

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



Autopercepción de imagen corporal relacionada al estado  
nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en el  
distrito de La Victoria, 2021

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**AUTOR**

Jose Carlos Huapaya Torrejón  
Milagros Violeta Vargas Ramírez

**ASESOR**

Josselyne Rocio Escobedo Encarnación

Lima, Perú

2022

## METADATOS COMPLEMENTARIOS

### Datos de los Autores

#### Autor 1

Nombres	Jose Carlos
Apellidos	Huapaya Torrejón
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	70823833
Número de Orcid (opcional)	0000-0001-5498-7670

#### Autor 2

Nombres	Milagros Violeta
Apellidos	Vargas Ramírez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	42707398
Número de Orcid (opcional)	0000-0003-2385-5389

### Datos de los Asesor

#### Asesor 1

Nombres	Josselyne Rocio
Apellidos	Escobedo Encarnación
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	48017803
Número de Orcid (Obligatorio)	0000-0001-9887-7449

## Datos del Jurado

### Presidente del jurado

Nombres	Jhelmira
Apellidos	Bermudez Aparicio
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	71782111

### Segundo miembro

Nombres	María Del Carmen
Apellidos	Taipe Aylas
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	09732261

### Tercer miembro

Nombres	Fernando Agustin
Apellidos	Bravo Rebalta
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	06865510

## Datos de la Obra

Materia*	Ciencias de la Salud, Autopercepción de imagen corporal; Estado nutricional antropométrico; Adolescentes, acceso abierto.
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado: <a href="#">Enlace</a>	<a href="https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.04">https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.04</a>
Idioma	SPA – español
Tipo de trabajo de investigación	Tesis
País de publicación	PE – PERÚ
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	Licenciado en Nutrición y Dietética
Grado académico o título profesional	Título profesional
Nombre del programa	Nutrición y Dietética
Código del programa Consultar el listado: <a href="#">Enlace</a>	918066

**\*Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### PROGRAMA DE ESTUDIOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

#### ACTA N° 056-2022

En la ciudad de Lima, a los dieciséis días del mes de mayo del año dos mil veintidós, siendo las 09:00 horas, los Bachilleres José Carlos Huapaya Torrejón y Milagros Violeta Vargas Ramírez sustentan su tesis a través de la plataforma Zoom, denominado **“AUTOPERCEPCIÓN DE IMAGEN CORPORAL RELACIONADA AL ESTADO NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICO EN ADOLESCENTES DE UN CEP EN EL DISTRITO DE LA VICTORIA 2021.”**, para obtener el Título Profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética, del Programa de Estudios de Nutrición y Dietética.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- |   |                   |
|---|-------------------|
| 1.- Prof. Lic. Jhelmira Bermudez Aparicio | APROBADO: REGULAR |
| 2.- Prof. Maria del Carmen Taipe Aylas    | APROBADO: REGULAR |
| 3.- Prof. Fernando Agustin Bravo Rebatta  | APROBADO: BUENO   |

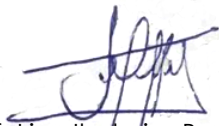
Se contó con la participación de la asesora:

- 4.- Prof. Josselyne Rocio Escobedo Encarnación

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 10:00 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

**APROBADO: REGULAR**

Es todo cuanto se tiene que informar.



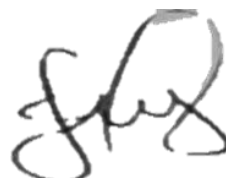
Prof. Lic. Jhelmira Bermudez Aparicio  
Presidente



Prof. Maria del Carmen Taipe Aylas



Prof. Fernando Agustin Bravo Rebatta



Prof. Josselyne Rocio Escobedo Encarnación

Lima, 16 de mayo del 2022

Autopercepción de imagen corporal relacionada al estado  
nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en  
el distrito de La Victoria, 2021

## **DEDICATORIA**

### **José Carlos Huapaya Torrejón**

En principio, la presente investigación va dedicada a mi abuela Heriberta, quien en vida fue un impulso importante para mi desarrollo académico. También a mi padre y madre, que en todo momento fueron el soporte que necesitaba para continuar. A mis docentes, quienes me dieron las herramientas necesarias para desarrollarme académicamente. A mi compañera Milagros, con quién compartí bonitos momentos durante la etapa universitaria y a todos las personas que estuvieron a mi lado durante mi formación académica y que hoy concluye con la elaboración de esta tesis.

“Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora”- Eclesiastés 3:1

### **Milagros Violeta Vargas Ramírez**

Mi mayor reconocimiento a mi apreciada familia, con todo mi infinito amor a mi amado papá que ya no está físicamente conmigo, por su sacrificio y esfuerzo en darme una profesión, el cual con su apoyo constante nunca me dejó decaer y siempre me exhortó a que siga adelante y lograr ser profesional. Tu partida me dejó un dolor eterno y el sinsabor de no poder mostrarte este logro que tú forjaste para mí, esa pena siempre la llevaré conmigo, como llevo muy dentro el amor que me tenías. Honro tu memoria papá, dedicándote a ti esta tesis, porque sólo tú fuiste mi principal fuerza de motivación. Gracias papá por tu trabajo duro, espero poder demostrarte que tu esfuerzo no ha sido en vano y por ser hoy la luz de mis logros. A mi amada mamá Gerarda, por ser mi fuente de inspiración, tú eres la razón por la que decidí estudiar Nutrición, nuestro gran ejemplo y por inculcarme siempre a seguir mis ideales. A mi amado hermano Manuel, por sus consejos, por incentivar me a dar mi mayor esfuerzo y ser valiente en todos los aspectos de la vida.

Gracias a ustedes pude lograrlo, Dios los bendiga amada familia.

“He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe” - 2 Timoteo 4:7

## **AGRADECIMIENTOS**

En principio, agradecemos a Dios por brindarnos fortaleza para vencer todo obstáculo. A nuestros docentes, en especial al Lic. Yonathan Ortiz y la Lic. Katherine Ortiz por su contribución metodológica impartida durante los cursos de investigación de la UCSS. Asimismo, a la directora Sor Carmen Figueroa por su aceptación y apoyo en la obtención de los datos del estudio realizado en el CEP “Monseñor Marcos Libardoni”. A nuestra asesora de tesis, Lic. Josselyne Escobedo, por el gran apoyo y exigencia en el desarrollo de esta investigación. Finalmente, agradecemos a nuestros padres por motivarnos a seguir firmes hasta lograr el objetivo.

## **RESUMEN**

**Objetivo:** Determinar si existe relación significativa entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de un Centro Educativo

Parroquial del distrito de la Victoria del 2021. **Materiales y métodos:** Estudio descriptivo, correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 72 adolescentes. Las variables principales fueron autopercepción de imagen corporal y estado nutricional antropométrico medidas a través de siluetas y los parámetros del Ministerio de Salud para la valoración del estado nutricional antropométrico. Se trabajó con el software estadístico STATA 12 y para el análisis bivariado se utilizó chi-cuadrado. **Resultados:** Un 83,3 % de los adolescentes del primer año de secundaria sobreestimaron su imagen corporal. Se evidencia una relación significativa entre las variables autopercepción de imagen corporal y estado nutricional antropométrico ( $PV=0,002$ ); asimismo, la variable año de educación secundaria se asoció con la autopercepción de imagen corporal ( $PV=0,012$ ). **Conclusión:** Se puede concluir que tener delgadez severa es indicador para sobreestimar la autopercepción de imagen corporal. Por tal motivo, se debería incluir en los centros educativos a través de la malla curricular, la promoción de un estilo de alimentación saludable y actividad física para mantener una vida saludable durante su desarrollo.

**Palabras clave:** Autopercepción de imagen corporal; Estado nutricional antropométrico; Adolescentes.



## ABSTRACT

**Objective:** To determine if there is a significant relationship between self-perception of body image and anthropometric nutritional status in adolescents of a Parish Educational Center in the district of La Victoria in 2021. **Materials and methods:** This is a descriptive correlational and cross-sectional study. The sample was composed by 72 adolescents. The main variables were: self-perception of body image and anthropometric nutritional status measured by silhouettes and the Peruvian Ministry of Health parameters for the assessment of anthropometric nutritional status. The STATA 12 statistical package Chi-square was used for bivariate analysis. **Results:** 83, 3 % of adolescents in the first year of high school overestimated their body image. A relationship between the variables self-perception of body image and anthropometric nutritional status is evident ( $PV=0,002$ ); likewise, the year of high school education was associated with self-perception of body image ( $PV=0,012$ ). **Conclusion:** Severe thinness is an indicator for overestimation of self-perception of body image. Therefore, the promotion of a healthy eating style and physical activity to maintain a healthy lifestyle while growing up should be included in the curriculum of educational centers.

**Keywords:** Self-perception of body image; Anthropometric nutritional status; Adolescents.

## ÍNDICE

<b>ÍNDICE DE TABLAS .....</b>	<b>ix</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>x</b>
<b>CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Situación problemática.....	1
1.2. Formulación del problema .....	2
1.3. Justificación de la investigación .....	2
1.4. Objetivos de la investigación.....	3
1.4.1. Objetivo general .....	3
1.4.2. Objetivos específicos.....	3
1.5. Hipótesis.....	3
<b>CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>4</b>
2.1. Antecedentes de la investigación.....	4
2.1.1 Antecedentes internacionales.....	4
2.1.2 Antecedentes nacionales.....	5
2.2. Bases teóricas .....	7
2.2.1. Adolescente.....	7
2.2.2. Autopercepción de imagen corporal .....	8
2.2.3. Estado nutricional .....	9
<b>CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS .....</b>	<b>11</b>
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación .....	11
3.2. Población.....	11
3.2.1. Tamaño de la muestra.....	11
3.2.2. Selección del muestreo .....	11
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión .....	11
3.3. Variables .....	11
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables.....	11
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos.....	14
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información .....	17
3.6. Ventajas y limitaciones .....	17
3.7. Aspectos éticos.....	18
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS.....</b>	<b>20</b>
<b>CAPÍTULO V. DISCUSIÓN .....</b>	<b>23</b>
5.1. Discusión.....	23
5.2. Conclusiones .....	24

5.3. Recomendaciones .....	25
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>26</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>31</b>
Anexo 1: Test de siluetas sobre percepción de la imagen corporal (41) .....	31
Anexo 2: Consentimiento informado .....	32

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b>	<i>Operacionalización de Variables Principales</i> .....	13
<b>Tabla 2</b>	<i>Operacionalización de Variables Secundarias (sociodemográficas)</i> .....	14
<b>Tabla 3</b>	<i>Características de las variables sociodemográficas</i> .....	20
<b>Tabla 4</b>	<i>Características de las variables principales</i> .....	20
<b>Tabla 5</b>	<i>Relación entre la autopercepción de imagen corporal y las variables sociodemográficas</i> .....	21
<b>Tabla 6</b>	<i>Relación entre las Variables Autopercepción de Imagen Corporal y Estado Nutricional Antropométrico</i> .....	22

## INTRODUCCIÓN

En la etapa adolescente ocurren sucesos importantes como el crecimiento, desarrollo y florecimiento del ser humano; en este proceso existen variaciones notables, tanto corporales, psíquicas y colectivas de cada persona. En este período, la valoración antropométrica es fundamental, debido a que conlleva a examinar las dimensiones anatómicas en esta etapa de vida; así también, es vital vigilar su desarrollo por medio de una valoración precisa (1). La distorsión de la imagen corporal en esta etapa de vida tiene un gran impacto sobre la alimentación y el estado nutricional, llevando en el tiempo a una malnutrición por déficit o por exceso (2).

Uno de los aspectos influyentes en la masa corporal es la autopercepción de la imagen corporal, la cual origina una disconformidad de la contextura individual y, por consiguiente, malnutrición. Esta manifestación de la imagen corporal, se ha analizado en relación con el estado nutricional (3). Así también, se hace referencia a la imagen corporal como la manera en que la persona se percibe, supone, aprecia y ejerce en relación a su propio cuerpo (4).

Por otra parte, el estado nutricional es el equilibrio que existe entre la ingesta alimentaria y el gasto de energía frecuente, es decir, aquellos ingresos y egresos que se dan en un tiempo establecido. El buen suministro de nutrientes recoge íntegramente lo que la persona ingiere a diario conforme a su alimentación, teniendo como base las comidas naturales, los sustitutos alimentarios o ultra procesados (5).

Un estudio realizado en Europa evidenció que en lo que respecta a autopercepción de la imagen corporal, el 80 % de los adolescentes se perciben como si fueran más obesos, por lo que tienen una sobreestimación de su imagen corporal, lo cual representó un 50 % (6). En una investigación dentro del Perú, se hace referencia a un 21,4 % de adolescentes, quienes no se encontraron conformes con su imagen corporal (7).

A nivel mundial el sobrepeso y la obesidad ha alcanzado cifras que corresponden a que 340 millones de adolescentes padezcan este problema, lo cual representa 18 % en el caso de las mujeres y el 19 % en el caso de los hombres (8). Con relación al estado nutricional a nivel territorial en Perú, en un informe técnico sobre el estado de sanidad de los adolescentes y jóvenes durante el 2017, refiere que el 17,5 % de la población entre 10 a 19 años de edad presentó un cuadro de sobrepeso y el 6,7 % presentaron un cuadro de obesidad (9).

De esta manera, surge la importancia de estudiar la autopercepción de la imagen corporal de los adolescentes, así como también si existe un grado importante en relación con el estado nutricional antropométrico de los escolares adolescentes, con el fin de contribuir a mejorar las conductas alimentarias en este grupo etario, generando la sensibilización de una correcta de una alimentación. Por otra parte, se plantean estrategias como talleres de educación nutricional que van guiando hacia una mejor calidad nutricional en esta población. Al mismo tiempo, su relevancia se centra en que hasta la actualidad hay carencia de investigaciones similares en nuestro país.

La pregunta de nuestra investigación es saber si existe relación entre la autopercepción de imagen corporal relacionada al estado nutricional antropométrico en adolescentes de un Centro Educativo Parroquial (CEP) en el distrito de La Victoria 2021, con el propósito de observar si hay relación entre las variables principales.

Este estudio comprende cinco capítulos. Primero se aborda la situación problemática y se plantean las preguntas. En el capítulo de la justificación se indican las razones por las cuales se asocia la relación entre las variables. Así también, se describen los

objetivos e hipótesis. En adición, en el segundo capítulo se mencionan los fundamentos teóricos, en el cual se efectúa un extracto de los antecedentes y las bases teóricas, que proporciona un mejor aporte a la investigación. En el capítulo tres, se describe un conjunto de métodos que incorpora el tipo de estudio, la particularidad de la población estudiada, explicación de las variables, el plan de análisis, las ventajas y limitaciones, además de las lineaciones éticas consideradas. En el capítulo cuatro, se revelan los resultados mediante tablas y figuras. Para finalizar, en el último capítulo se diseñaron la discusión, la conclusión y las recomendaciones.

## **CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Situación problemática**

De acuerdo a un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), los adolescentes atraviesan diversos cambios que se dan entre los 10 y 19 años de edad. Asimismo, el informe hace mención que la etapa adolescente reúne el 20 % de la población total a nivel del mundo y se estima que a nivel de Perú es el 32,6 %, siendo este porcentaje constituido por adolescentes de 12 a 17 años de edad (10). Es por ello, que la construcción de la imagen corporal resulta preocupante, más aún en este periodo de vida, debido a la no conformidad con la que se perciben estos adolescentes, la misma que se ve influenciada por la sociedad actual, trayendo como consecuencia que los adolescentes realicen prácticas poco saludables poniendo en peligro su estado nutricional y desencadenando en la desnutrición, el sobrepeso u obesidad (11).

Investigaciones previas han evaluado el estado nutricional en adolescentes. Tal es el caso de una localidad en España donde se encontró una prevalencia de malnutrición en adolescentes con un alcance del 40 %, siendo el peso normal un 60 %. Asimismo, se menciona que 1 de cada 10 adolescentes presenta desnutrición y que el sobrepeso es mayor en mujeres que en varones (12); del mismo modo, un estudio en adolescentes realizado en México demostró una prevalencia en la talla baja del 5,9 %, bajo peso 2,6 %, disminución de la masa muscular 8,3 %, sobrepeso 29,4 % y obesidad 7,6 % (13).

En lo que respecta a Perú, los adolescentes con edad superior a los 15 años mostraron un predominio del 33,8 % en cuanto al sobrepeso, en tanto los varones presentaron un 32,8 % y las mujeres un 34,8 %. Esta prevalencia fue superior en Lima con un 35,7 % y en la costa un 36,7 %, a diferencia de la selva que presenta un 33,4% y un 29,8% en mujeres de la sierra. En tanto los que presentaron obesidad estuvieron representados por el 18,3%, de lo cual, los hombres registraron un 15,5% y las mujeres un 20,9% (14).

Por lo expuesto anteriormente, investigaciones aplicadas en 44 países a 727 865 adolescentes, muestran que ellos son vulnerables a una negativa de imagen corporal, sobre todo debido el desarrollo físico suscitado en la pubertad, entre ello, el aumento de la grasa corporal. A su vez, se hace mención que durante esta etapa de vida son frágiles con el autoconcepto de sus propios cuerpos (15). A su vez, en Brasil se estudiaron a 71 740 estudiantes, de los cuales el 95 % eran adolescentes. Del total de la población, el 72 % se autopercebían con normopeso, el 17 % con exceso de peso y el 8,5 % se percibían como obesos (16).

En el año 2016, una investigación peruana demostró asociación entre el estado nutricional y la percepción de la imagen corporal en adolescentes de una IE particular en Puente Piedra, verificando que los adolescentes tuvieron una sobreestimación de su imagen corporal representando un 70 %, siendo una variante en el presente estudio el cual evidenció que sólo un 19,2% lo obtuvo. (17).

Durante un periodo de tiempo se ha sobrevalorado la imagen corporal partiendo de hechos basados en la percepción personal y el realce de una imagen (18). Durante esta etapa los adolescentes experimentan variaciones en su rutina diaria, relacionados a la interiorización de los conceptos estereotipados del cuerpo humano, que finalmente conseguirían perjudicar la manera en que estos individuos se autoperciben (19). En efecto, esta problemática conlleva a un factor de riesgo que desencadena en alteraciones de la imagen corporal, enflaquecimiento y problemas de alteraciones alimentarias, a causa de la desmedida ansiedad por el peso (2).

A tal efecto, la distorsión de la imagen corporal influye sobre la alimentación y el estado nutricional en los adolescentes, ya que provoca malnutrición por déficit o excedencia. Igualmente, tiene un fuerte impacto en las finanzas individuales, familiares y de la estructura en salud, adecuado a la elevación en los costos que se originan a partir de las comorbilidades que va acompañado de las patologías crónicas (6).

Estos factores mencionados anteriormente, como la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional contribuyen a que de no darse una apropiada examinación y aprobación de la imagen corporal, puede conllevar a acciones inadecuadas como la variación de las ingestas alimentarias cuando no hay la necesidad de que esto suceda, dando lugar al incremento de las alteraciones alimentarias que acarrea un perjuicio para la salud (20).

## **1.2. Formulación del problema**

Problema general:

¿Existe relación entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021?

Problemas específicos:

- ¿Cómo son las variables sociodemográficas en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021?
- ¿Cuál es la autopercepción de imagen corporal en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021, evaluada a través de la lámina de siluetas corporales?
- ¿Cuál es el estado nutricional antropométrico en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021, según antropometría?
- ¿Cuál es la relación entre la autopercepción de imagen corporal y las variables sociodemográficas de los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021?
- ¿Cuál es la relación entre el estado nutricional antropométrico y las variables sociodemográficas en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021?

## **1.3. Justificación de la investigación**

La fase adolescente, es un intervalo de tiempo que abarca la fase escolar y la adultez, tiempo en que los adolescentes atraviesan una fase vulnerable debido a los múltiples cambios en su organismo. Es aquí donde la alimentación requiere de especial importancia, ya que los requerimientos nutricionales están en constante aumento. Por tanto, es necesario que se asegure un buen aporte de energía y nutrientes; éstos a su vez, interactúan con ciertas hormonas como la del crecimiento y gonadotropinas. Asimismo, estas necesidades nutricionales son derivadas del rápido crecimiento de los adolescentes que se contraponen con las variaciones en la conducta alimentaria, los mismos que son recurrentes en esta etapa de vida debido a factores socioculturales, al deseo de ser independientes, y paralelamente van realizando dietas poco saludables que traen como consecuencia posibles desbalances para la salud (21). Se considera que para la sociedad esto es una problemática, por tal motivo es importante realizar esta investigación respecto a la autopercepción de imagen corporal que poseen las personas en estudio, de manera que se pueda aplicar una intervención temprana a nivel nutricional, por intermedio de estrategias educativas con las que permita prevenir enfermedades crónicas no transmisibles y problemas de conducta alimentaria (22).



La presente investigación pretende contribuir con la identificación en áreas donde haya debilidad sobre conocimientos en temas como la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico que vaya acorde a las necesidades de los adolescentes, asimismo, brindará información para futuras investigaciones en dicha población. En vista de la carencia de bibliografía, se considera importante realizar esta investigación para cubrir con este vacío.

Al mismo tiempo, la presente investigación implica una mínima duración de realización, por lo que no se realiza un rastreo de los individuos a través del tiempo; a nivel de valor monetario sería económico, ya que hasta la actualidad se carece de investigaciones similares a nivel nacional.

Finalmente, en tanto a su utilidad para la población, la carrera profesional y la salud pública de los adolescentes en nuestro país, el presente estudio brindará información sobre el contexto hallado en los diagnósticos de los escolares, registro que será de gran beneficio para apoyar a los adolescentes. Así pues, permitirá efectuar actividades de prevención, como las estrategias educativas acerca de los cuidados en la imagen corporal, promoción de una adecuada alimentación y concientización del buen estado nutricional en esta etapa de vida.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

1. Identificar las características de las variables sociodemográficas en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.
2. Identificar la autopercepción de imagen corporal en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021
3. Identificar el estado nutricional antropométrico en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.
4. Determinar la relación entre la autopercepción de imagen corporal y las variables sociodemográficas en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.
5. Determinar la relación entre el estado nutricional antropométrico y las variables sociodemográficas en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.

#### **1.5. Hipótesis**

H0: No existe relación entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.

H1: Existe relación entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en los adolescentes de un CEP en el distrito de La Victoria 2021.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1 Antecedentes internacionales**

Un estudio realizado en la ciudad de Necochea en Argentina en el año 2015, evaluó a 60 adolescentes para determinar la autopercepción de la imagen corporal, el estado nutricional y el consumo de productos dietéticos de las estudiantes. Los resultados mostraron que un 55 % tenía un peso normal, un 20 % tenía bajo peso, y el 13 % presentaba obesidad leve, así como también el 12 % presentaba sobrepeso. Asimismo, se hizo referencia a la percepción de la imagen corporal, donde se pudo notar que los valores son muy similares, resultando que un 35 % se veía con un peso elevado, el 32 % se veía igual y el 33 % se veía delgado. En este estudio se observó además que en relación al uso de productos alimenticios, después de efectuada la continuidad de compra hubo una incorrecta ingesta de alimentos. El estudio concluyó que las personas evaluadas presentaban alteración de su imagen corporal, especialmente quienes tenían un cuadro de exceso de peso, por consiguiente, aquellas que se percibían delgadas y presentan delgadez, sobrestimaban su peso. La desazón por llegar a tener un peso elevado, predominó indistintamente de su estado nutricional, así también el agrado del peso corporal, las adolescentes presentaban disyuntivas con su peso o simplemente no les resultaba relevante mencionarlo (21).

En el 2016 se reportó una investigación sobre “Concordancia del IMC y la percepción de la imagen corporal en adolescentes de una localidad suburbana de Yucatán”. La investigación fue realizada en estudiantes, en donde los varones representaban el 54,1 % y las mujeres un 45,9 %, con un intervalo entre los 10 y menores 17 años de edad. Por otra parte, los adolescentes estudiaban educación secundaria en una región de bajos recursos económicos. A los participantes, se les realizó la encuesta de figuras anatómicas de Stunkard, luego se anotó la apreciación que tenían sobre su imagen corporal. Así también, se realizó la clasificación nutricional y se anotaron las mediciones corporales, utilizando una báscula y un tallímetro. Estos resultados se obtuvieron tomando como referencia los parámetros de la OMS. Los datos hallados en relación a la idea de la imagen corporal, guardaron relación no significativa en las mujeres, es decir, se aprecian con un peso normal aun estando delgadas, en tanto las que presentaron exceso de peso, subestimaron la valoración de su imagen. Con respecto a los varones, aquellos que presentaron mayor peso, la percepción corporal y la clasificación corporal coincidieron significativamente, aunque, igualmente, subestimaron su imagen corporal en bajo peso. Finalmente, se concluyó que es relevante considerar el diagnóstico nutricional, el contenido emocional aspectos como la autoestima y los sentimientos que manifestó cada adolescente acerca de su imagen corporal para que se realice la atención preventiva integral (23).

Encontramos cierta investigación que se realizó en el año 2017, donde se pretendió establecer la idea que tienen los adolescentes sobre su propio cuerpo. Estos escolares fluctuaban entre las edades de 12 y 19 años representados en varios colegios nacionales de un estado en Colombia, a quienes se les realizó una encuesta donde se observó la distorsión e insatisfacción de 186 adolescentes. La investigación fue un diseño descriptivo de corte transversal con enfoque numérico, donde se tuvieron en cuenta variables secundarias, entre ellas, relacionadas a la imagen corporal. Los resultados que se obtuvieron fueron una edad media de 14 años representada por un 51,9 %, un peso promedio de 50 kg y un IMC de 20 kg/m. En cuanto a la apreciación de su cuerpo, estuvo representado por un 46,4 %, seguidamente la imagen corporal que deseaban con un 51,8 %, y finalmente, la imagen corporal real con un 47,9 %. De esta

manera, esta investigación dio a conocer el gran valor de las caracterizaciones sociales y demográficas y, sobre todo, la peligrosa condición en que se muestra la realidad actual obligado por las modernas predilecciones de estilos a los que se les atribuyen a los adolescentes para tengan una apreciación equivocada y alterada de su cuerpo (24).

Conjuntamente en el año 2017 se llevó a cabo un estudio donde se evaluó a adolescentes, midiendo el estado nutricional y la autopercepción de la imagen corporal en una Institución educativa en Ecuador. En esta investigación participaron 363 escolares. El diseño del estudio fue de corte transversal y analítico. Estos adolescentes fueron evaluados a través del Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad y la variable autopercepción de su imagen corporal se evaluó con el Test de Siluetas. Los datos hallados fueron delgadez, sobrepeso y retraso del desarrollo, problemas que prevalecen en las mujeres en esta etapa de vida de la etnia indígena de esta localidad en Cotacachi. Cabe referir que no se halló cuadros de obesidad al momento de la evaluación, sin embargo, sí existió una proporción elevada en el retraso de su desarrollo, situación en la más adelante origine el desarrollo de patologías crónicas no transmisibles. Las escolares de sexo femenino, quienes resultaron con un diagnóstico nutricional de normopeso, se percibían más robustas, causando insatisfacción con su figura, puesto que deseaban verse delgadas. Por otro lado, los varones que presentaron un diagnóstico nutricional de normopeso se percibían delgados, sin embargo, deseaban verse más robustos. Solo unos cuantos escolares realizaban dietas hipocalóricas para bajar de peso y otros tantos realizaban dietas hipercalóricas para incrementar sus peso. Todos estos regímenes de alimentación fueron basados en información que ellos mismos buscaban por internet, en donde se indican algunos tips o consejos sin tener una base científica. (22).

Por otra parte, en el año 2018 se realizó la investigación sobre asociación entre la autopercepción del cuerpo y la alimentación en Brasil, para explorar la correlación que existe entre la insatisfacción de imagen corporal conjuntamente con los patrones de alimentación por el estado antropométrico en adolescentes. La investigación realizó un estudio transversal de 1496 adolescentes en donde se completó el cuestionario sobre la forma de su figura física; asimismo, se registraron los datos demográficos, antropométricos y socioeconómicos, así como la información acerca del desarrollo puberal y la ingesta dietética. La investigación evidenció que el 19,5 % de los adolescentes presentaban insatisfacción de imagen corporal. También se establecieron algunos modelos dietéticos como es el caso del patrón occidental que estaba basado en insumos como azúcares, alimentos con alto contenido de grasa, cárnicos y lácteos con sus derivados; mientras tanto, el modelo restrictivo contaba con granos, tubérculos, plantas y fruta. Con respecto a los sujetos del presente estudio, quienes obtuvieron un peso elevado, evidenciaron una relación negativa de no aceptar su corporal con el modelo dietético de occidente. Al mismo tiempo, en esta agrupación, se observó una relación afirmativa en medio del disgusto de representación física prominente y el modelo restringente (25).

### **2.1.2 Antecedentes nacionales**

En nuestro país, una investigación en el año 2016 se llevó a cabo con 108 adolescentes de ambos sexos que tuvo como objetivo identificar la autopercepción de imagen corporal conjunto a sus prácticas para modificarla. Para ello, se realizó un diseño mixto, cuantitativo, que tuvo lugar en una institución educativa privada del distrito Miraflores en Lima. A los participantes se les realizó mediciones antropométricas de peso y talla, se les evaluó con una encuesta de autopercepción de imagen corporal, y además se les realizó entrevistas de profundidad y grupales. Dando como principales resultados que, los que poseían una idea errónea de su peso estuvo representado por el 36,1 % y un 50,9 % tenía una idea equivocada de su talla. La investigación fue diseñada de manera

mixta, con un enfoque cuanti-cualitativo. esta investigación encontró que más del 50 % de las personas en estudio durante la etapa cualitativa tenían una captación incorrecta de su masa corporal, dando a entender conformes con su figura; y por otro lado, aquellos que no estaban a gusto con su cuerpo, referían expresiones despreciativas de lo que percibían, tanto es así, que muchos de los que estaban conformes con su anatomía, se preparaban alimentos bajos en calorías, ejercicios intensos, ayudas farmacológicas para reducir de peso o incentivar a la hormona del crecimiento. Asimismo, se pudo evidenciar que el entorno familiar y social y amigos incidían en la determinación para proceder con tales hábitos. Por otro lado, algunos adolescentes entre 11 a 12 años no expusieron inclinación para modificar su aspecto físico. Finalmente, se concluyó que casi la gran parte de los participantes tenían una impresión incorrecta de cómo se veían ellos mismos, en tanto la mitad de todos los adolescentes tenían una percepción errada de su talla; así también, los que no estaban conformes con su imagen corporal realizaban diferentes prácticas para corregirla (20).

Por otro lado, en el año 2016 se llevó a cabo un estudio de investigación cuantitativa, descriptiva y su vez transversal, donde se buscaba la asociación del estado nutricional y la percepción de alimentación saludable e imagen corporal en estudiantes de un colegio público ubicado en el distrito de Lima norte. La muestra incluyó a 125 personas que cursaban la secundaria básica regular, incluyendo a estudiantes del sexo masculino como femenino en un rango de edad desde los 10 hasta los 17 años de edad. Estos adolescentes, estuvieron divididos en equipos de 10 hacia los 14 años con 11 meses y de 15 hacia los 17 años con 11 meses de edad. Posteriormente, a estos sujetos se les realizó medidas antropométricas con la finalidad de diagnosticar su estado nutricional. Asimismo, aplicaron un sondeo donde se recogía datos generales, ideas sobre nutrición y apreciación de su aspecto físico. Los resultados mostraron que los estudiantes diagnosticados con normopeso tenían una percepción correcta de una alimentación balanceada. Además, aquellos que tenían de 10 a 14 años con 11 meses y que a su vez obtuvieron el diagnóstico de normopeso se veían más robustos en relación con lo real de su cuerpo. Del mismo modo, en ambos grupos, aquellos que sobreestimaban la percepción de su imagen corporal percibían adecuadamente una alimentación saludable. Finalmente, la investigación llegó a la conclusión que tanto los preadolescentes como en los adolescentes sin hacer distinción con la valoración nutricional que presentaban, evidenciaban correctamente la alimentación balanceada, y quienes tenían un diagnóstico de normopeso, sobreestimaban su imagen corporal, sin que gran parte de ellos asientan de manera precisa qué es una alimentación adecuada y sobre todo saludable (17).

Por otra parte, en el 2017 se realizó una investigación de tipo prospectivo y transversal aplicado a estudiantes de ambos sexos. La muestra estuvo compuesta por 292 sujetos entre los 12 a 17 años de edad que cursaban la secundaria básica de una institución privada en un distrito de Lima. Se les realizó el IMC real y el IMC auto percibido y, posteriormente, el registro se trasladó a una base de datos para su análisis correspondiente. El índice de masa corporal de los estudiantes en consecuencia con la evaluación antropométrica efectuada, evidenció los siguientes diagnósticos: normopesos representaban un 68,9 %, un 30,8 % tenían sobrepeso y solo el 0,3 % presentaron obesidad. En las mujeres el 35,3 % se observó un IMC normal y en los varones el 33,6 %. Por otra parte, al evaluar la autopercepción tanto en varones y mujeres, aquellas estudiantes del sexo femenino estaban en un parámetro de normalidad representado por un 38,4 %, en tanto que los del sexo masculino fueron representados por el 38 %. Sin embargo, el sobrepeso en los varones fue del 7,9 % y en las mujeres el 7,2 %. En tanto, aquellos que obtuvieron un cuadro de obesidad, el 2,7 % de los adolescentes del sexo masculino estaban obesos y las adolescentes del sexo femenino representaban el 1,4 %. Además, aquellos que tuvieron un diagnóstico nutricional de delgadez, estuvo representado por el 2,4 % para ellos y para ellas

representadas por el 1,4 %. Además, se observaron datos similares respecto a la asociación del índice de masa corporal auto percibido versus el real, encontrándose que el 69,5 % de adolescentes mantenía una autopercepción que corresponde a la realidad. Por el contrario, se halló que un 25,3 % de adolescentes sobrevaloraron su IMC; a la vez que el 5,1 % lo sobreestimó. A un nivel de significancia del 5 %, el IMC diagnóstico real y la autopercepción de la imagen corporal se veían asociados. Finalmente, concluyeron una inclinación hacia la subestimación y sobreestimación de la masa corporal en algunos escolares con normopeso, y en los estudiantes con sobrepeso una subestimación (26).

Adicionalmente, una investigación reciente en 120 adolescentes de ambos sexos comprendidos entre las edades de 14 hasta los 18 años que cursaban los dos últimos años de la educación básica regular en Perú, fue realizada para determinar si existía relación entre la “autopercepción de la imagen corporal” con el “estado nutricional” y el “nivel de actividad física” en adolescentes. En la investigación se utilizó un análisis cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional, determinando la apreciación de su perfil físico a través de una prueba constituida en una imágenes con siluetas corporales, asimismo, el IMC fue realizado a través de la toma de la estatura y el peso; por último, se aplicó una serie de preguntas que permitió evaluar el qué tanto se realizaba actividad física. El análisis de la relación entre la variable autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional y el nivel de actividad física se realizó por medio de la prueba chi-cuadrado. Se pudo notar que la gran mayoría de los participantes lo cual representaba un 51,3 % presentaba un estado nutricional normal, los mismos que a su vez registraban una adecuada percepción de la imagen corporal. De otro lado, para aquellos que presentaban obesidad, el 81,8 % subestimaron su imagen corporal. Asimismo, se evidenció que la proporción de “percepción adecuada” estuvo por debajo de aquellos que estimaron un nivel de actividad física alto, en comparación con los que tuvieron un nivel de actividad física de menor grado. Aquellos que anotaron realizar actividad física alto, tuvieron mayor representatividad con la sobrestimación corporal, en comparación con los estudiantes que tuvieron un nivel de actividad física de menos intensidad. Finalmente, se concluye que ambas variables, autopercepción de imagen corporal y estado nutricional se relacionaron significativamente. Por otro lado, no hubo asociación entre la autopercepción de la imagen corporal junto al nivel de actividad física en los adolescentes (27).

Toda la referencia y antecedentes mostrados anteriormente, crea cierta zozobra en relación al grupo de adolescentes, pues se hallan ciertas conductas que ponen en peligro su salud, las mismas que podrían desencadenar ciertos problemas o enfermedades relacionados a lo neurológico y al estado nutricional. Sin embargo, para evitar todas esas complicaciones, se deberá establecer actividades a realizar, como los programas de prevención y el fomento de talleres educativos y capacitaciones abordando temas con enfoque nutricional y psicológico para este grupo etario.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Adolescente**

La OMS, menciona que aquellas personas fluctuantes entre los 10 y 19 años de edad se les denomina adolescentes; en esta etapa se comienzan a aparecer cambios en la persona tanto en lo corporal como en lo psíquico. Asimismo, es una etapa donde el ser humano es capaz de realizar una adecuada adaptación con su entorno y experimenta a través de varios procesos, la búsqueda de su identidad. También en esta fase, el desarrollo emocional e intelectual es acelerado (28). En Perú, según la R.M 283-2015

del Ministerio de Salud (MINSA) considera que la etapa de la adolescencia corresponde a todo aquel individuo entre los 12 y 17 años de edad (1).

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), el estado nutricional de una persona es el resultado entre la condición física y el balance de sus necesidades nutricionales (29).

Es por ello que para lograr determinar el estado nutricional de individuos o de poblaciones, se lleva a cabo el análisis de las cifras obtenidas en consecuencia de los parámetros bioquímicos, la evaluación antropométrica, la ingesta y hábitos alimentarios, así como también los factores clínicos (30).

Asimismo, la OMS sostiene que la imagen corporal es parte de la psicología fisiológica que a su vez lo asocia con la simbolización y lo que representa una persona hacia su propia anatomía. Del mismo modo, hace mención a la manera en la cual un individuo se valora a sí mismo y cómo refiere sentirse con su cuerpo. Esta percepción de la propia figura se puede ir modificando conforme transcurran los años y cabe la posibilidad de que los seres humanos tengan esta imagen corporal a su favor; sin embargo, en algún episodio de su vida refieran sentirse no estar conformes con su cuerpo (31).

Salazar suscribe que la imagen corporal tiene muchas dimensiones que implican temas biológicos, psicológicos y sociales. Asimismo, se precisa cómo esa personalización de la mente que un individuo imagina sobre su propia anatomía; es decir, es la exploración subjetiva del propio cuerpo y de cómo uno supone que las otras personas lo ven; involucrando las sensaciones y conductas que origina esta imaginación (32).

### **2.2.2. Autopercepción de imagen corporal**

La autopercepción de la imagen corporal puede ser una barrera en la búsqueda de atención nutricional. Es por ello, que la imagen corporal está conceptualizada en aquel conjunto donde se involucran pensamientos, las percepciones y las sensaciones sobre el volumen de la masa corporal (33). Tal es así, que la imagen corporal resulta de una serie de construcciones que la mente realiza de nuestro cuerpo indicando la manera en la que éste se manifiesta (34).

Precisamente, en relación a la autopercepción, existen diversas definiciones, dentro de éstas, Villamizar y colaboradores analizan diversos autores que refieren que consiste en conceptos internamente conscientes y jerárquicamente organizados y que son parte de un modelo complejo donde evidencian conceptos propios y más consistentes, como lo académico, el colectivo social, el físico y por último relacionado a la imagen corporal (35).

Caballero, en una investigación realizada en 2008 en estudiantes de un colegio nacional, encontró la realización de ejercicios como parte de los hábitos cotidianos, todo con la finalidad de disminuir su masa corporal; paralelamente están inquietos por aminorar algunas zonas corporales. La pretensión de una imagen corporal excelente, trae como consecuencias alterar las ideas perceptivas colocando al escolar en una vivencia que continuamente tiende a sentir insatisfacción de su anatomía (36). Por ello, Martí et al., (37) mencionan que “la imagen corporal está compuesta por aspectos perceptivos y cognitivos, no obstante, estos se interrelacionan con un elemento conductual”.

- Componente perceptivo: Hace mención a que cada persona se percibe en cuanto a su peso, talla o cuerpo, ya sea en general o por cada parte. Si las personas cambian su percepción, se puede encontrar que sobreestiman o subestiman el peso, la talla o el cuerpo (37).

- Componente cognitivo-afectivo: Hace referencia a que luego de obtener una percepción sea a favor o en contra, influye en el sentimiento o pensamiento. Emocionalmente brinda, por ejemplo, placer, displacer, satisfacción, disgusto y enfado (37).
- Componente conductual: Se refiere a la conducta que relaciona al cuerpo con la percepción y el sentimiento. Estos pueden exhibir el cuerpo, aislarse, esconderse, etc. (37).

### **2.2.3. Estado nutricional**

La FAO y la OMS hacen referencia a que la condición nutricional de un individuo va a depender de la realización de varios requisitos de acuerdo a las necesidades de cada grupo etario: "Que los alimentos sean suficientemente variados, de calidad e higiénicos y que cada miembro de la familia disfrute de un estado de salud que le permita beneficiarse desde el punto de vista nutricional, de los alimentos consumidos"(38).

Asimismo, la R.M 283-2015 del MINSA establece que el estado nutricional de cada individuo es la condición de salud del ser humano, fruto de sus patrones de alimentación diaria, formas de vivencia, relaciones interpersonales y calidad de salud (1).

Cruz y Herrera hacen mención de que el estado nutricional es aquel equilibrio que existe cuando una persona ingiere alimentos y, a su vez, realiza un consumo de energía día tras día, en otras palabras, los ingresos y egresos cotidianos o a lo largo de un periodo. La contribución de cada nutriente recoge toda la ingesta de cada persona durante el día como alimento, desde los alimentos naturales, módulos energéticos o proteicos hasta los insumos industrializados (5).

#### **2.2.3.1. Evaluación nutricional**

La evaluación del estado nutricional responde a que se necesita realizar continuamente en cada etapa de vida del ser humano. Sin embargo, cada modelo de evaluación de los que gozan de salud, se diferencia de aquellos que padecen alguna enfermedad. Los individuos con algún tipo de riesgo nutricional, posiblemente se diagnostiquen y registren sobre una falsa información que se obtiene por lo general en al ingreso a un nosocomio, tras regresar de una asistencia en el hogar de la persona. Los datos recolectados durante la valoración nutricional se emplean para elaborar un plan nutricional personalizado. Así también, esta evaluación minuciosa disminuye el error sistemático y provee de apoyo para posteriormente realizar reeducación alimentaria y consejerías nutricionales (39). De acuerdo a Cruz y Herrera, la evaluación nutricional es aquel indicador que cuenta con varios procesos que a su vez tienen el objetivo de evaluar el balance nutricional (5).

#### **2.2.3.2. Evaluación antropométrica**

Ravasco et al. (39) establecen que la evaluación antropométrica consiste en evaluar todas las dimensiones corporales de un individuo, situación que se altera según etapa de vida. Los puntos de referencia en la evaluación antropométrica valoran las circunferencias corporales, los pliegues y las dimensiones óseas, con la finalidad de determinar la constitución total del cuerpo; por lo general, son de prácticas de bajo presupuesto y se pueden trabajar en distintos escenarios momentos y con cada grupo etario.

Las mediciones corporales hacia el ser humano se realizan a través de procedimientos que no causan daño, a su vez, es trasladable y se ejecuta en todas partes del mundo desarrollando la evaluación de todas las partes corporales. Paralelamente, se hace mención que dentro del estado nutricional se consideran el rendimiento, la morbilidad y la subsistencia de la población. Lastimosamente, este instrumento aun siendo competente y valioso es poco valorado y desconsiderado para ser utilizado dentro del marco de la salud pública y en la praxis del personal de salud (40).

Asimismo, para la evaluación nutricional antropométrica del adolescente, es importante considerar un buen registro del peso, una correcta medición, así como la evaluación de los perímetros corporales entre otras medidas (1).

a) El peso. Es el cálculo de la masa total de un individuo manifestada en kilogramos, sin embargo, es distinto acorde a la edad en años, meses y días, al tipo sexo, a las condiciones de vida, a la situación de salud, etc. (1).

b) La talla. Es la evaluación que se realiza a través de la medición y que tiene como objetivo fijar la estatura de la persona, obtenida de acuerdo a la precisión y a los procedimientos dispuestos (1).

c) La talla para la edad (T/E). Es un parámetro que se obtiene al diferenciar la estatura actual de la persona con la estatura de referencia en relación a la edad actual. Este parámetro concede valorar el crecimiento rectilíneo de la persona (1).

d) El perímetro abdominal. Se realiza mediante la medición de la circunferencia a nivel del abdomen, cuyo objetivo es establecer si existe algún tipo de riesgo de enfermedades cardiovasculares

e) El índice de masa corporal (IMC). Es aquel indicador que resulta al establecer relación entre la masa corporal y la estatura elevada al cuadrado. Atribuida también como el índice de Quetelet, junto a su fórmula:  $\text{peso (kg)} / \text{talla (m)}^2$  (1).

f) El índice de masa corporal para edad (IMC/edad). Es un parámetro que tiene como objetivo comparar el IMC de la persona con el IMC de referencia de acuerdo a la edad. Además, cuenta con una categorización para el estado nutricional, entre ellas, la delgadez, lo normal, el sobrepeso y la obesidad (1).



## **CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

El presente es un estudio descriptivo, correlacional, analítico y de diseño transversal (41). Es descriptivo puesto que mide, valora y recoge la información de las diferentes variables, como la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico (20); también es correlacional porque estudia la relación y entre las variables autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico (28). Asimismo, es analítico puesto que permite establecer causalidad entre las variables principales (42); y por último, es transversal porque toda la data fue obtenida en un espacio y tiempo establecido (43).

### **3.2. Población**

La población consta de estudiantes adolescentes de 12 a 17 años 11 meses y 29 días, varones y mujeres de 1° al 5° año de secundaria del colegio educativo parroquial Monseñor Marcos Libardoni.

#### **3.2.1. Tamaño de la muestra**

Se realizó un censo para obtener la mayor cantidad de población dentro de nuestra muestra. Finalmente, fueron 72 participantes dentro de la investigación.

#### **3.2.2. Selección del muestreo**

Fue un muestreo no probabilístico.

#### **3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión**

##### **● Criterios de inclusión:**

- Estudiantes de 1° a 5° año de secundaria del CEP Monseñor Marcos Libardoni.
- Estudiantes de 12 a 17 años con 11 meses y 29 días entre varones y mujeres.(RM 283 - 2015/MINSA)
- Estudiantes cuyos padres de familia o apoderados firmen el consentimiento informado.
- Estudiantes que completaron el formulario.

##### **● Criterios de exclusión:**

- Estudiantes que no completaron las fichas de evaluación.
- Estudiantes que no deseaban participar en el estudio.
- Estudiantes que presentaron SARS-CoV-2 o alguna patología de consideración.

### **3.3. Variables**

#### **3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables**

##### **3.3.1.1 Variable 1: Autopercepción de imagen corporal**

- ❖ **Definición:** “Es la precisión con que se percibe el tamaño corporal de diferentes segmentos corporales o del cuerpo en su totalidad. La alteración de este componente da lugar a sobreestimación o subestimación” (4).

- ❖ **Indicador.** La percepción alterada: corresponde a la imagen corporal que se percibe y es superior o inferior al Índice de masa corporal cuantificado.  
La percepción adecuada: corresponde a la imagen corporal que se percibe y ésta a su vez es igual al Índice de Masa Corporal cuantificado (4).
- ❖ **Clasificación de la variable.** Considerada como variable categórica de acuerdo a la distribución que se realiza en base al detallado, por lo que no puede distribuirse numéricamente.
- ❖ **Escala.** Es de tipo ordinal debido a que se muestra un orden en su jerarquización: Percepción Sobreestimada, Percepción adecuada y Percepción subestimada.

### 3.3.1.2 Variable 2: Estado nutricional antropométrico

- ❖ **Definición.** Es la determinación de la valoración nutricional del individuo, a través del registro del peso, la valoración de la estatura, evaluación del perímetro abdominal y otras dimensiones antropométricas (1). En este grupo etario, el estado nutricional antropométrico, es estimado a través del indicador IMC/ edad, pudiendo establecer malnutrición por déficit o exceso (44).
- ❖ **Indicador.** Es el MC/Edad cuyo punto de corte es el puntaje Z-score (1).
- ❖ **Clasificación de la variable.** Es una variable cualitativa, por lo tanto no se puede establecer con numeraciones. A su vez, es categórica porque los datos que se establezcan se expresan mediante jerarquización.
- ❖ **Escala.** Es de tipo ordinal puesto que muestra un orden en sus categorías: La delgadez, Lo Normal, El sobrepeso y la Obesidad.

**Tabla 1**  
*Operacionalización de Variables Principales*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	CATEGORÍAS	DIMENSIONES	ITEMS	NATURALEZA	INSTRUMENTO
Autopercepción de imagen corporal	Conjunto que involucra las percepciones, pensamientos, sentimientos sobre el tamaño y la forma del propio cuerpo.	Es una variable cualitativa que permite evaluar la autopercepción de imagen corporal, donde muestran figuras anatómicas desde una figura más delgada a la cual se le atribuye un índice de masa corporal de 17 kg/m <sup>2</sup> hasta la más robusta que se le atribuye un índice de masa corporal de 33 kg/m <sup>2</sup> . Donde se le solicita al adolescente elegir con aquella figura que lo representa.	<b>Percepción alterada:</b> Hace referencia a la imagen corporal en la que una persona se percibe y ésta apreciación es mayor o menor al IMC cuantificado.  <b>Percepción Adecuada:</b> Hace referencia a la imagen corporal en la que la persona se percibe y ésta apreciación igual al IMC cuantificado.	Percepción sobreestimada  Percepción adecuada  Percepción subestimada	IMC percibido > IMC real  IMC percibido = IMC real  IMC percibido < IMC real	Ordinal  1,2,3,4,5,6,7,9	Variable cualitativa categórica	Test de siluetas Stunkard y de Stellard.
Estado nutricional antropométrico	Es la condición en que se encuentra un sujeto a raíz de su ingesta alimentaria diaria, composición integral del cuerpo humano, hábitos sociales y condiciones de salubridad.	Catalogada como una variable cualitativa y tiene como finalidad equiparar el índice de masa corporal del individuo con el índice de masa corporal de referencia.	IMC/E	Obesidad (1).  Sobrepeso (1).  Normal (1).  Delgadez (1).  Delgadez severa (1).	> 2 DE (1).  > 1 a 2 DE (1).  1 a -2 DE (1).  < - 2 a - 3 DE (1).  < - 3 DE (1).	ordinal	Variable cualitativa categórica	Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente (1).

### 3.3.1.3. Variable sociodemográficas

- Edad. Hace mención al periodo que ha existido un individuo (45).
- Año de educación secundaria. Es el nivel III de la educación básica regular (46).
- Sexo. Se hace mención al hecho de ser hombre o mujer (47).

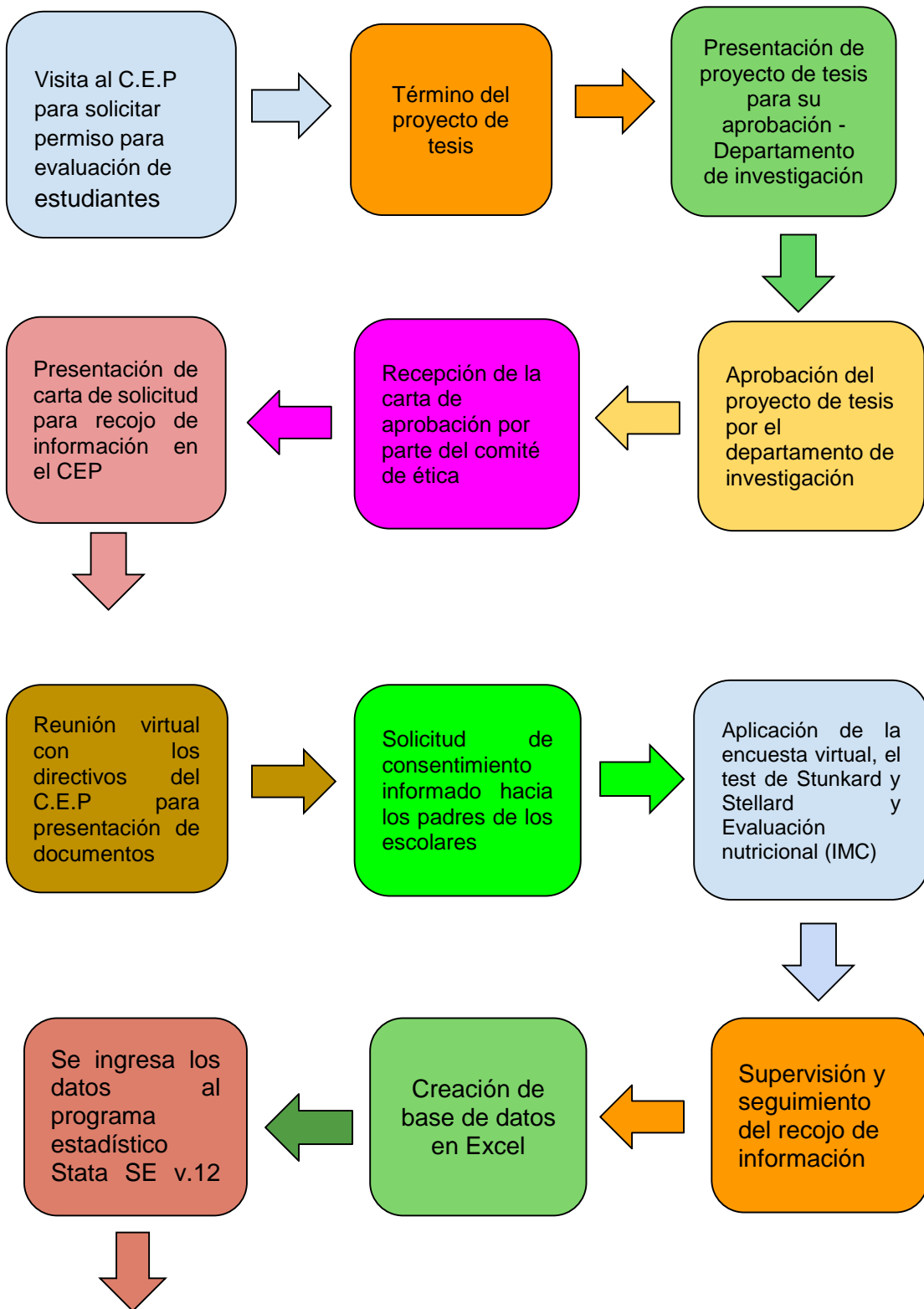
**Tabla 2**

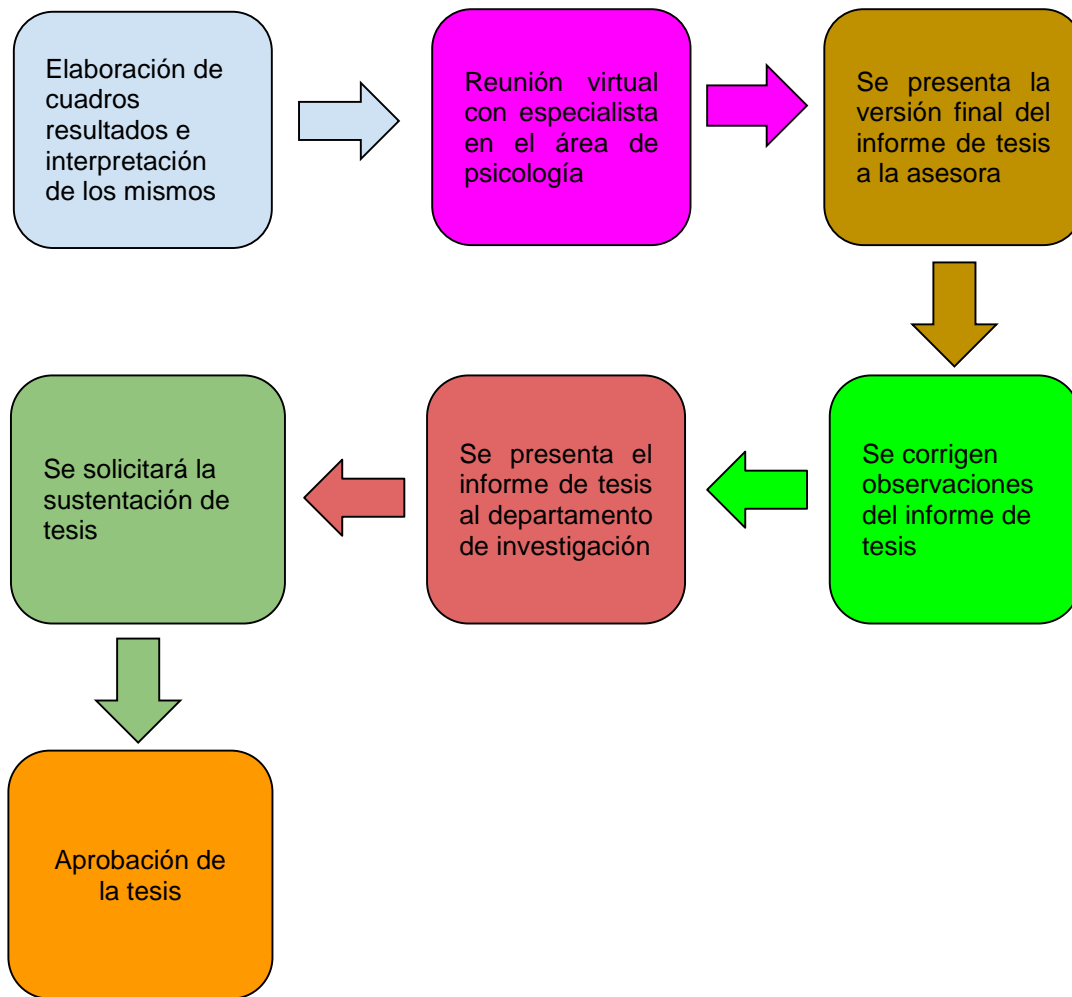
*Operacionalización de Variables Secundarias (sociodemográficas)*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	CATEGORÍAS	ITEMS	NATURALEZA	INSTRUMENTO
Edad	Tiempo que ha vivido una persona	Es una variable que hace referencia al periodo que ha existido un sujeto en años.	Demográfica	Años	Edad en años	Razón	Variable cuantitativa	Ficha sociodemográfica
Año de educación secundaria	Es el último nivel de la educación básica regular en la que comprende 5 años de estudio.	Variable que indica el año escolar en el que el estudiante en el nivel secundaria	Demográfica	Año de secundaria	Primero Segundo Tercero Cuarto Quinto	Nominal	Variable cualitativa	Ficha sociodemográfica
Sexo	Denominación orgánica al hecho de ser hombre o mujer	Variable que indica la identificación del sexo por familiar a cargo.	Demográfica	Masculino Femenino	Masculino Femenino	Nominal	Variable cualitativa	Ficha sociodemográfica

### 3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

En este estudio se tomaron en cuenta actividades realizadas antes, durante y después de la recolección de datos, las cuales se detallan a continuación:





## INSTRUMENTOS

### Variable 1: Autopercepción de imagen corporal

Para la presente variable se ha considerado aplicar el test propuesto por Stunkard y Stellard en los años 90, posteriormente fue modificado por Collins en el año 1991; en el 2008 fue adaptado al idioma español por Marrodán. Este instrumento ha sido validado, fiable y eficaz para catalogar a las personas que se usan este test desde el más delgado hasta el más robusto (27).

Su validez y confiabilidad en diversos artículos científicos de evidencia utilizaron el presente instrumento para fines académicos (48).

En el test se muestran nueve imágenes de ambos sexos. A cada imagen representa un sujeto atribuyéndole un Índice de masa corporal que va aumentando continuamente desde la más delgada hasta la más obesa. Por lo tanto, la más delgada valdría  $17 \text{ kg/m}^2$  y la más obesa  $33 \text{ kg/m}^2$  (49). En el instante que la persona empieza a completar el test, no sabe la categorización del índice de masa corporal, puesto que no se visualiza en ninguna parte para evitar causar distracción. Asimismo, se señala al sujeto que debe elegir sólo un número del uno al nueve, correspondiente a una imagen, según cómo observa su imagen corporal al instante en el que se paran frente al espejo (27).

## Variable 2: Estado nutricional (IMC)

Para la presente variable se ha considerado trabajar con el índice de Quetelet, siendo este un parámetro numérico que evalúa la relación entre el peso y la estatura, que luego de una evaluación adecuada, otorga un resultado que se conoce como Índice de Masa Corporal. Durante este proceso, se cuantifica el cociente de masa corporal expresada en kilogramos y la estatura en metros elevado al cuadrado. Cabe mencionar que esta herramienta se instauró al inicio con la proporción ideal entre estatura y peso. Sin embargo, era importante considerar en paralelo la relación peso/talla que debía tomarse en cuenta como normal y por otra parte aquella que debía considerarse para enfermedades. Se establece el rango permitido de variabilidad, entre un Índice de Masa Corporal  $>25$  o inferior a un índice de Masa Corporal  $<18$ , mencionando que lo ideal corresponde a un Índice de masa corporal de 21 (50).

Actualmente, el estado nutricional es ejecutado mediante varias técnicas especializadas para este tipo de población, detalladas en la Guía Técnica para la Valoración antropométrica de la persona adolescente (1), la misma que ha sido diseñada por el Ministerio de Salud en el periodo 2015.

### **3.5. Plan de análisis e interpretación de la información**

#### Análisis descriptivo

Para el análisis descriptivo se realizó un registro de los datos en un cuadro de Excel y toda la información se desplazó al software estadístico STATA v12, donde se llevó a cabo el análisis correspondiente. Del mismo modo, aquellas variables cualitativas se presentaron mediante frecuencias y porcentajes, mientras que las variables numéricas se mostraron mediante la media y desviación estándar (51).

#### Análisis bivariado

Para el análisis de doble variable se estableció la relación empírica entre autopercepción de imagen corporal y estado nutricional antropométrico; además, se tuvo en consideración aplicar la prueba estadística de  $\chi^2$  a causa del tamaño de la muestra. Así también, esta prueba se aplicó para las variables categóricas secundarias (51).

Por último, se consideró emplear los grados de significancia estadística entre los rangos de 0,05 y 0,01 (51).

### **3.6. Ventajas y limitaciones**

#### **● Ventajas**

- Al tratarse de un estudio correlacional, los resultados están adaptados a lo cotidiano.
- Al ser una investigación de corte transversal, no conlleva a realizarse por un largo periodo, sino que sólo se mide en un instante determinado.
- Se trabajó con instrumentos validados y confiables para la valoración de las dos variables principales, de esta manera se redujo el error accidental del sistema.
- La evaluación de la autopercepción de imagen corporal, evaluación nutricional y variables sociodemográficas no fue muy costoso, ya que se contaba con los instrumentos adecuados.

## ● Limitaciones

- El tamaño de la muestra realizada en la presente investigación fue pequeño.
- El registro de los adolescentes se dio de forma limitada, puesto que se evaluó a 72 sujetos del CEP Monseñor Marcos Libardoni en La Victoria, y por ser una muestra no representativa, no se puede universalizar a todos los adolescentes a nivel local.
- Al ser un estudio de corte transversal, no se puede atribuir que haya una asociación de causa-efecto entre ambas variables principales.
- La investigación se desarrolló mediante un muestreo no probabilístico, lo que hace notar que el presente estudio no tiene validez externa.
- La situación de la pandemia actual fue una limitación, puesto que se tuvo que reprogramar las actividades, ajustando a los horarios de los estudiantes y a cada uno de los procesos que se realizaron al momento del registro de la información, que por consiguiente, permita realizar la investigación eficientemente.
- No se trabajó con otros parámetros nutricionales como el bioquímico, clínico ni dietario, tan solo con el parámetro antropométrico utilizando el índice de masa corporal.
- No se evidenció suficientes antecedentes con una antigüedad no mayor de 5 años.

## 3.7. Aspectos éticos

La presente investigación tuvo en consideración criterios y principios éticos primordiales, que se detallan a continuación:

### ● El Respeto a la confidencialidad y protección de datos

En su artículo 19, la Declaración Universal de los Derechos Humanos, señala que es un derecho de todos los seres humanos recepcionar información (52). De este modo, los adolescentes que participaron del presente estudio, tuvieron la plena seguridad que sus datos personales que brindaron no fueron expuestos y estaban cuidadosamente guardados, en la medida que solo tendrán acceso un grupo mínimo de personas, en otras palabras, el grupo de trabajo del estudio (51).

### ● Respeto de la privacidad

La presente investigación no causó malestar en la población. Asimismo, se respetó el derecho de cada uno de los estudiantes al momento de concedernos toda la información que se pudiera recopilar en el tiempo y circunstancias óptimas que los adolescentes creían conveniente (51).

### ● Justicia

Este principio contiene la distribución equitativa de beneficios y la no discriminación (53). No se encontró ningún tipo de diferencia en la muestra que analizamos para este estudio, por tanto, se consideró el muestreo no probabilístico, donde la totalidad los participantes tienen igual número de oportunidades (51).

El Código de Núremberg fue dado a conocer en el año 1947, en donde se relata al consentimiento voluntario del ser sujeto como elemento esencial (54). Los estudiantes tuvieron la libertad de aceptar participar voluntariamente en la investigación o de retirarse cuando lo crean conveniente.



- Consentimiento informado

Las personas en estudio, fueron comunicadas oportunamente, haciendo mención a los objetivos del estudio, las características del mismo, los riesgos que se podría correr y, finalmente, los beneficios referentes a su participación. Así también, obtuvieron un comunicado informativo antes de empezar a ejecutar la evaluación.

- Respeto por la calidad de la investigación, autoría y uso de los resultados

El presente estudio de investigación aseguró el respaldo de otras investigaciones válidas y actualizadas; adicionalmente, en relación a la metodología de investigación tuvieron adherencia con el problema de estudio, la muestra seleccionada adecuadamente, el análisis del registro y su interpretación fue sobresaliente, y los resultados utilizaron el uso de un correcto lenguaje. Finalmente, se puede resaltar que en esta investigación se llevó a cabo sin ningún interés monetario (51).

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

El presente estudio tuvo como objetivo principal analizar la relación entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de un CEP en el Distrito de la Victoria 2021.

**Tabla 3**  
*Características de las variables sociodemográficas*

Variable	n	(%)
<b>Edad* (años)</b>		
Media ± DE	13,72	± 1,235
<b>Año de educación secundaria</b>		
Primero	12	16,67
Segundo	16	22,22
Tercero	23	31,94
Cuarto	9	12,50
Quinto	12	16,67
<b>Sexo</b>		
Masculino	32	44,44
Femenino	40	55,56

*Nota.* Datos mostrados como media y desviación estándar.

De un total de 72 adolescentes, el promedio de edad fue de 13,72 años, en tanto el sexo femenino representó un porcentaje mayor (55,56 %), según se puede ver en la Tabla 3.

**Tabla 4**  
*Características de las variables principales*

Variable	n	(%)
<b>Autopercepción de imagen corporal</b>		
Subestima	15	20,83
Adecuada	33	45,83
Sobreestima	44	61,11
<b>Estado nutricional antropométrico</b>		
Delgadez severa	1	1,39
Delgadez	4	5,56
Normal	51	70,83
Sobrepeso	14	19,44
Obesidad	2	2,78

Al mismo tiempo, se encontraron que gran parte de los estudiantes obtuvieron una mayor sobreestimación de su imagen corporal (61,11 %). Con respecto al estado nutricional antropométrico, los adolescentes con normopeso representaron la mayor proporción (70,83 %).

**Tabla 5**

*Relación entre la autopercepción de imagen corporal y las variables sociodemográficas*

	Autopercepción de imagen corporal			p
	Subestima n (%)	Adecuada n (%)	Sobreestima n (%)	
<b>Variables sociodemográficas</b>				
<b>Edad</b> (media ± DS)	13,533333 ± 1,12	14,153846 ± 1,14	13,659091 ± 1,29	0,3638
<b>Sexo</b>				0,620
Masculino	5 (15,63)	6 (18,75)	21 (65,63)	
Femenino	10 (25,00)	7 (17,50)	23 (57,50)	
<b>Año de educación secundaria</b>				0,012
Primero	1 (8,33)	1 (8,33)	10 (83,33)	
Segundo	8 (50,00)	0 (0,00)	8 (50,00)	
Tercero	3 (13,04)	6 (26,09)	14 (60,87)	
Cuarto	2 (22,22)	4 (44,44)	3 (33,33)	
Quinto	1 (8,33)	2 (16,67)	9 (75,00)	

*Nota.* A partir de la prueba de chi-cuadrado.

Por otra parte, la variable sociodemográfica año de educación secundaria estuvo asociada con la autopercepción de imagen corporal ( $p=0,012$ ). Los adolescentes del primer año de secundaria que sobreestimaron su imagen corporal presentaron el mayor porcentaje (83.33 %). Por otro lado, los adolescentes del segundo año de secundaria muestran una mayor subestimación de su imagen corporal (50.00 %). El resto de variables no se asociaron significativamente (Tabla 5).

**Tabla 6**

*Relación entre las Variables Autopercepción de Imagen Corporal y Estado Nutricional Antropométrico*

	Autopercepción de imagen corporal			p
	Subestima n (%)	Adecuada n (%)	Sobreestima n (%)	
<b>Estado nutricional antropométrico</b>				0,002
Delgadez severa	0 (0,00)	0 (0,00)	1 (100,00)	
Delgadez	0 (0,00)	1 (25,00)	3 (75,00)	
Normal	5 (9,80)	11 (21,57)	35 (68,63)	
Sobrepeso	8 (57,14)	1 (7,14)	5 (35,71)	
Obesidad	2 (100,00)	0 (0,00)	0 (00,00)	

*Nota.* A partir de la prueba de chi-cuadrado.

En esta investigación se evidencia la existencia de una asociación entre la autopercepción de imagen corporal con el estado nutricional antropométrico ( $p=0,002$ ). Los adolescentes con delgadez severa presentaron el mayor porcentaje de sobreestimación de imagen corporal. Asimismo, los adolescentes con obesidad muestran la mayor proporción en la subestimación de imagen corporal (100,00 %), como se muestra en la Tabla 6.

## **CAPÍTULO V. DISCUSIÓN**

### **5.1. Discusión**

Los resultados de este estudio revelaron que existe relación entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en los adolescentes. En tanto, se demostró que a mayor grado de delgadez, mayor sobreestimación de la imagen corporal. Del mismo modo, se reveló que a mayor grado de obesidad, mayor subestimación de la imagen corporal. No hubo relación significativa entre las variables sociodemográficas y la variable estado nutricional antropométrico.

La autopercepción de imagen corporal que predominó en los estudiantes con delgadez severa fue la sobreestimación, la misma que se mostró con un valor superior a lo real. Datos que se asemejan a un estudio realizado en nuestro país, donde se confirma que el 1,56 % de los estudiantes con un grado de delgadez se percibe con obesidad (55). Del mismo modo, en una investigación realizada en Ecuador, se encontró que el 25,55 % de las adolescentes sobreestimaron su imagen corporal, mientras que los varones se percibieron con una imagen corporal mayor a su peso real en un 24,95 % (56). Por otra parte, los participantes de la presente investigación que tuvieron obesidad, subestimaron su imagen corporal. Esta información coincide con la investigación realizada por Oliva-Peña et al. en la que se demostró que los adolescentes obesos fueron quienes subestimaron su imagen corporal (57). De igual manera, en un estudio español, donde se encontró que aproximadamente un 84,09 % de los estudiantes tenían un cuadro de obesidad, percibieron su peso como normal o exceso de peso leve, correspondiendo este hallazgo a una subestimación de imagen corporal (58).

Por lo mencionado anteriormente, se explicaría que, en la actualidad el percibirse de una manera superior a lo real, ha ido aumentando en el marco de una cultura que tiene como base la autopercepción y la valorización de una imagen idealizada (59). De esta forma, conforme el cuadro avanza, se va incrementando el temor a subir de peso, justificando la delgadez como un estilo de vida, no percatándose que estas personas pasaron de estar con delgadez a padecer desnutrición por déficit. En ese sentido, aun sintiéndose subidas de peso, les conlleva a restringir más su ingesta diaria de alimentos, trayendo como consecuencia casos de trastorno de conducta alimentaria (60) (61).

La edad media, para esta investigación fue de alrededor de 13,72 años, con una desviación estándar de 1,235 años. Se tuvo en consideración esta edad por lo suscrito por Baile, Guillen, Garrido y Landivar (62), donde se menciona que la fase más crítica para que se desarrolle la inconformidad corporal es a partir de los 12 a los 16 años, acentuándose en los 15 años.

Por otra parte, la variable año de educación secundaria se asoció con la variable autopercepción de imagen corporal. Los alumnos del primer año de secundaria (83,33 %) y los del segundo año de secundaria (50,00 %) presentaron sobreestimación y subestimación de su imagen corporal respectivamente. Esta información coincide con una investigación realizada en estudiantes adolescentes de la India donde se observó que el mayor valor respecto a su imagen corporal deseada se aprecia entre los 12 a 13 años (63).

Esto explicaría que la entrada de la adolescencia es una etapa muy marcada para el individuo, esta percepción errada de la imagen corporal en adolescentes sería uno de

los obstáculos para una reducción o mejoramiento del mismo de manera exitosa (64). Por lo tanto, la práctica de dietas debe realizarse de forma individual según la percepción del peso corporal que se tenga (65). De hecho, Ramos et al. en su investigación con adolescentes, llega a la conclusión que “la razón que motiva a los adolescentes a practicar dietas para adelgazar no es el peso corporal real, sino la percepción que tienen de su cuerpo y si están satisfechos con él” (66).

Finalmente, se puede hacer mención que actualmente la sociedad tiende a mirar cánones de belleza estereotipados. La estigmatización y desvalorización puede ocasionar aflicción o la no adaptación. Para los adolescentes, las ganas de reducir su masa y establecerse dentro de los patrones fijados por la sociedad, puede inducir a problemas emocionales o trastornos psicológicos (67).

En la presente investigación, los estudiantes refirieron sentirse preocupados por cómo veían su cuerpo, y ya habían decidido modificar zonas específicas de su cuerpo que no estaban a gusto, sin embargo, la preocupación dependía de la edad. Así, conforme el cuadro avanza, va haciendo cada vez mayor el miedo a subir de peso, buscando la delgadez como ruta de vida, no percatándose que los adolescentes ya no están delgados, sino desnutridos (59) (60).

Las debilidades del estudio indican que, aunque se haya realizado a través de un censo, los resultados obtenidos no se pueden generalizar debido a que la población estudiada es diferente a la realidad con respecto al estado nutricional en poblaciones más grandes. Sin embargo, estos hallazgos son epidemiológicamente válidos para poblaciones de estudiantes adolescentes. Igualmente, el diseño transversal no asegura temporalidad, es decir, no se puede afirmar si la relación es causal; aunque, se consideró a la sobreestimación de imagen corporal como factor influyente sobre el estado nutricional en la población estudiada.

## **5.2. Conclusiones**

En esta investigación se evidencia que hay relación estadísticamente significativa entre las variables principales ( $p=0,002$ ), aceptando la hipótesis alterna. Se determinó que el tener desnutrición severa es una causal para desarrollar la sobreestimación de la imagen corporal, así como también el tener un grado de obesidad generó subestimación de imagen corporal en los estudiantes adolescentes.

Por otra parte, se encuentra que hay relación entre autopercepción de imagen corporal y la variable nivel de educación secundaria ( $p=0,012$ ). Aquellos que estaban en el primer año de secundaria fueron quienes sobreestimaron en una mayor proporción su imagen corporal. Esto podría estar asociado a un comportamiento nutricional sin orientación por parte de los adolescentes.

Se observa además, que la gran mayoría de los adolescentes estaban preocupados por su imagen corporal; quizá esto se deba a que estuvieron influenciados por el modelo estético actual, lo que conlleva a cambiar su percepción de imagen corporal y su estado nutricional.

Esta certeza permitiría que una intervención oportuna mejore el crecimiento y desarrollo adecuado, reduciendo la prevalencia de malnutrición en la población adolescente estudiada.

### **5.3. Recomendaciones**

Sabiendo que la variable Autopercepción de imagen corporal influye sobre el estado nutricional antropométrico, podríamos considerar como recomendaciones:

- Realizar investigaciones semejantes con toda la población de estudiantes adolescentes del CEP y considerar una muestra más amplia, debido a que los registros obtenidos no tienen validez externa.
- Considerar en otros estudios algunas variables principales o sociodemográficas que ayuden a fortalecer la información del mismo.
- Realizar el estudio aplicando los instrumentos de manera presencial a los estudiantes, de manera que se pueda obtener una mejor precisión de los resultados y un enfoque más amplio sobre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional.
- Se recomienda a futuros investigadores que puedan evaluar otras variables relevantes como los hábitos alimentarios, parámetros bioquímicos, lugar de residencia y la actividad física de estudiantes adolescentes.
- Fomentar en el centro educativo los talleres, sesiones educativas y demostrativas que promuevan un estilo de alimentación saludable y actividad física, para mantener un estilo de vida adecuado para su desarrollo.
- Promover el desarrollo de estrategias para la prevención de problemas nutricionales y psicológicos dentro del centro educativo, trabajando de manera interdisciplinaria con el soporte de profesionales de las áreas de nutrición y psicología.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aguilar L. Guía Técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente [Internet]. MINSAs-INS-CENAN; 2015. Disponible en: <http://repositorio.ins.gob.pe/bitstream/INS/214/1/CENAN-0056.pdf>
2. Vaquero R, Alacid F, Muyor JM, López, PA. Imagen corporal: revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria* [Internet]. 2013; 28(1):27-35. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112013000100004](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013000100004)
3. Salvador N, Lagos R, Valdés P. Relación de la imagen corporal con la ingesta de grasas y micronutrientes en escolares chilenos: un estudio descriptivo correlacional. *Nutr clín diet hosp.* [Internet]. 2018; 38(1):40-5. Disponible en: <https://medes.com/publication/135023>
4. Raich ER. Imagen corporal: Conocer y valorar el propio cuerpo. 1ª ed. Madrid: Ediciones Pirámide; 2000.
5. Cruz R, Herrera L. Procedimientos Clínicos para la Atención Nutricional en Hospitalización [Internet]. 1.a edición. Lima: Fondo Editorial IIDENUT SAC; 2014. Disponible en: [http://www.iidenut.org/documentos/documentos\\_normativos/GPC\\_%20para%20la%20Evaluacion%20Nutricional%20en%20Hospitalizacion.pdf](http://www.iidenut.org/documentos/documentos_normativos/GPC_%20para%20la%20Evaluacion%20Nutricional%20en%20Hospitalizacion.pdf)
6. Borda M, Alonso M, Martínez H, Meriño E, Sánchez J, Solano S. Percepción de la imagen corporal y su relación con el estado nutricional y emocional en escolares de 10 a 13 años de tres escuelas en Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte, Barranquilla* [Internet]. 2016;32(3):472-82. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v32n3/v32n3a11.pdf>
7. Córdova, D. Nivel de satisfacción e insatisfacción de los adolescentes respecto a su imagen corporal en la Institución Educativa Secundaria Emblemática María Auxiliadora-Puno 2017 [tesis en internet]. Puno: Universidad Nacional Del Altiplano; 2017. Disponible en: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6178/C%20C3%B3rdova\\_Leqq\\_ue\\_Diana\\_Oshin.pdf](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6178/C%20C3%B3rdova_Leqq_ue_Diana_Oshin.pdf)
8. Villena J E. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el Perú. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia.* 2017;63(4):593-598.
9. Ministerio de Salud. Documento Técnico: Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú, 2017. Lima: Ministerio de Salud; 2017.
10. Apaza Y. Estado nutricional e imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 “Emilio Romero Padilla Puno-2016 [tesis en internet]. Puno: Universidad Nacional Del Altiplano; 2017. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/3434>
11. Carranza R. Autopercepción corporal y su relación y su relación con el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa Juan XXIII. Cajamarca. 2015 [tesis en Internet]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca; 2016. Disponible en: <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/UNC/1126>
12. Ruiz A. Evaluación y valoración de los hábitos y estilos de vida determinantes de salud y del estado nutricional en los adolescentes de Ceuta [tesis en internet]. Granada: Universidad de Granada; 2016. Disponible en: <https://digibug.ugr.es/handle/10481/43427>
13. Ortiz HL. Estado nutricional en adolescentes de una población suburbana de la ciudad de México. *Rev Mex Pediatr.* 2003;70(3):109-117.
14. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú. Enfermedades No transmisibles y Transmisibles 2014. Lima; 2015.
15. Meyer S, Weidmann R, Grob A. The mirror’s curse: Weight perceptions mediate the link between physical activity and life satisfaction among 727,865 teens in 44 countries. *Journal of Sport and Health Science* [internet]. 2020;10(1):1-7. Disponible en:



- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2095254620300090?via%3Dihub>
16. Moehlecke L, Blume CA, Cureau F, Kieling C, Schaan B. Self-perceived body image, dissatisfaction with body weight and nutritional status of Brazilian adolescents: a nationwide study. *Jornal de Pediatria (Versão em Português)* [internet]. 2020; 96(1):76-83. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755718305035?via%3Dihub>
  17. Zavaleta Z. Relación entre estado nutricional, percepciones de alimentación saludable e imagen corporal según grupo de edad en adolescentes de una institución educativa privada del distrito de Puente Piedra, Lima [tesis en internet]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2016.
  18. Benel R, Campos S, Cruzado L. Insatisfacción corporal en estudiantes de medicina de la Universidad Peruana Cayetano Heredia medida con el Body Shape Questionnaire. *Rev Neuropsiquiatr.* 2012;75(3):85–92.
  19. Ramos A, Hernández R, Urquidez R, Wall A, Villalobos R. Body Image Satisfaction as a Physical Activity Indicator in University Students. *Am J Health Behav.* 2017; 41(5):599-607.
  20. Enriquez RE, Quintana MR. Autopercepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla en adolescentes de una institución educativa, Lima-Perú. *An. Fac. med.* [Internet]. 2016 [citado 12 Sep 2020];77(2):117-122. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832016000200004&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832016000200004&lng=es).
  21. Morales MF. Autopercepción de la imagen corporal, estado nutricional y consumo de productos dietéticos [Internet]. Universidad Fasta; 2015.
  22. Moreno T, Paspuel E. Evaluación del estado nutricional y autopercepción de imagen corporal en adolescentes de la Unidad Educativa Luis Ulpiano de la Torre 2015. [Tesis en internet]. Cotacachi (Ecuador): Universidad Técnica del Norte; 2016. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/6121>
  23. Oliva Y, Ordóñez M, Santana A, Marín A, Andueza G. Concordancia del IMC y la percepción de la imagen corporal en adolescentes de una localidad suburbana de Yucatán. *Rev biomédica* [Internet]. 2016; 27(2):49-60. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-84472016000200002](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-84472016000200002)
  24. Flores S. Percepción de la imagen corporal de adolescentes escolares de 12 a 19 años en colegios públicos de Bucaramanga [tesis en internet]. Bucaramanga (Colombia): Universidad de Santander; 2017.
  25. Ribeiro R, Fiaccone R, Pereira M, Santos A, Lima, M, Portela M. Body image dissatisfaction and dietary patterns according to nutritional status in adolescents. *J Pediatr (Rio J)* [Internet]. 2018;94(2):155-61.
  26. Racchumi Z. Relación entre el índice de masa corporal y la autopercepción de la imagen corporal en adolescentes de nivel secundario de 12 a 17 años en una institución educativa privada en el distrito de Santiago de Surco en el 2017. [tesis en internet]. Lima (Perú): Universidad Científica del Sur; 2019. Disponible en: <http://repositorio.cientifica.edu.pe:8080/handle/UCS/799>
  27. Cuti I. Autopercepción de la imagen corporal relacionada al estado nutricional y nivel de actividad física en adolescentes de una institución educativa estatal, Comas [tesis en internet]. Lima, (Perú): Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2020. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/11783>
  28. Pajuelo J. La obesidad en el Perú. *An Fac med.* 2017;78(2):179-85.
  29. Martínez R, Rebato E, Salces I, Muñoz M, Arroyo M, Ansotegui L, et al. Estudio comparativo del estado nutricional de dos muestras de jóvenes adultos. *Antropométricas.* 2005;10(1):19-27.
  30. Organización de las Naciones Unidas – PMA. La desnutrición crónica en América Latina y el Caribe; 2008.

31. Organización Mundial de la Salud. Informe Sobre la Salud Mental en la Población Joven del Mundo. Informe; 2001.
32. Salazar Y. Estudio comparativo: Rasgos psicopatológicos en un grupo de pacientes adolescentes mujeres. [Guatemala]: Universidad Mariano Galvez; 2010.
33. Samano, R, Rodríguez A, Sánchez B, Godínez E, Noriega A, Zelonka R, et. al. Satisfacción de la imagen corporal en adolescentes y adultos mexicanos y su relación con la autopercepción corporal y el índice de masa corporal real. *Nutr Hosp.* 2015;31(3):1082-8.
34. Borelli M, Mayorga M, de la Vega S, Contreras N, Tolaba A, Passamai M. Estado Nutricional y Percepción de la Imagen Corporal de Embarazadas asistidas en Centros de Salud de Salta Capital, Argentina. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2016;20(3):174-9.
35. Acevedo G. Autopercepción de estudiantes de psicología sobre sus competencias en los campos laboral, educativo y salud. *REXE Revista de Estudios y Experiencias en Educación.* 2014;13.26:151-67.
36. Caballero L. Relación entre la autopercepción de la imagen corporal y hábitos de alimentación en adolescentes del 5to año de secundaria de la Institución Educativa Teresa Gonzáles de Fanning, 2007 [tesis en internet]. Lima (Perú): Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2008. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/529>
37. Marti E, et. al. *Psicología del desarrollo: el mundo del adolescente.* Barcelona, España: I.C.E: Universitat Barcelona-Editorial Horsori; 2005.
38. Organización de Las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, Organización Mundial de la Salud. Conferencia Internacional sobre Nutrición. Elementos principales de estrategias nutricionales. Italia: FAO Library; 1992.
39. Ravasco P, Anderson H, Mardones F. Métodos de valoración del estado nutricional. *Nutr Hosp.* 2010; 25(Suppl 3):57-66.
40. Organización Mundial de la Salud. El estado físico: uso e interpretación de la antropometría. En: Libro de ponencias: Informe de un Comité de Expertos de la OMS; 2005. Serie de informes técnicos: 854.
41. Samano, R, Rodríguez A, Sánchez B, Godínez E, Noriega A, Zelonka R, et. al. Satisfacción de la imagen corporal en adolescentes y adultos mexicanos y su relación con la autopercepción corporal y el índice de masa corporal real. *Nutr Hosp.* 2015;31(3):1082-8.
42. Agustín C. Estado nutricional del estudiante adolescente de la Universidad Privada Antenor Orrego en relación a la auto percepción de la imagen corporal [tesis en internet]. Trujillo (Perú): Universidad Privada Antenor Orrego; 2020. Disponible en: <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/6354>
43. Hernández R, Fernández C, Baptista P. *Metodología de la investigación.* Sexta edición. México: Mc Graw-Hill; 2014.
44. Lapo DA, Quintana MR. Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios con el rendimiento académico en adolescentes. *AMC [Internet].* 2018 [citado 2020 Oct 27];22(6):755-774. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-02552018000600755&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552018000600755&lng=es)
45. RAE. *Diccionario de la Lengua Española.* 23ª edición. 2014.
46. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Resultados de la encuesta nacional a instituciones educativas de nivel inicial, primaria y secundaria, 2013. Lima: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2014.
47. González E, González NI, Valdez JL. Significado psicológico de sexo, sexualidad, hombre y mujer en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología.* 2016;21(3): 274-281.
48. Sánchez S, López GF, Ahmed D, Díaz A. Imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes indios de 8 a 15 años. *Cuadernos de Psicología del Deporte [Internet]* 2020; 19(1):19-31.

49. Marrodán D, Montero-Robla V, Mesa S, Pacheco J, González M, Bejarano I, et al. Realidad, percepción y atractivo de la imagen corporal: condicionantes biológicos y socioculturales. *Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía*. 2008;30(1):15 – 28.
50. Caponi S. Quetelet, el hombre medio y el saber médico. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*. 2013;20(3):831-847.
51. Aliaga L, Ganvini N. Somatotipo e imagen corporal en estudiantes de Nutrición y Dietética de una Universidad Particular de Lima Metropolitana [tesis en internet]. Lima (Perú): UCSS; 2020.
52. Asamblea General de la ONU. Declaración Universal de los Derechos Humanos. París; 1948.
53. Gómez P. Principios básicos de bioética. *Rev Per Ginecol Obstet*. 2009;55:230-233.
54. Tribunal Internacional de Nuremberg. Código de Nuremberg. 1947 Ago [citado 12 de mayo del 2018] Disponible en: <http://www.bioeticanet.info/documentos/Nuremberg.pdf>
55. Méndez GA. Autopercepción de la imagen corporal y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa Jorge Basadre Grohmann del Callao, Perú, 2020 [tesis en internet]. Lima (Perú): Universidad Privada de Ciencias Aplicadas; 2020. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/652733>
56. García a GJ, García PA, Maldonado JA. Autopercepción de la imagen corporal comparada con el índice de masa corporal en adolescentes de 15 a 18 años, Cuenca 2009-2010 [tesis en internet]. Cuenca (Ecuador): Universidad de Cuenca; 2011 [citada 17 Nov 2021]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/3459>
57. Oliva Y, Ordóñez M, Santana A, Marín A, Andueza G, Gómez I. Concordancia del IMC y la percepción de la imagen corporal en adolescentes de una localidad suburbana de Yucatán. *Rev. biomédica [Internet]*. 2016 [citado 2021 Oct 11]; 27(2):49-60. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-84472016000200002&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-84472016000200002&lng=es). <https://doi.org/10.32776/revbiomed.v27i2.24>
58. Jáuregui I, Iglesias A, Sánchez J, Arispon J, Andrades C, Herrero G, Bolaños P. Self-perception of weight and physical fitness, body image perception, control weight behaviors and eating behaviors in adolescents. *Nutr Hosp*. 2018;35(5):1115-1123.
59. Benel R, Campos S, Cruzado L. Insatisfacción corporal en estudiantes de medicina de la Universidad Peruana Cayetano Heredia medida con el Body Shape Questionnaire. *Rev Neuropsiquiatr*. 2012;75(3):85–92.
60. Raich, R.M. Anorexia y bulimia. Trastornos alimentarios. Madrid: Pirámide; 1994.
61. Toro J, Vilardell E. Anorexia Nerviosa. Barcelona: Martínez-Roca; 1987.
62. Ignacio J, Ayensa B, Guillén F, Landívar EG. Insatisfacción corporal en adolescentes medida con el Body Shape Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad. *Rev Int Psicol Clínica y la Salud*. 2002;2(3):439– 50.
63. Sánchez S, López G. F, Ahmed D, Díaz A. Imagen Corporal y Obesidad mediante las Siluetas de Stunkard en Niños y Adolescentes Indios de 8 a 15 Años. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 2018;19(1):20-32.
64. Powell TM, et al. Body size misperception: a novel determinant in the obesity epidemic. *Arch Intern Med*. 2010;170(18):1695
65. Rahman M, Berenson AB. Self-perception of weight and its association with weight related behaviors in Young, reproductive-age women. *Obstet Gynecol*. 2010;116(6):1274-80.

66. Ramos P, Rivera F, Moreno C. Diferencias en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema* 2010;22(1):77-83.
67. Carels RA, Burmeister J, Oehlhof MW, Hinman N, LeRoy M, Bannon E, et al. Internalized weight bias: rating of the self, normal weight, and obese individuals and psychological maladjustment. *J Behav Med.* 2013;36(1): 86-94.

## ANEXOS

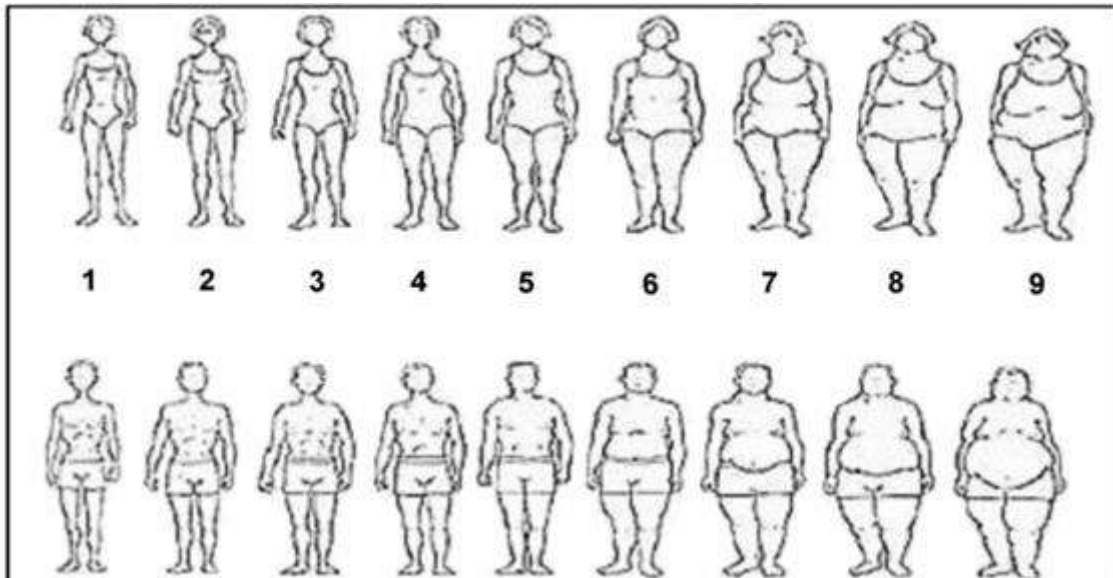
### Anexo 1: Test de siluetas sobre percepción de la imagen corporal (41)

#### INFORMACIÓN GENERAL:

Edad : \_\_\_\_\_ Sexo : (M) (F)  
Año : \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento : \_\_/\_\_/\_\_  
Sección : \_\_\_\_\_ Fecha de encuesta : \_\_/\_\_/\_\_

Peso (Kg) : \_\_\_\_\_ Talla (m): \_\_\_\_\_  
IMC: \_\_\_\_\_ Dx. Nutricional: \_\_\_\_\_

Marque con una (x) el número de la figura con la que más se identifica al mirarse al espejo



(Método adaptado de Stunkard y Stellard 1990)

## Anexo 2: Consentimiento informado

Señor (a), padre o madre de familia:

Es grato dirigirme a usted y mencionarle que es relevante contar con la participación de su menor hijo en el proyecto de investigación "Autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de un C.E.P del distrito de la Victoria del 2021" en el cual se le proporcionará a su hijo (a) un cuestionario para rellenar y de esta manera conocer cuál es la Autopercepción de imagen corporal con el estado nutricional antropométrico. Adicionalmente, se le tomará medidas antropométricas como peso y talla los cuales no afectarán su estado físico ni emocional, por todo lo contrario, será para él (la) menor saber si existe alguna alteración de la percepción de su imagen corporal que afecte su estado nutricional. Sin otro en particular, se agradece el tiempo brindado por su atención y posterior aceptación.

**Objetivo:** Determinar si existe relación significativa entre la autopercepción de imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de un C.E.P del distrito de la Victoria del 2021.

**Confidencialidad:** Toda la información que se registre será reservada

Si usted lo desea puede observar el desarrollo del proyecto y se le responderá cualquier duda que se genere. La participación de su menor hijo (a) es totalmente libre por lo que puede retirarse en el momento que crea conveniente. Si usted llegara a estar de acuerdo en que su menor hijo (a) participe del presente proyecto, puede firmar este consentimiento; de antemano quedamos agradecidos por su atención.

Puede ponerse en contacto con los investigadores de este proyecto: José Carlos Huapaya Torrejón cuyo teléfono es 949693388, o Milagros Vargas Ramírez cuyo teléfono es 7873429

Yo \_\_\_\_\_, representante de \_\_\_\_\_ alumno (a) de \_\_\_ año he sido informado(a) del objetivo del estudio, los beneficios, los riesgos y la confidencialidad de la información personal que brinde. También sé y entiendo que los datos que se obtengan pueden ser publicados con fines científicos, más no con fines de lucro. He sido informado(a) acerca de la manera en la que se llevará a cabo el estudio, cómo se tomarán las mediciones y cómo se llenarán el cuestionario para la presente investigación. Estoy enterado(a) también de que tengo la libertad de participar o no en la investigación o de retirarse de ella cuando lo crea conveniente.

Firma \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 2021