

Actitudes frente al peso corporal de estudiantes de la Universidad del País Vasco

(Attitudes on body weight of students from the University of the Basque Country)

Rocandio Pablo, Ana; Arroyo Izaga, Marta; Ansótegui Alday, Laura

UPV/EHU. Fac. de Farmacia. Dpto. de Nutrición y Bromatología. Pº de la Universidad, 7. 01006 Vitoria/Gasteiz

Herrera, Héctor; Salces Beti, Itziar; Rebato Ochoa, Esther M.

UPV/EHU. Fac. de Ciencia y Tecnología. Dpto. de Genética, Antropología Física y Fisiología Animal. Sarriena, s/n. 48940 Leioa

BIBLID [1137-439X (2005), 27; 65-70]

Recep.: 20.10.03

Acep.: 11.03.05

La presión que la sociedad ejerce sobre sus miembros hace que , exista un tendencia generalizada a la excesiva preocupación por el peso y la apariencia física. Se estudiaron las actitudes frente al peso de 526 estudiantes, 158 hombres y 368 mujeres. Muestran un deseo de ser más delgados de lo que son aunque consideran su peso menor al saludable.

Palabras Clave: Peso declarado. Peso real. Estudiantes universitarios.

Gizarteak bere kideen gainean egiten duen presioak dakar pisu eta itxura fisikoagatik gaur egun orokorra den gehiegí arduratzeko joera hori. Pisuari dagokionez, 526 ikaslek, 158 gizon eta 368 emakumek, ageri zuten jarrera aztertu zen. Argalagoak izateko nahia erakusten dute, beren pisua osasunerako egokia izan behako lukeena baino txikiagoatza jotzen badute ere.

Giltza-Hitzak: Aitorturiko pisua. Pisu erreala. Unibertsitateko ikasleak.

La pression qu'exerce la société sur ses membres fait qu'il existe une tendance généralisée à la préoccupation excessive pour le poids et l'apparence physique. On a étudié l'attitude de 526 étudiants face au poids, 158 hommes et 368 femmes. Ils manifestent le désir d'être plus minces qu'ils ne le sont bien qu'ils considèrent leur poids plus bas qu'il ne devrait pour être en bonne santé.

Mots Clés: Poids déclaré. Poids réel. Etudiants universitaires.

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVO

Los hábitos alimentarios de la población joven han experimentado importantes cambios en las últimas décadas. Además, entre los jóvenes ha aumentado la preocupación excesiva por el peso y la apariencia física como consecuencia de la fuerte presión que ejerce la sociedad sobre sus miembros (Farré y col., 2002).

En las sociedades occidentales se ha comprobado que la imagen corporal ideal tiende a la delgadez en el caso de las mujeres y a un cuerpo “musculado” con mayor frecuencia entre los hombres (Hausenblas y Fallon, 2002)

La preocupación excesiva por perder peso y la distorsión en la percepción de la propia imagen pueden llegar a suponer un problema importante (Thompson, 1996). Según algunos autores entre el 30 y el 70 % de la población ha intentado perder peso en alguna ocasión, y muchas de estas personas no presentaban ni sobrepeso ni obesidad, puesto que fueron clasificados con datos objetivos como normo-peso (Afifi-Soweid y col., 2002)

El objetivo del presente estudio fue comparar las medidas antropométricas de peso real, declarado y deseado, de los estudiantes de la Universidad pública (UPV/EHU) de la Comunidad Autónoma del País Vasco y sus diferentes actitudes frente a su propio peso.

1. MATERIAL Y MÉTODOS

1.1. Sujetos

El presente trabajo forma parte de un estudio global realizado durante el curso 2001-2002, en el que participaron voluntariamente estudiantes universitarios de primero, segundo y tercer ciclo.

La muestra estuvo formada por 526 estudiantes, 158 hombres (30%) y 368 mujeres (70%). La edad media fue de $21,4 \pm 2,4$ años (rango 18-29 años). La muestra se clasificó de acuerdo con la edad en tres subgrupos: 18-21 años (66 %); 21-23 años (28,3%); 23-30 años (5,7%). Los grupos de edades se establecieron según el grado de estudios que estaban cursando los alumnos: diplomatura, licenciatura y cursos de tercer grado (doctorado), respectivamente.

1.2. Métodos

La obtención del *peso declarado* y *deseado* se registró en una entrevista llevada a cabo por un dietista. Las medidas antropométricas reales (*peso real*) fueron estimadas usando una báscula calibrada (precisión 0,1 kg).

En el cuestionario diseñado para el registro de datos se incluyó un apartado en el que se pidió a los voluntarios que compararan su peso (declarado) con el peso considerado adecuado para su edad y estatura (“*peso saludable*”). Este

último parámetro se estimó a partir del situado en el percentil 50 de la Encuesta de Nutrición de la Comunidad Autónoma del País Vasco 1994.

1.3. Tratamiento estadístico

El tratamiento estadístico se llevo a cabo mediante el programa informático SPSS (versión 10.0). El nivel de significación estadística que se empleo en todos los casos fue de $p < 0,05$.

2. RESULTADOS

El peso declarado fue notablemente inferior al real en todas las mujeres: de 18 a 21 años ($p < 0,001$), de 21 a 23 ($p < 0,05$) y de 23 a 30 años ($p < 0,05$). Además, las mujeres de todos los grupos de edades deseaban pesar menos que su peso real ($p = 0,001$) (Tabla 1).

Tabla 1. Peso real, declarado y deseado por grupos de sexo y edad

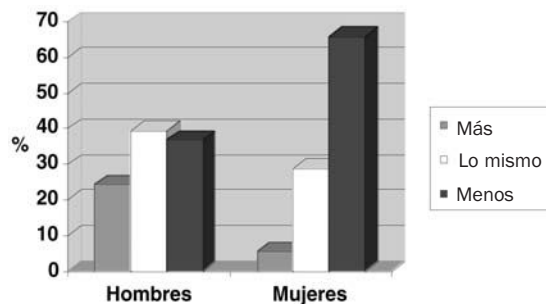
	Sexo		Edad		
	Hombres (n=158)	Mujeres (n=368)	18-21 (n=282)	21-23 (n=141)	23-30 (n=103)
Peso real	72,9±10,0	58,4±7,5	62,4±10,4	63,7±10,8	62,6±11,0
Peso declarado	72,6±10,2	57,8±7,0	61,8±10,4	63,2±10,4	62,1±11,0
Peso deseado	71,7±7,9	54,7±5,1	59,3±9,8	60,9±9,7	59,9±10,1

Media ± desviación estándar

Aproximadamente el 66% de las mujeres manifestaron una clara insatisfacción con el peso corporal que declaraban y expresaron que les gustaría pesar menos de lo que pesan actualmente. Casi un 30% de las estudiantes universitarias estaban conformes con su peso declarado y solo un 5% desearía ganar peso (Figura 1). Sin embargo, en el grupo de los hombres, un 39% deseaba pesar menos y un 24% más de lo que pesa.

Figura 1. Actitud frente al peso por grupos de sexo

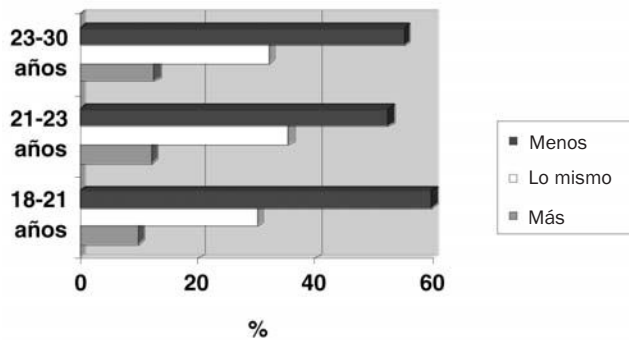
(Pregunta formulada: *Si fuera posible, ¿te gustaría pesar más, menos o lo mismo que p0sas ahora?*)



En la figura 2 se representa la actitud frente al peso por grupos de edad. Los más jóvenes muestran un claro deseo de pesar menos (60%), mayor que el de los otros grupos de edad, mientras que, de los que desearían pesar más, son los mayores (de 23 a 30 años) los que representan el mayor porcentaje, casi un 13%. En la muestra total, cerca del 60% deseaba pesar menos de lo que pesa actualmente.

Figura 2. Actitud frente al peso por grupos de edad

(Pregunta formulada: *Si fuera posible, ¿te gustaría pesar más, menos o lo mismo que pesas ahora?*)



En las figuras 3 y 4 se puede observar el porcentaje de alumnos que considera su peso actual adecuado, excesivo o deficitario en comparación con el que correspondería a su edad y talla ("peso saludable"), por sexo y grupos de edad. El 3% de la muestra consideró su peso como adecuado, el 24% como excesivo y el 73% como deficitario.

Figura 3. Comparación del peso declarado con el peso saludable por sexos

(Pregunta formulada: *De acuerdo con el peso que correspondería a tu edad y talla, consideras que tu peso actual es...*)

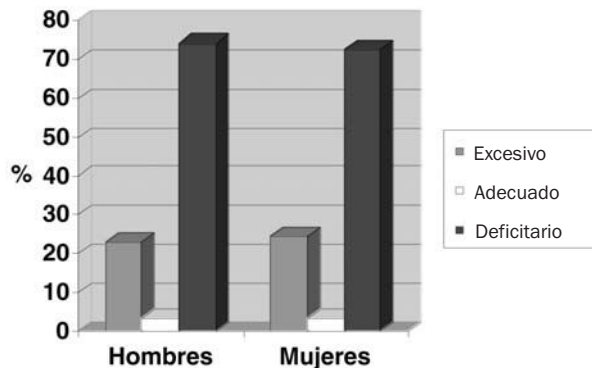
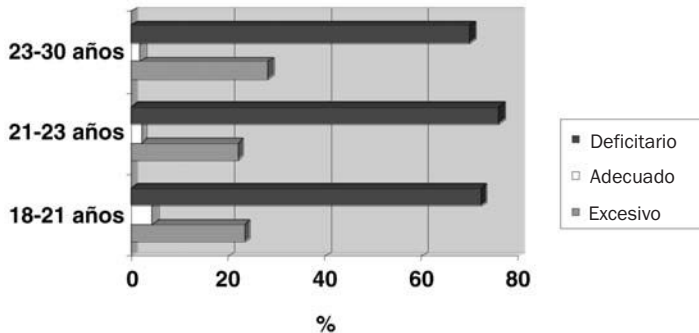


Figura 4. Comparación del peso declarado con el peso saludable por grupos de edad

(Pregunta formulada: *De acuerdo con el peso que correspondería a tu edad y talla, consideras que tu peso actual es...*)



3. DISCUSIÓN

Como cabía esperar y ya otros autores han descrito (Farré y col, 2002, Taylor y col, 1998; Pingitore y col, 1997; Hill y col, 1992; Davis, 1992), en la muestra objeto de nuestro estudio, se observa una disconformidad con el peso corporal y un deseo de pesar menos. Este hecho es más significativo en las mujeres que en los hombres, circunstancia que también se ha constatado en otros trabajos (Farré y col, 2002, Tanaka 2002; Smith y col, 1999).

Estos resultados justificarían en parte que las mujeres asocien la delgadez con la belleza y que los hombres la relacionen con la musculación, como describen Hausenblas (2002) y Tanaka y col. (2002) en sus trabajos. Además, cabe recordar que el deseo de adelgazar está directamente relacionado con una notoria discrepancia entre el peso real e ideal en las mujeres adultas (Brodie y Slade, 1988).

En conclusión, los estudiantes de la Universidad del País Vasco estudiados muestran una insatisfacción en la percepción de su peso corporal siendo este hecho mayor en las mujeres que en los hombres. Además, desean estar más delgados de lo que están aunque creen que su peso es menor al considerado saludable.

4. BIBLIOGRAFÍA

- AFIFI-SOWEID, R.A.; NAJEM KTELY, M.B.; SHEDIAC-RIZKALLAH, M.C. "Preoccupation with weight and disordered eating behaviors of entering students at a university in Lebanon". *Int. J. Eat. Disord.*, 32; 2002, pp. 52-57.
- BRODIE, S.M.; SLADE, P.D. "The relationship between body image and body fat in adult women". *Psychol. Today*, 18; 1988, pp. 623-631.

Rocandio, A. et al.: Actitudes frente al peso corporal de estudiantes de la Universidad del País...

DAVIS, C. "Body image, dieting behaviors, and personality factors: A study of high performance female athletes". *International Journal of Sport Psychology*, 23; 1992, pp. 179-192.

Encuesta de Nutrición de la Comunidad Autónoma del País Vasco. Servicio central de publicaciones del gobierno Vasco. Vitoria-Gasteiz (Alava), 1994.

FARRÉ, R.; FRASQUET, I.; MARTÍNEZ, M.I.; ROMÁ, R. "Self reported versus measured height, weight and body mass index in Spanish Mediterranean teenagers: effects of gender, age and weight on perceptual measures of body image". *Ann. Nutr. Metab.*, 46; 2002, pp. 68-72.

HAUSENBLAS, H.A.; FALLON, E.A. "Relationship among body image, exercise behavior and exercise dependence symptoms". *Int. J. Eat. Disord.*, 32; 2002, pp. 179-185.

HILL, A.; OLIVER, S.; ROGERS, P. "Eating in the adult: The rise of dieting in childhood and adolescence". *British Journal of Clinical Psychology*, 31; 1992, pp. 95-105.

PINGITORE, R.; SPRING, B.; GARFIELD, D. "Gender differences in body satisfaction". *Obes. Res.*, 5; 1997, pp. 402-409.

SMEETS, M.A.M.; SMIT, F.; PANHUYSSEN, G.E.M.; INGLEBY, J.D. "The influence of methodological differences on the outcome of body size estimation studies in anorexia nervosa". *Br. J. Clin. Psychol.*, 36; 1997, pp. 263-277.

SMITH, D.E.; THOMPSON, J.K.; RACZYNSKI, J.M.; HILNER, J.E. "Body image among men and Women in a biracial cohort: The CARDIA study". *Int. J. Eat. Disord.*, 25; 1999, pp. 71-82.

TANAKA, S.; ITOH, Y.; HATTORI, K. "Relationship of body composition to body-fatness estimation in Japanese university students". *Obesity Research*, 10(7); 2002, pp. 590-596.

TAYLOR, C.B.; SHARPE, T.; SHISLAK, C.; BRYSON, S.; ESTES, L.S.; GRAY, N.; MCKNIGHT, K.M.; CRAGO, M.; KRAEMER, H.C.; KILLEN, J.D. "Factors associated with weight concerns in adolescent girls". *Int. J. Eat. Disord.*, 24; 1998, pp. 31-42.

THOMPSON, J.K. "Introduction: body image, eating disorders, and obesity-an emerging synthesis". In: Thompson JK. Ed. *Body image, Eating Disorders and Obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment*. Washington. DC: American Psychological Association, 1996, pp. 1-20.

THOMPSON, J.K. "Assessing body image disturbance: measures, methodology and implementation". In: Thompson JK. Ed. *Body image, Eating Disorders and Obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment*. Washington. DC: American Psychological Association, 1996, pp. 49-81.

Agradecimientos: Proyecto UPV 00154.310-E-13972/2001