



Factores característicos que son causa de la anorexia en los adolescentes

CIN2016A10100

UNIVERSIDAD LATINA, S.C. (CAMPUS SUR)

Autor(es): Luisa Fernanda Sepúlveda García

Asesor(a): Keren Díaz Hernández

Área del conocimiento: Ciencias Biológicas, Químicas y de la Salud

Disciplina: Psicología

Tipo de investigación: De Campo

Ciudad de México 15 de febrero 2016:



**Universidad
Latina**

Factores característicos que son causa de la anorexia en los adolescentes.

Febrero 2016

Resumen

Definimos la anorexia como la pérdida del apetito para perder peso de forma rápida mediante la restricción de la ingesta de alimentos. Podemos decir que es un trastorno psicológico que requiere tratamiento médico. Las personas que sufren anorexia tienen una imagen errónea de su cuerpo, se ven gordos cuando no lo están ya que tienen un estado de extrema delgadez. Este tipo de enfermedad se basa en una gran alteración de la conducta alimenticia que trata de mantener el peso corporal debajo de lo normal y un gran miedo a obtener peso. La pérdida de peso se obtiene a través de ingerir cada vez menos cantidad de alimentos, en especial aquellos con alto contenido calórico, la mayoría de los anoréxicos termina realizando una dieta restringida acompañada de mucho ejercicio físico.

Las causas son desconocidas, pero los factores sociales parecen importantes. Aunque hay muchos factores socioculturales que pueden desencadenar la anorexia, es probable que una parte de la población tenga una mayor predisposición física a sufrir este trastorno, independientemente de la presión que pueda ejercer el entorno o contexto social.

La anorexia se puede diagnosticar no sólo al ver a una persona con un bajo peso corporal, esta enfermedad presenta ciertas características muy propias de dicho trastorno, los principales son:

- Rechazo a mantener el peso normal de acuerdo a la edad y a la altura del individuo, adopción de distintas dietas, distorsión de la imagen del cuerpo, preocupación por las calorías de los alimentos, se presentan dolores

abdominales, vómitos, preocupación por cómo son elaboradas las comidas (con qué ingredientes), restricción de alimentos, hiperactividad entre otras cosas.

Hay diversos tratamientos para la cura de la anorexia, entre algunas alternativas se encuentran: la psicoterapia, terapia comportamental, terapia medicamentosa, familiar, etc., cuyos objetivos de estos tratamientos es regularizar la alimentación en el individuo y hacer que el entorno familiar solucione sus disfunciones, ya que el papel de la familia es fundamental para la recuperación.

Palabras claves: anorexia, adolescentes, sociedad, peso.

Abstract

We define anorexia and loss of appetite to lose weight quickly by restricting intake. We can say that it is a psychological disorder that requires medical treatment. People who suffer from anorexia have a wrong image of his body, they are fat when they are not because they have a state of extreme thinness. This type of disease is based on a change in eating behavior trying to keep body weight below normal and a great fear of weight gain. Weight loss is obtained through eating less and less amount of food, especially those high-calorie, most anorexics ends making a restricted diet accompanied plenty of exercise. The causes are unknown, but social factors seem important. Although there are many cultural factors that can trigger anorexia, it is likely that part of the population has increased physical predisposition to this disorder, regardless of which can exert pressure environment

Anorexia can diagnose not only to see a person with low body weight, this disease has certain very specific to the disorder features: Refusal to maintain normal weight according to age and height of the individual, adopting different diets, distorted body image, worry about the calories of food, abdominal pain occur, vomiting, concern about how they are made of meals (how ingredients), food restriction, hyperactivity among other things. There are various treatments to cure anorexia, the alternatives are: psychotherapy,

behavioral therapy, drug therapy, family, etc. The objectives of these treatments is to regulate power in the individual and try to solve their family environment dysfunctions as the role of the family is essential for recovery.

Keywords: anorexia, teens, society, weight.

Introducción

Hoy en día, a pesar de todas las advertencias que existen en el sector salud, en los medios de comunicación, con la facilidad de contar con los medios digitales y del entorno familiar, los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) representan una de las enfermedades crónicas, más frecuentes en adolescentes y mujeres jóvenes. Por nuestra parte la investigación se enfoca en la Anorexia Nerviosa que como parte de las enfermedades de TCA se caracterizan por tener una alteración definida del patrón de ingesta o de la conducta sobre el control del peso, que produce un deterioro físico y psicosocial. (Madruga, 2016).

Por otra parte, los centros escolares son un lugar donde se puede ayudar a identificar los síntomas de la anorexia nerviosa y en la adolescencia estos mismos síntomas no son muy diferentes a los que se presentan en la edad adulta. Las amistades, la interacción con los maestros o las áreas psicoterapia pueden ayudar a la familia a estar atentos a los datos importantes como la pérdida de peso o un cambio importante en la forma de actuar y comentarlos cuando exista la sospecha por mínima que sea de que alguien padece un problema de este tipo (Álvarez, 2012).

Justificación

Los jóvenes en la actualidad se han convertido en un elemento vulnerable de la sociedad. Ellos hoy en día cuentan con las herramientas del manejo de la información y a pesar de esto son en su mayoría propensos a tener algún tipo de trastornos de la conducta alimentaria como la anorexia nerviosa, y esto responde a que en el momento actual los trastornos del comportamiento alimentario, la anorexia, en particular, están aumentando alarmantemente. El Instituto Nacional

de Psiquiatría (INP) señala que la demanda de atención en casos de anorexia ha aumentado de forma preocupante en los últimos 10 años. Estos trastornos, que afectan principalmente a las mujeres, son muy difíciles de medir, porque quienes los padecen niegan rotundamente su existencia, a pesar de que es materialmente imposible ocultar los síntomas que los caracterizan, tales como la excesiva pérdida de peso. Esto ha provocado que exista un registro por debajo de los niveles reales, (Cruz, 2006).

De igual modo, las estadísticas del INP arrojan datos que estiman que una de cada 100 adolescentes en México trata de evitar un desenlace fatal. En el transcurso de esta enfermedad crea desadaptaciones familiares, escolares y sociales en las personas que lo padecen; además, en el transcurso de la enfermedad y posterior recuperación, las personas que les rodean, sufren de forma intensa. No se trata de curar la enfermedad, se trata de hacer consciencia de la influencia cultural resulta en muchas ocasiones evidentemente el factor principal en el desarrollo de los trastornos de la alimentación. Se trata de encontrar como está desarrollándose este trastorno en nuestro entorno de cada día e informar que el anhelo de delgadez es un valor plenamente introducido en la cultura contemporánea y colocar un paso de aviso a las personas y para cada uno de los individuos es más importante que los otros les vean bien, a sentirse bien. (Tamborrel, 2013).

Planteamiento del problema

Existen muchos elementos que no son detectados por las personas que desarrollan trastornos alimenticios. Para la anorexia existen señales que de ser detectadas a tiempo evitarían la adquisición de la enfermedad y en la actualidad la influencia de los medios de comunicación, las reglas sociales o presión familiar crean entornos que favorecen la anorexia sin que las personas puedan detectar el inicio de la misma. En ocasiones se van creando una imagen errónea de su cuerpo, dejándose llevar por lo que sienten y no por lo que ven, esta situación influye mentalmente que no se dan cuenta cuando adquieren la enfermedad. Es

por eso que esta etapa de la adolescencia específicamente en los rangos de edad de catorce a dieciocho años donde la imagen física suele ser la más importante y solo se piensa en lo que digan los demás y se busca la satisfacción de verse al espejo y sentirse bien uno mismo, pero esto los vuelve más vulnerable a la enfermedad.

Sustento teórico

Origen histórico

Existen evidencias que el primer caso de anorexia se dio con Catalina de Siena. Ella era hija de Jacomo Benincasa y Lapa Piacenti, nació el 25 de marzo de 1347 en Siena (Italia), siendo la penúltima de 25 hermanos. Con 26 años fue obligada a casarse. Esta situación la llevó a encerrarse en su habitación a maltratarse no comiendo consiguiendo ingresar al final en la orden dominicana pero con la mitad de su peso. (Baile, 2012). Históricamente la palabra anorexia era utilizada como sinónimo de falta de apetito. Desde el siglo XX se conoce la anorexia nerviosa como un miedo a engordar. En las antiguas sociedades, las mujeres gordas tenían más atractivo sexual que las delgadas. Una mujer gorda constituía una señal de estatus elevado, de prestigio. (Álvarez, 2012).

Determinantes de la anorexia

Las causas de la anorexia son múltiples y son el resultado de varios factores que influyen en la conducta del individuo. Es claro que también su familia y la sociedad tienen su aporte a la enfermedad, no obstante, cada caso debe tener un tratamiento de forma individual. Se sabe que una causa desencadenante de la anorexia es la falta de autoestima personal y es de suponerse que un factor que puede considerarse como parte del tratamiento para lograr la recuperación de una anoréxica nerviosa es el conseguir desarrollar en ella un saludable sentido de auto apreciación, pero como se mencionó no siempre es así. Otro determinante de quienes padecen la anorexia nerviosa es la dificultad para interaccionar adecuadamente con otras personas. (Tamborrel, 2013).

Anorexia en México

En México se estima que el 90% de los pacientes que padecen anorexia son mujeres, mientras que el otro 10% son hombres. Según el sector salud, cada año se registran 20 mil casos de anorexia y bulimia, y la edad promedio de inicio de estos padecimientos fluctúa entre los 14 y los 17 años. Esto coloca en nuestra institución como una población que es propensa a adquirir esta enfermedad y si tomamos en cuenta que el 57% de los adolescentes enfermos pueden llegar a tener una vida normal con tratamiento médico; el 40% presenta una curación total, mientras que el 3% de los adolescentes fallecen antes de empezar algún tipo de tratamiento dándole una gran importancia a tomar medidas que prevengan un posible caso. En la población universitaria pública o privada de México, entre el 19% y el 30% de las mujeres presenta algún tipo de trastorno con conductas por su obsesión sobre su imagen corporal, sin tener el resto de los síntomas. (López, 2014). Arroyo menciona que los trastornos alimenticios aumentaron 300% en México durante los últimos 20 años. De estos casos el 95% de los casos la anorexia se desarrolla para tener una figura delgada. La demanda de atención en casos de anorexia ha aumentado de forma preocupante en los últimos 10 años, señaló Rodrigo León Hernández, investigador del Instituto Nacional de Psiquiatría (INP) de la UNAM. (2015).

Hipótesis

Los factores sociales como la familia, los amigos y medios de comunicación pueden modificar la estructura mental y física en un adolescente, llevándolos a desarrollar trastornos alimenticios como lo es la anorexia.

Objetivo general

Dar a conocer como los factores sociales influyen en el desarrollo de la anorexia desde una experiencia de vida, antes y después de la enfermedad.

Metodología

- Se realizara una investigación cuantitativa. Que se analiza y calcula el tamaño de la muestra y diseño de encuestas como instrumento de investigación.
- Con la finalidad de obtener información en la identificación de la influencia de los factores sociales en el posible desarrollo de los trastornos alimenticios (anorexia), se diseñó una encuesta para obtener información en la que se hacen preguntas sobre los datos que desea obtener, y posteriormente se reúnen para hacer cálculos estadísticos simples.
- El diseño de la encuesta realiza se basa en un cuestionario donde los entrevistados se les hacen las mismas preguntas, en el mismo orden, y en una situación similar; (ver. Apéndice I).
- Una vez que se tengan los datos se separara a las personas que tengan deficiencias en su masa corporal y se comparará con sus respuestas en la encuesta.
- Por último se analizaran los resultados en base a la influencia de la sociedad y el estado de salud de los entrevistados con baja masa corporal.

Selección de la muestra

Muestreo no probabilístico

Se determinó tomar el muestreo no probabilístico, donde seleccionamos los elementos de la muestra en base a los criterios de selección en base al índice corporal de las alumnas que a simple vista se vean delgadas. Este tipo de muestreo se consideró teniendo presente que no sirve para hacer generalizaciones puesto que no existe certeza de que la muestra extraída tenga representatividad en el fenómeno, puesto que no todos los elementos de la población tiene la misma probabilidad de ser seleccionados. Como previamente se mencionó Bajo estas condiciones se seleccionaron 100 alumnas que tenían

complexión delgada de los niveles medio superior y superior de la Universidad Latina Campus Sur. (Torres, 2015).

Índice de masa corporal

Con este instrumento se determinará, valorar el peso de la persona en relación a su estatura. Indica el estado nutricional de la persona considerando dos factores elementales: su peso actual y su altura. Su cálculo arroja como resultado un valor que indica si el peso de la persona se encuentra por debajo, dentro o por encima del establecido como normal para su estatura por la O.M.S. (Organización Mundial de la Salud).

Desarrollo

Se le pidió a 10 alumnas llegar a las 7 de la mañana, durante 10 días para medir su peso con ayuda de la báscula y con la cantidad mínima de ropa posible y en ayunas. Para determinar la estatura se apoyará de la cinta métrica indexada en la báscula, teniendo cuidado de tener las condiciones de pies descalzos y juntos, talones, glúteos, espalda y cabeza y con la mirada hacia adelante.

Cálculo de la masa corporal

El índice de masa corporal (IMC) es un número que se calcula con base en el peso y la estatura de la persona. El IMC es un indicador de la gordura o falta de peso y es bastante confiable para la mayoría de las personas. El IMC no mide la grasa corporal directamente, pero se ha demostrado que tiene una correlación con mediciones directas de la grasa.

El IMC se usa como una herramienta de detección para identificar posibles problemas de salud de los adultos. Sin embargo, el IMC no es una herramienta de diagnóstico. Por ejemplo, una persona puede tener un alto IMC, pero para determinar si el exceso de peso es un riesgo para la salud, un proveedor de atención médica necesitará realizar evaluaciones adicionales. (Lopategui, 2008).. La ecuación que se utiliza es la siguiente:

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Estatura}^2 \text{ (Mts.)}}$$

Dónde:

IMC = Índice de Masa Corporal.

Peso = Masa Corporal (kg).

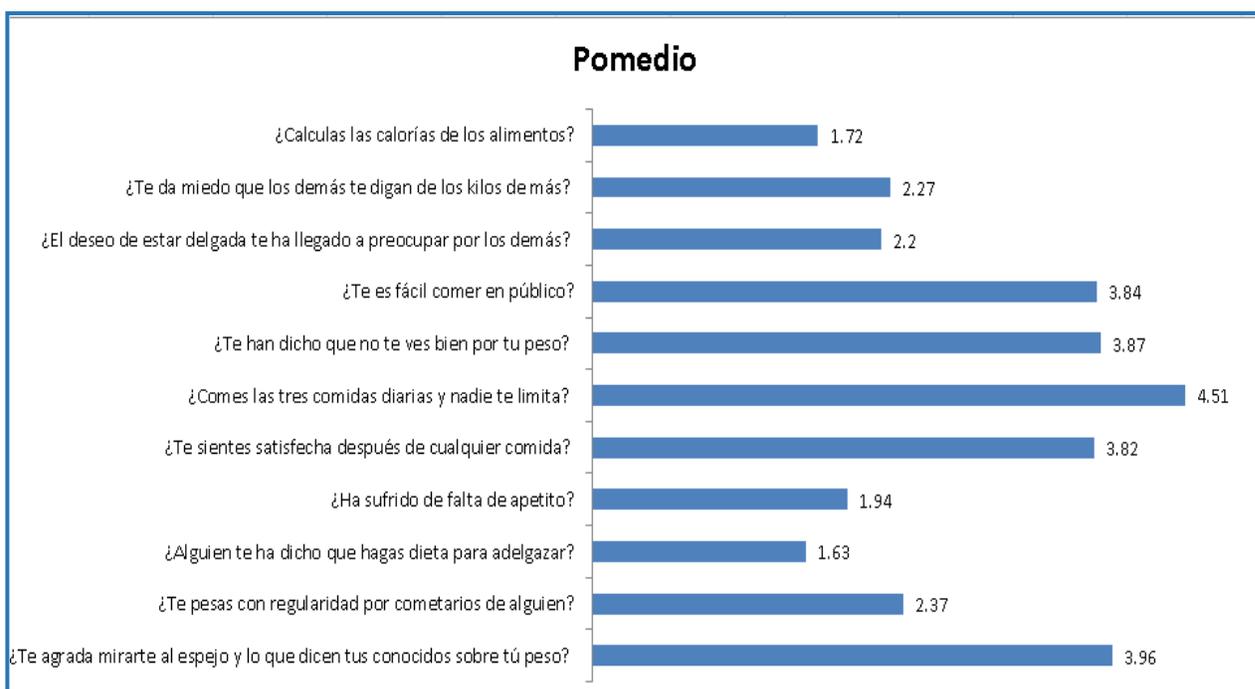
Estatura = en metros (m).

De la siguiente tabla se determina el estado de salud de las encuestadas.

ÍNDICE MASA CORPORAL	CLASIFICACIÓN
<16.00	Infrapeso: Delgadez Severa
16.00 - 16.99	Infrapeso: Delgadez moderada
17.00 - 18.49	Infrapeso: Delgadez aceptable
18.50 - 24.99	Peso Normal
25.00 - 29.99	Sobrepeso
30.00 - 34.99	Obeso: Tipo I
35.00 - 40.00	Obeso: Tipo II
>40.00	Obeso: Tipo III

Resultados

- La tabla de resultados de la medición del IMC muestra que en su mayoría, (más del 80%) de las alumnas encuestadas cuentan con un buen estado de salud en relación de su peso con su estatura. (Ver anexo 2).
- Sin embargo el promedio de las respuestas por pregunta de la encuesta diseñada, muestra respuestas que hay presión social por el cuidado del peso, sin importar el estado de salud de las encuestadas.



Gráfica 1. Promedio en resultados de Respuestas, en relación al cuidado del peso.

- La comparación de las alumnas con bajo IMC y su respuesta en las encuesta muestra que ellas se sienten más presionadas que el promedio general. Esto es un factor determinante para considerarlo como un factor generación de anorexia. (Ver anexo 3).

- Las alumnas con problemas de salud al calcular su IMC y las respuestas de sus demás compañeras demuestra que en general existe una presión social en cuanto a su estado físico en relación a su peso.

Promedio de alumnas con problemas de peso	Promedio general
3.21	3.96
2.63	2.37
3.26	1.63
3.58	1.94
2.11	3.82
2.05	3.87
1.74	3.84
4.42	2.2
4.26	2.27
3.63	1.72

Conclusiones

Existen alumnas que tienen un índice de masa corporal bajo y esta es provocada en parte por comentarios de su entorno social, más sin embargo muchas de estas alumnas no son conscientes de este hecho y continúan bajo este entorno sin saber el efecto que tiene esto en su vida. Sin embargo la relación que existe de estas alumnas y la anorexia es la misma que otra enfermedad como la bulimia.

Sin duda el desarrollo de esta investigación no puede indagar más sin invadir la vida personal de las alumnas para determinar el modo que cuidan tener un peso tan bajo y si esto es determinante para enfermar por anorexia.

Muchas de las alumnas encuestadas y fuera del entorno social argumentaban que lo que se busca es el ideal de belleza, que ha evolucionado con los medios de comunicación y que piden una delgadez pronunciada que se relaciona con la belleza y salud.

Es de suma importancia detectar o ayudar a eliminar las costumbres que generaran los comentarios con relación al peso de las personas, que si bien este estudio se realizó en base a mujeres esto no exime a los hombres, la influencia de los factores sociales que hacen que los adolescentes puedan desarrollar la anorexia y prevenir esta enfermedad desde sus inicios es una obligación para evitar, y poder controlar el desarrollo y adquisición de cualquier enfermedad y hacerlo en tiempo genera oportunidades de ser tratado para no llegar a consecuencias mortales.

Bibliografía

- Álvarez, D. B. (01 de Enero de 2012). *ANOREXIA EN ADOLESCENTES: TRASTORNO DE LA ALIMENTACIÓN*. Recuperado el 13 de Enero de 2016, de <http://amatu-vida.blogspot.mx/2012/05/v-behaviorurldefaultvmlo.html>
- Arroyo, S. (01 de Diciembre de 2015). *Aumentan casos de bulimia y anorexia en México* . Recuperado el 01 de Diciembre de 2015, de <http://bienestar.salud180.com/salud-dia-dia/aumentan-casos-de-bulimia-y-anorexia-en-mexico>
- Baile, A. J. (12 de Diciembre de 2012). *¿Anorexia Nerviosa en el siglo XIV?: el caso de Santa Catalina de Siena*. Recuperado el 12 de Diciembre de 2015, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232012000200001
- Cruz, J. G. (30 de Junio de 2006). *Aumentan 15 veces casos de bulimia y anorexia: UNAM*. Recuperado el 12 de Enero de 2016, de <http://amatu-vida.blogspot.mx/2012/05/v-behaviorurldefaultvmlo.html>
- Lopategui, E. (01 de Enero de 2008). *DETERMINACIÓN DEL ÍNDICE DE MASA CORPORAL*. Recuperado el 12 de Septiembre de 2016, de http://www.saludmed.com/labsfisiologiaejercicio/nutricionyantropometricas/LAB_I23-Indice_Masa_Corporal.pdf
- López, L. (2014). Trastornos alimenticios en México; estadísticas. *BIENESTA*, 1.
- Madrugá, A. D. (12 de Enero de 2016). *Trastornos del comportamiento alimentario: Anorexia nerviosa y bulimia nerviosa*. Recuperado el 12 de Enero de 2006, de https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/anorexia_bulimia.pdf
- Tamborrel, S. G. (13 de Marzo de 2013). *Trastornos de la Conducta Alimentaria: Presente y Destino*. Recuperado el 23 de Septiembre de 2015, de <http://www.derecho.unam.mx/investigacion/publicaciones/cuadernos/Sociologia.pdf>

Torres, M. (12 de Septiembre de 2015). *TAMAÑO DE UNA MUESTRA PARA UNA INVESTIGACIÓN DE MERCADO* . Recuperado el 12 de Septiembre de 2015, de file:///C:/Users/COMPUTO/Downloads/URL_02_BAS02.pdf

Anexo 1. Encuesta diseñada para la muestra

1.- ¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

2.- ¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

3.- ¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

4.- ¿Ha sufrido de falta de apetito?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

5.- ¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

6.- ¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

7.- ¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

8.- ¿Te es fácil comer en público?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

9.- ¿El deseo de estar delgada te ha llegado a preocupar por los demás?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

10.- ¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

11.- ¿Calculas las calorías de los alimentos?

siempre casi siempre a veces casi nunca nunca

Anexo 2.- resultados del cálculo de la masa corporal y su estado (diagnóstico).

No.	Peso	Estatura	IMC	diagnostico	No.	Peso	Estatura	IMC	diagnostico
1	50	1.56	20.5	normalidad	51	48	1.59	19.0	bajo peso
2	40	1.5	17.8	bajo peso	52	56	1.6	21.9	normalidad
3	51	1.61	19.7	bajo peso	53	50	1.52	21.6	normalidad
4	55	1.63	20.7	normalidad	54	55	1.65	20.2	normalidad
5	53	1.65	19.5	bajo peso	55	61	1.63	23.0	normalidad
6	37	1.52	16.0	desnutrición	56	49	1.52	21.2	normalidad
7	50	1.52	21.6	normalidad	57	48	1.56	19.7	bajo peso
8	58	1.62	22.1	normalidad	58	62	1.63	23.3	normalidad
9	50	1.6	19.5	bajo peso	59	55	1.64	20.4	normalidad
10	60	1.65	22.0	normalidad	60	64	1.67	22.9	normalidad
11	56	1.6	21.9	normalidad	61	68	1.64	25.3	normalidad
12	60	1.65	22.0	normalidad	62	60	1.6	23.4	normalidad
13	49	1.52	21.2	normalidad	63	50	1.58	20.0	bajo peso
14	60	1.66	21.8	normalidad	64	60	1.68	21.3	normalidad
15	58	1.6	22.7	normalidad	65	59	1.63	22.2	normalidad
16	55	1.59	21.8	normalidad	66	60	1.65	22.0	normalidad
17	40	1.6	15.6	desnutrición	67	58	1.59	22.9	normalidad
18	58	1.62	22.1	normalidad	68	53	1.65	19.5	bajo peso
19	50	1.55	20.8	normalidad	69	53	1.63	19.9	bajo peso
20	60	1.63	22.6	normalidad	70	50	1.57	20.3	normalidad
21	49	1.59	19.4	bajo peso	71	40	1.55	16.6	bajo peso
22	55	1.6	21.5	normalidad	72	61	1.6	23.8	normalidad
23	55	1.58	22.0	normalidad	73	50	1.51	21.9	normalidad
24	46	1.5	20.4	normalidad	74	52	1.56	21.4	normalidad
25	58	1.62	22.1	normalidad	75	55	1.62	21.0	normalidad
26	49	1.52	21.2	normalidad	76	52	1.65	19.1	bajo peso
27	59	1.66	21.4	normalidad	77	59	1.63	22.2	normalidad
28	60	1.63	22.6	normalidad	78	61	1.6	23.8	normalidad
29	50	1.57	20.3	normalidad	79	59	1.62	22.5	normalidad
30	55	1.62	21.0	normalidad	80	60	1.63	22.6	normalidad
31	55	1.55	22.9	normalidad	81	58	1.62	22.1	normalidad
32	48	1.56	19.7	bajo peso	82	60	1.63	22.6	normalidad
33	40	1.49	18.0	bajo peso	83	59	1.62	22.5	normalidad
34	55	1.59	21.8	normalidad	84	55	1.58	22.0	normalidad
35	58	1.6	22.7	normalidad	85	49	1.52	21.2	normalidad
36	60	1.6	23.4	normalidad	86	58	1.6	22.7	normalidad
37	59	1.65	21.7	normalidad	87	56	1.61	21.6	normalidad
38	54	1.6	21.1	normalidad	88	59	1.6	23.0	normalidad
39	54	1.58	21.6	normalidad	89	62	1.65	22.8	normalidad

40	51	1.6	19.9	bajo peso	90	60	1.63	22.6	normalidad
41	53	1.59	21.0	normalidad	91	59	1.6	23.0	normalidad
42	62	1.64	23.1	normalidad	92	60	1.63	22.6	normalidad
43	59	1.6	23.0	normalidad	93	54	1.65	19.8	bajo peso
44	60	1.62	22.9	normalidad	94	59	1.63	22.2	normalidad
45	55	1.58	22.0	normalidad	95	52	1.55	21.6	normalidad
46	52	1.54	21.9	normalidad	96	59	1.62	22.5	normalidad
47	62	1.64	23.1	normalidad	97	56	1.55	23.3	normalidad
48	49	1.55	20.4	normalidad	98	53	1.63	19.9	bajo peso
49	61	1.67	21.9	normalidad	99	52	1.64	19.3	bajo peso
50	56	1.6	21.8	normalidad	100	58	1.61	22.4	normalidad

Anexo 3. Cuadros comparativos de las alumnas con bajo IMC y su respuesta en las encuestas.

PREGUNTA	Alumna 2	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	3	17.8	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	3		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	2		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	3		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	3		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	3		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72
	Alumna 3	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	3	19.7	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	3		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	3		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	3		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	1		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	5		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	3		1.72
	Alumna 5	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	2	19.5	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	4		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	3		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	3		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	3		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	3		1.72

	Alumna 9	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	2	19.5	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	3		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	2		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	3		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	3		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	3		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	5		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	3		1.72

	Alumna 17	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	15.6	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 21	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	2	19.4	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	4		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	1		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	1		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2

¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	3		1.72
	Alumna 32	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	3	19.7	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	1		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 33	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	2	18	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	4		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	2		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	1		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 40	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	5	19.9	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2

¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72
	Alumna 51	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	19	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	3		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	1		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 57	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	19.7	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	5		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 63	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	20	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2

¿Te dan miedo los kilos de más?	5		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72
	Alumna 68	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	19.5	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	1		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 69	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	19.9	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	1		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	5		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	1		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 71	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	3	16.6	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	2		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2

¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72
	Alumna 76	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	2	19.1	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	1		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	5		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 93	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	3	19.8	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	1		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	5		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72

	Alumna 98	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	3	19.9	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	4		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	1		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	2		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	4		2.2

¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	4		1.72
	Alumna 99	IMC	Promedio general
¿Te agrada mirarte al espejo y lo que dicen tus conocidos sobre tú peso?	4	19.3	3.98
¿Te pesas con regularidad por comentarios de alguien?	2		3.37
¿Alguien te ha dicho que hagas dieta para adelgazar?	4		1.63
¿Sufres de falta de apetito?	4		1.94
¿Te sientes satisfecha después de cualquier comida?	2		3.82
¿Comes las tres comidas diarias y nadie te limita?	3		4.51
¿Te han dicho que no te ves bien por tu peso?	2		3.87
¿Te es fácil comer en público?	2		3.84
¿Te da miedo que los demás te digan de los kilos de más?	5		2.2
¿Te dan miedo los kilos de más?	4		2.27
¿Calculas las calorías de los alimentos?	1		1.72