,23	1,08
Imagen ideal	115	3,89	0,81	186	3,20	0,68
Imagen habitual	114	4,54	1,20	186	4,09	1,05
Imagen atractiva	112	3,81	0,81	184	3,40	0,95
Imagen actual - ideal	115	0,77	1,05	186	1,02	0,84
Imagen habitual - ideal	114	0,65	0,97	186	0,88	0,79

Al analizar la percepción de la propia imagen se observan diferencias significativas entre la imagen habitual y la imagen ideal para ambos sexos, dado que los valores seleccionados para la imagen ideal son, en los dos casos, inferiores a los seleccionados para la imagen habitual (diferencia positiva), por lo que se entiende que los individuos desean estar más delgados. En el estudio desarrollado por Muñoz-Cachón y Rebato (26) se observaron resultados similares para las mujeres pero no para los hombres, que deseaban cuerpos más corpulentos. Estas diferencias pueden deberse con toda probabilidad al diferente rango de edad de los individuos de ambos estudios (9). Por otro lado, también se observan diferencias significativas entre las siguientes parejas de variables: Imagen ideal vs. Imagen atractiva e Imagen habitual vs. Imagen atractiva. Los hombres han seleccionado una imagen más delgada como la más atractiva para la pareja (3,81) que la que considerada como ideal (3,89) y muy alejada de las imágenes actual y habitual. En el caso de las mujeres, su imagen ideal (3,20) está ligeramente por debajo que la imagen que consideran más atractiva para el sexo masculino (3,40). Las discrepancias son muy notables respecto a la imagen actual y en menor medida a la habitual.

3. CONCLUSIÓN

La mayor parte de la población estudiada opina que sus hábitos alimenticios son adecuados o buenos, pero a su vez, muestran una clara preocupación tanto por padecer sobrepeso u obesidad como por su propia imagen. Paradójicamente, a pesar de estas preocupaciones que parecen fruto de la presión social en nuestro medio, el porcentaje de individuos en normopeso es bastante elevado, sobre todo en el sexo femenino, lo que indica el buen estado nutricional de la muestra estudiada.

4. AGRADECIMIENTOS

Las autoras agradecen la ayuda concedida por Eusko Ikaskuntza-Sociedad de Estudios Vascos para la realización de este trabajo (Ayudas a la investigación, convocatoria 2008).

BIBLIOGRAFÍA

- ARANCETA, J.; et al. "España, grupo colaborativo para el estudio de la obesidad". En: *Prevalencia de la Obesidad en España: resultados del Estudio SEEDO 2000. Med Clin (Barc)*, vol. 120, nº 16. 2003; pp. 608-612.
- ARONNE, L. J. "Classification of obesity and assessment of obesity-related health risks". *Obes Res*, vol. 10. Suppl 2. 2002; pp. 105S-115S.
- ; BROWN, T. A. "Body image in anorexia nervosa and bulimia nervosa. A review of the literature". *Behav Modif*, vol. 11, nº 4. 1987; pp. 487-521.
- CASH, Thomas F.; PRUZINSKY, Thomas. *Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice*, XXII. New York: Guilford Press, 2002; p. 530.
- DAVY, S. R.; BENES, B. A.; DRISKELL, J. A. "Sex differences in dieting trends, eating habits, and nutrition beliefs of a group of midwestern college students". *J Am Diet Assoc*, vol. 106, nº 10. 2006; pp. 1673-1677.
- DIGIOACCHINO, R. F.; SARGENT, R. G.; TOPPING, M. "Body dissatisfaction among White and African American male and female college students". *Eat Behav*, vol. 2, nº 1. 2001; pp. 39-50.
- FALLON, A. E.; ROZIN, P. "Sex differences in perceptions of desirable body shape". *J Abnorm Psychol*, vol. 94, nº 1. 1985; pp. 102-105.
- FITZGIBBON, M. L.; BLACKMAN, L. R.; AVELLONE, M. E. "The relationship between body image discrepancy and body mass index across ethnic groups". *Obes Res*, vol. 8, nº 8. 2000; pp. 582-589.
- FRANKENFIELD, D. C.; ROWE, W. A.; COONEY, R. N.; SMITH, J. S.; BECKER, D. "Limits of body mass index to detect obesity and predict body composition". *Nutrition*, vol. 17, nº 1. 2001; pp. 26-30.
- KAUFER-HORWITZ, M.; MARTINEZ, J.; GOTI-RODRIGUEZ, L. M.; AVILA-ROSAS, H. "Association between measured BMI and self-perceived body size in Mexican adults". *Ann Hum Biol*, vol. 33, nº 5-6. 2006; pp. 536-545.
- MADRIGAL, H.; DE IRALA, J.; MARTÍNEZ, M. A.; KEARNEY, J.; GIBNEY, M.; MARTÍNEZ, J. A. "Percepción de la imagen corporal como aproximación cualitativa al estado de nutrición". *Salud Pública Méx*, vol. 41, nº 6. 1999; pp. 479-486.
- MCTIGUE, K. M.; GARRETT, J. M.; POPKIN, B. M. "The natural history of the development of obesity in a cohort of young U.S. adults between 1981 and 1998". *Ann Intern Med*, vol. 136, nº 12. 2002; pp. 857-864.
- MONTEATH, S. A.; MCCABE, M. P. "The influence of societal factors on female body image". *Journal of Social Psychology*, vol. 137, nº 6. 1997; pp. 708-727.
- MOSES, N.; BANILIVY, M. M.; LIFSHITZ, F. "Fear of obesity among adolescent girls". *Pediatrics*, vol. 83, nº 3. 1989; pp. 393-398.
- MUÑOZ-CACHÓN, M. J.; REBATO, E. "¿La imagen que perseguimos es la deseada por el sexo opuesto?". En: *V Jornadas de Jóvenes Investigadores*. Bilbao: 28 febrero - 2 marzo, 2007.
- MUÑOZ-CACHÓN, M. J.; SALCES, I.; ARROYO, M.; ANSOTEGUI, L.; ROCANDIO, A. M.; REBATO, E. "Overweight and obesity: prediction by silhouettes in young adults". *Obesity (Silver Spring)*, vol. 17, nº 3. 2009; pp. 545-549.

- MUSAIGER, A. O.; AL-MANNAL, M. A. "Weight, height, body mass index and prevalence of obesity among the adult population in Bahrain". *Ann Hum Biol*, vol. 28, nº 3. 2001; pp. 346-350.
- ORTEGA, R. M.; REQUEJO, A. M.; SANCHEZ-MUNIZ, F. J.; QUINTAS, M. E.; SANCHEZ-QUILES, B.; ANDRES, P.; REDONDO, M. R.; LOPEZ-SOBALER, A. M. "Concern about nutrition and its relation to the food habits of a group of young university students from Madrid (Spain)". *Z Ernährungswiss*, vol. 36, nº 1. 1997; pp. 16-22.
- PEYTREMANN-BRIDEVAUX, I.; FAEH, D.; SANTOS-EGGIMANN, B. "Prevalence of overweight and obesity in rural and urban settings of 10 European countries". *Prev Med*, vol. 44, nº 5. 2007; pp. 442-446.
- RGUIBI, M.; BELAHSEN, R. "Overweight and obesity among urban Sahraoui women of South Morocco". *Ethn Dis*, vol. 14, nº 4. 2004; pp. 542-547.
- SAKAMAKI, R.; TOYAMA, K.; AMAMOTO, R.; LIU, C. J.; SHINFUKU, N. "Nutritional knowledge, food habits and health attitude of Chinese university students--a cross sectional study". *Nutr J*, vol. 4. 2005; p. 4.
- SCHRODER, H.; ELOSUA, R.; VILA, J.; MARTI, H.; COVAS, M. I.; MARRUGAT, J. Secular trends of obesity and cardiovascular risk factors in a Mediterranean population. *Obesity (Silver Spring)*, vol. 15, nº 3. 2007; pp. 557-562.
- STUNKARD, A. J.; SORENSEN, T.; SCHULSINGER, F. "Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness". *Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis*83, vol. 60. 1983; pp. 115-120.
- THOMPSON, J. Kevin; SMOLAK, Linda. *Body image, eating disorders, and obesity in youth: assessment, prevention, and treatment*. 1st ed. Washington DC: American Psychological Association, XII. 2001; p. 403.
- WILLIAMSON, D. A.; GLEAVES, D. H.; WATKINS, P. C.; SCHLUNDT, D. G. "Validation of the self-ideal body size: discrepancy as measure of body dissatisfaction". *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, vol. 15. 1993; pp. 57-68.
- WILLIAMSON, D. A.; WOMBLE, L. G.; ZUCKER, N. L.; REAS, D. L.; WHITE, M. A.; BLOUIN, D. C.; GREENWAY, F. "Body image assessment for obesity (BIA-O): development of a new procedure". *Int J Obes*, vol. 24, nº 10. 2000; pp. 1326-1332.