

Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes

10/2012 - **Psicologia.** Tradicionalment els trastorns del comportament alimentari i l'obesitat s'han abordat per separat. El *Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes* estudia tot aquest espectre de problemes des de una perspectiva integrada, especialment les conductes no saludables de control del pes i aquells factors de risc comuns que hi són implicats.



Els membres del Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes. D'esquerra a dreta, Joaquim Puntí, Jordi Fauquet, Gemma López-Guimerà, Anna Pujol i David Sánchez-Carracedo.

En els últims anys està emergint un camp de recerca que pretén estudiar des d'una perspectiva integrada, especialment preventiva, els trastorns del comportament alimentari i l'obesitat, extrems d'un continu de problemes que també inclouria la pràctica de conductes no saludables de control del pes i els problemes d'insatisfacció corporal. Aquest continu de problemes, anomenat "problemes relacionats amb l'alimentació i el pes" (*eating and weight-related problems*) en ocasions es donen conjuntament, evolucionen amb relativa facilitat d'un a un altre, i comparteixen un conjunt de factors de risc comuns. En aquest camp, sorgeix l'any 2009 el *Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes* dins del Departament de Psicologia Clínica i de la Salut, dirigit pel Dr. David Sánchez Carracedo i format també per la Dra. Gemma López Guimerà, professora del mateix Departament; el Dr. Jordi Fauquet, professor del Departament de Psicobiologia i Metodologia de les Ciències de la Salut; Joaquim Puntí, professor associat del Departament de Psicologia Clínica i de la Salut i psicòleg clínic de l'Hospital Parc Taulí; i, el Dr. Juan Ramón Barrada, professor de la Universitat de Saragossa; a més d'altres col·laboradors puntuals, com Carlos Almenara, doctorand del grup de recerca, i Anna Pujol, llicenciada en Psicologia i actualment becària del grup.

Tradicionalment, els trastorns del comportament alimentari i l'obesitat s'han abordat per separat. Els primers han estat estudiats per especialistes de la salut mental mentre que l'obesitat ha estat investigada per professionals de la medicina i la salut pública. El *Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes* estudia tot aquest espectre de problemes des de una perspectiva integrada, especialment les conductes no saludables de control del pes i aquells factors de risc comuns implicats en el desenvolupament tant del sobrepès i l'obesitat, com dels trastorns del comportament alimentari com l'anorèxia nerviosa, la bulímia nerviosa, i d'altres alteracions alimentàries.

La investigació d'aquests factors de risc comuns es fa amb una clara voluntat preventiva. Identificar aquests factors amb major precisió en poblacions pròpies, entre ells les conductes no saludables de control del pes més freqüents, permetrà, en un futur, prevenir l'evolució d'aquests problemes cap a problemes de salut més greus. En aquest sentit, es fonamental alertar als responsables de política sanitària de la necessitat de donar nous missatges i portar a terme noves accions preventives que s'adrecin de forma integrada a tot aquest continu de problemes, a fi d'evitar missatges contradictoris i que es pugui contribuir inadvertidament a d'altres problemes, com l'estigmatització de l'obesitat. Els estudis duts a terme per aquest equip pretenen contribuir a un canvi de paradigma en la forma d'entendre i abordar aquest conjunt de problemes.

Recerca internacional

En ser un àmbit de recerca força recent, el grup de la UAB és pioner a Espanya en el seu estudi. Alguns dels treballs d'investigació del grup s'han fet en col·laboració amb altres investigadors internacionals, entre els que destaquen experts de la Facultat de Salut Pública de la Universitat de Minnesota, com el grup de recerca liderat per la Dra. Dianne Neumark-Sztainer, equip pioner en proposar l'estudi d'aquest continu de problemes de forma integrada. Amb ella han dut a terme una proposta

d'anàlisi de la prevenció integrada dels trastorns alimentaris i de l'obesitat, proposta innovadora que per primera vegada es publica a l'àmbit de la salut pública.

Fruit d'una estada feta per la Dra. Gemma López Guimerà a la Universitat de Minnesota, tots dos equips de recerca han dut a terme una anàlisi comparativa de conductes no saludables de control de pes entre mostres d'adolescents dels EUA i de Catalunya amb diferents estatus de pes, trobant que les prevalències d'aquestes conductes, en tots dos països, són més elevades en els nois i noies amb sobrepès i obesitat (p.ex. saltar-se àpats principals). Tot i que les prevalències són més baixes en les mostres catalanes que en les americanes, no deixen de ser preocupants. Per exemple, en noies amb pes normal, la pràctica d'aquestes conductes s'apropa al 40% als EUA i al 25% a Catalunya, mentre que en noies amb sobrepès es situa a prop del 80% i 50%, respectivament. Es el primer estudi transcultural d'aquest tipus que es fa a Espanya.

També han realitzat una col·laboració amb l'investigador Michael P. Levine, expert del Kenyon College d'Ohio en les relacions entre el problema alimentari, la imatge corporal i els mitjans de comunicació. Conjuntament han realitzat una proposta de model sobre el paper dels mitjans com a factor de risc de la insatisfacció corporal, les preocupacions pel pes i les conductes i actituds alimentàries alterades de control del pes, i sobre les variables i mecanismes que moderen i intervenen en aquesta relació.

Validació de qüestionaris

Una altra tasca molt important realitzada pel *Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes* ha estat la validació per població adolescent espanyola de dos qüestionaris que avaluen alguns dels factors de risc compartits per aquest conjunt de problemes.

El primer d'ells és el SATAQ-3 (*Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire-3*), que avalua la interiorització de les pressions socials relacionades amb l'aparença, un dels mecanismes que explica com les imatges i missatges que rebem dels mitjans i dels diferents agents socials sobre l'aparença i el control del pes poden portar a una persona al desenvolupament d'aquest tipus de problemes. Aquest qüestionari és el *gold standard* a nivell internacional per avaluar aquesta variable, i la seva validació s'ha fet amb un procediment analític molt recent, pràcticament inèdit en el camp de la psicologia clínica a Espanya.

El segon és el POTS-S (*Perception of Teasing Scale-Spanish*) que avalua la freqüència i els efectes de les burles relacionades amb el pes, un factor de risc de desenvolupament tant dels trastorns del comportament alimentari com de sobrepès i l'obesitat. Les burles sobre el pes també juguen un paper de gran rellevància en l'estigmatització social que pateixen les persones amb obesitat, especialment nens i adolescents, malgrat que l'obesitat està reconeguda com una malaltia crònica. Aquest qüestionari també és el més utilitzat a nivell internacional per avaluar aquest factor.

Educant per prevenir

Un dels projectes de recerca més importants que està duent a terme el Grup de Recerca ha estat l'avaluació de la eficàcia d'un programa de reducció de factors de risc dels problemes relacionats amb l'alimentació i el pes, adreçat a estudiants de secundària, quan és administrat per agents comunitaris que han rebut una formació prèvia.

El programa, està basat en l'alfabetització en mitjans de comunicació i en l'educació sobre alimentació saludable. Ensenya als nois i a les noies a desenvolupar un pensament crític front els missatges i imatges que reben dels mitjans en relació a la sobrevaloració de la bellesa física i el control no saludable del pes.

En aquest estudi, participen una vintena d'instituts d'ensenyament secundari del Vallès Occidental, i s'ha comptat amb la col·laboració de l'Hospital Parc Taulí i la Fundació Privada Institut de Psicologia. Per dur-lo a terme van formar més de 60 agents comunitaris (personal d'infermeria del programa Salut i Escola, tècnics de salut dels ajuntaments participants i docents dels centres) en un programa de formació especialment dissenyat pel projecte, que va ser acreditat tant pel Departament d'Ensenyament com pel Consell Català de Formació Continuada de les Professions Sanitàries de la Generalitat. En breu esperen tenir ja les primeres conclusions sobre la seva eficàcia.

Articles publicats sobre les recerques realitzades pel Grup de Recerca de Problemes Relacionats amb l'Alimentació i el Pes:

López-Guimerà, G., Fauquet, J., Sánchez-Carracedo, D., Barrada, J.R., Saldaña, C., Masnou, A. (2012). Psychometric Properties of the Perception of Teasing Scale in a Spanish Adolescent Sample: POTS-S. *Eating & Weight Disorders*, 17. DOI: 10.3275/8245

López-Guimerà, G., Levine, M. P., Sánchez-Carracedo, D. & Fauquet, J. (2010). Influence of Mass Media on Body Image and Eating Disordered Attitudes and Behaviors in Females: A Review of Effects and Processes, *Media Psychology*, 13, 387 – 416. DOI: 10.1080/15213269.2010.525737.

López-Guimerà, G., Neumark-Sztainer, D., Hannan, P., Fauquet, J., Loth, K. & Sánchez-Carracedo, D. (In Press). Unhealthy weight control behaviors, dieting and weight status: A cross-cultural comparison between North American and Spanish adolescents. *European Eating Disorders Review*, DOI: 10.1002/erv.2206

Sánchez-Carracedo, D., Barrada, J.R., López-Guimerà, G., Fauquet, J., Almenara, C.A., Trepal, E. (2012). Analysis of the Factor Structure of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire (SATAQ-3) in Spanish Secondary Students Through Exploratory Structural Equation Modelling. *Body Image*, 9, 163-171. DOI: 10.1016/j.bodyim.2011.10.002.

Sánchez-Carracedo, Neumark-Sztainer, D. & López-Guimerà, G. (In press). Integrated prevention of obesity and eating disorders: barriers, developments and opportunities. *Public Health Nutrition*. DOI:10.1017/S1368980012000705.

David Sánchez Carracedo

Departament de Psicologia Clínica i de la Salut

Universitat Autònoma de Barcelona

