



Revista Española de Nutrición Humana y Dietética
Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics

ORIGINAL – versión *post-print*

Esta es la versión aceptada, revisada por pares. El artículo puede recibir modificaciones de estilo y de formato.

Estado Nutricional y Percepción de la Imagen Corporal de Embarazadas asistidas en Centros de Salud de Salta Capital, Argentina

Nutritional status and self perceptionself-perception of body image of Pregnant assisted in Health Centers of Salta's city, Argentina

**María Florencia Borelli^{a*}, Meri Mayorga^a, Sara María de la Vega^a, Nelly Beatriz Contreras^a,
Adriana Marisol Tolaba^a, María Inmaculada Passamai^a**

^a Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de Salta. Argentina

* mfborelli@yahoo.com.ar

Recibido: 31/12/2015; Aceptado: 20/06/2015; Publicado: 10/08/2016

CITA: Borelli MF, Mayorga M, de la Vega SM, Contreras NB, Tolaba AM, Passamai MI. 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). doi: 10.14306/renhyd.20.3.207 [ahead of print]

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética se esfuerza por mantener a un sistema de publicación continua, de modo que los artículos se publican antes de su formato final (antes de que el número al que pertenecen se haya cerrado y/o publicado). De este modo, intentamos poner los artículos a disposición de los lectores/usuarios lo antes posible.

The Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics strives to maintain a continuous publication system, so that the articles are published before its final format (before the number to which they belong is closed and/or published). In this way, we try to put the articles available to readers/users as soon as possible.

RESUMEN

Introducción: La auto-percepción corporal es un constructo teórico ligado a la identidad, a sentimientos, a conductas y al ciclo vital de las personas. El embarazo implica cambios físicos y emocionales. El objetivo del presente estudio fue describir el estado nutricional y la percepción corporal de gestantes.

Material y Método: Estudio descriptivo, transversal, entrevistando 302 embarazadas con control prenatal en 8 Centros de Salud, de Salta Capital (Primer Nivel de Atención). La muestra fue no probabilística de casos consecutivos. Variables: edad, estado nutricional actual y percepción de la imagen corporal. Se realizó análisis descriptivo con frecuencias absolutas y relativas, y se aplicó prueba Chi cuadrado.

Resultados: El 24% de las embarazadas fueron adolescentes. Un 27% con sobrepeso y obesidad y 12% con bajo peso. El 42% sin distorsión de su imagen corporal, sobreestimaron el 43% de las embarazadas; sin embargo la mayoría de ellas tenían un estado nutricional normal. El 15% que subestimó su imagen corporal la mayoría se encontraba en sobrepeso y obesidad. Las adolescentes mayormente se percibieron muy excedidas de peso (54%). Se encontró asociación significativa entre percepción corporal y edad ($\chi^2= 12,639$; gl= 4; $p=0,013$), y entre estado nutricional y percepción de la imagen corporal ($\chi^2=68,3$; gl= 6; $p= 0,000$).

Conclusiones: La imagen corporal puede ser una preocupación durante el período de gestación. Las embarazadas adolescentes estudiadas presentaron sobreestimación de su imagen corporal. Las madres excedidas de peso subestimaron su imagen corporal.

Palabras clave: Mujeres Embarazadas; Estado Nutricional; Imagen Corporal; Sobrepeso; Delgadez.

ABSTRACT

Introduction: Body self-perception is a theoretical construct linked to identity, feelings, behavior and life cycle of individuals. Pregnancy involves physical and emotional changes. The aim of this study was to describe the nutritional status and body perception of pregnant women.

Material and Methods: A descriptive and transverse study was carried out to review 302 pregnant women assisted at eight Health Centers (Primary Health Care Level of Salta`s city). It was a non-probability sample and consecutive cases. Variables: age, nutritional status and perception of body image. A descriptive analysis with absolute and relative frequencies was performed, and Chi square test was applied.

Results: The results showed that 24% of pregnant women were adolescents. 27% were overweight/obesity and 12% underweight. 42% were without distortion of their body image. Overestimating 43% of pregnant; however most of them had a normal nutritional status. The 15% who underestimated their body image were most overweight and obesity. The adolescents were perceived themselves very overweight (54%). Significant association between body Image perception and age ($\chi^2 = 12.639$; 4 df; $p = 0.013$) and between nutritional status and body image perception ($\chi^2 = 68.3$; 6 df; $p = 0.000$) were found.

Conclusions: Body image can be a concern throughout pregnancy. Pregnant adolescents were overestimated their body image. Those pregnant women who are overweight or obese are perceived as underweight.

Key words: Pregnant Women; Nutritional Status; Body Image; Overweight; Thinness.

INTRODUCCIÓN

La imagen corporal es un concepto mental, es el modo en que el cuerpo se manifiesta. La auto-percepción y satisfacción que tiene la persona sobre sí misma, sobre su peso y sobre su entendimiento cognoscitivo-cultural, no siempre se relaciona con la apariencia física real¹. La imagen corporal está formada por diferentes componentes: el perceptual, el cognitivo, el afectivo y el conductual. Cada cultura desarrolla diferentes conceptos sobre la propia imagen y forma del cuerpo².

Los cambios son tan rápidos en el cuerpo de la mujer embarazada que a veces es difícil que los integren a la imagen que tienen de sí mismas, y al no aceptar o enfrentar estos cambios puede ocasionar que surjan sentimientos de inseguridad o rechazo y traten de cambiar la misma a través de conductas que pongan en riesgo su salud. Por este motivo la embarazada necesita un mayor apoyo emocional.

La autopercepción varía básicamente por la nueva apariencia física, por los cambios corporales por los que están pasando, se ven diferentes. Los cambios anatómicos son similares en todas las gestantes, pero los asumen de diferente manera según su contexto socio-cultural. La aceptación de los cambios corporales les provoca bienestar, se sienten seguras y satisfechas, se aceptan y aman como son, son conscientes de su estado, entienden que el aspecto físico dice muy poco sobre su carácter y valor personal. Sus personalidades entran en una etapa de madurez lo que les permitirá aceptar su rol como madre, sentirse bien desde el interior, pensar, sentir y actuar de tal manera que no dejarán de ser una misma.

La imagen corporal negativa modifica el comportamiento lo que puede ocasionar una baja autoestima y por lo tanto interferir en la valoración de sí misma, se sienten insatisfechas, incómodas, inseguras, no se aceptan y hasta pueden llegar a avergonzarse de su cuerpo; por este motivo es sumamente necesario evitar la imagen corporal negativa, para que no se afecte la salud física y mental de la embarazada².

La percepción social, que hace referencia a factores externos al individuo, principalmente los culturales, la influencia de las personas, la naturaleza, el entorno que las rodea, las diferencias individuales tanto las biológicas como las adquiridas de la interacción con su entorno, influyen en lo que las embarazadas piensan u opinan de lo que viven y experimentan³. Por esta razón el entorno social debe contribuir a la aceptación de la embarazada, acompañándola y dándole

seguridad con su nuevo estado, lo que les ayudará a tener mejores relaciones consigo mismas y con la sociedad.

Son pocos los estudios que relacionan la percepción de la imagen corporal con el estado nutricional de mujeres embarazadas. Entre ellos se pueden mencionar el de González Palacio en Medellín (2002-2004) en el cual las madres manifestaron haber cambiado su percepción frente al concepto de cuerpo, inclinándose en aspectos físicos como el aumento de contextura (peso y volumen)³. Arboleda y cols. expresaron cambios en el estado emocional durante el embarazo y la autopercepción corporal como buenos predictores de los cambios en la conducta alimentaria en mujeres gestantes del Cono Sur de Lima Metropolitana⁴. Mehta y cols. en 2011 observaron en su estudio que la imagen corporal se asoció con el aumento de peso gestacional⁵.

El objetivo del presente estudio fue conocer y evaluar la asociación del estado nutricional actual y la percepción de la imagen corporal de las embarazadas asistidas en Centros de Salud de la ciudad de Salta, Argentina.

METODOLOGÍA

Diseño de estudio: La presente investigación fue descriptiva, transversal.

Entorno de investigación: se ejecutó en 8 Centros de Salud pertenecientes a 4 de los 5 nodos en los que está dividida la ciudad de Salta Capital (Argentina) que dependen de la Dirección de Primer Nivel de Atención del Ministerio de Salud de la Provincia de Salta.

Participantes: se entrevistaron al 50% de las embarazadas que asistieron a control prenatal en cada Centro de Salud y que aceptaron participar del estudio, previa firma de consentimiento informado; permaneciendo los investigadores en cada institución durante un lapso de tres semanas en el periodo comprendido entre julio de 2012 a julio de 2015, La muestra fue no probabilística de casos consecutivos. La tasa de respuesta a la entrevista fue del 91%. Se excluyeron a aquellas gestantes que no aceptaron participar del estudio, con embarazos gemelares, con diagnóstico de diabetes gestacional, preeclampsia y eclampsia.

Instrumentos de recolección de datos: Se aplicó una entrevista, como fuente primaria de datos filiatorios, y de autopercepción de imagen corporal. Los datos actuales de peso, talla y edad gestacional procedieron de fuente secundaria. (Historia Clínica Perinatal).

VARIABLES DE ESTUDIO

Edad: categorizada en adolescentes (≤ 19 años), adultas (20-34 años) y añosas (≥ 35 años).

El estado nutricional se valoró según IMC/Edad Gestacional. Las embarazadas mayores de 19 años y adolescentes que cursaban el segundo y tercer trimestre de gestación se aplicó la gráfica de Calvo y cols propuesta para la población argentina⁶, considerando estado nutricional adecuado (± 1 Desviación Estándar – DE), bajo peso (< 1 DE), sobrepeso (entre $+ 1$ DE y $+ 2$ DE) y obesidad ($> + 2$ DE). Las adolescentes que cursaban el primer trimestre de gestación se valoraron con gráficas de IMC/Edad de la Organización Mundial de la Salud, considerando estado nutricional adecuado (entre $+ 1$ DE y $- 2$ DE), bajo peso (< 2 DE), sobrepeso (entre $+ 1$ DE y $+ 2$ DE) y obesidad (> 2 DE). Para la construcción del IMC se tomó la talla (m) y el peso (kg) del último control prenatal de cada gestante registrado en las historias clínicas perinatales.

La imagen corporal se determinó a partir de la autopercepción de las embarazadas al preguntar si en la actualidad se percibían delgadas, normales, levemente o muy excedidas de peso. Estas categorías se correspondieron con el estado nutricional actual obtenido de la valoración ya descrita (bajo peso, estado nutricional normal, sobrepeso y obesidad).

La presencia de distorsión de la imagen corporal se categorizó en sobreestimación (la autopercepción fue superior a la categoría de estado nutricional actual) y subestimación (la autopercepción fue inferior a la categoría de estado nutricional actual).

Análisis de datos: se empleó el Programa SPSS versión 15 para el análisis univariado y bivariado de los datos. Se realizó análisis descriptivo empleando frecuencias absolutas y relativas y prueba Chi cuadrado con un nivel de confianza del 95%.

RESULTADOS

En el presente trabajo la muestra definitiva quedó conformada por 302 gestantes entrevistadas en los Centros de Salud de Salta Capital.

El 24% de las embarazadas fueron adolescentes, con edad promedio de $17,04 \pm 1,37$ años, siendo la edad mínima 14 años (4 embarazadas). El 68% tuvieron entre 20 a 34 años, con promedio $25,62 \pm 4,01$ años. Un 8% fueron añosas, con una media de $37,88 \pm 2,51$ años, con un rango de 35 y 46 años.

El 62% de las gestantes, al momento del estudio, presentó estado nutricional adecuado según IMC para la edad gestacional, un 27% tenían sobrepeso y obesidad, y un 12% bajo peso. De estas últimas, el 37% eran adolescentes (Tabla 1).

Tabla 1. Estado Nutricional y Edad de embarazadas que asistieron a Centros de Salud de Salta-Capital, Argentina.

Estado Nutricional	< 19 años		20 a 34 años		> 35 años		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Bajo Peso	13	37,1	21	60	1	2,9	35	100
Adecuado	52	28	122	65,6	12	6,5	186	100
Sobrepeso	6	9	54	80,6	7	10,4	67	100
Obesidad	1	7,1	9	64,3	4	28,6	14	100

El 42% (n= 128) no expresaron distorsión de su imagen corporal, es decir su percepción coincidió con su estado nutricional. Sobreestimaron la misma 129 embarazadas; sin embargo 78 de ellas tenían un estado nutricional normal (Tabla 2). Del 15% que subestimó su imagen corporal (n= 45 gestantes), el 69% se encontraba en sobrepeso u obesidad (Tabla 3). Un 80% de las mujeres con bajo peso sobrestimaron su imagen. Las adolescentes mayormente se percibieron con estado nutricional excesivo (54%).

Al aplicar la prueba Chi Cuadrado se encontró asociación significativa entre edad y percepción de la imagen corporal ($\chi^2= 12,639$; gl= 4; p= 0,013) y entre estado nutricional y percepción de la imagen corporal ($\chi^2=68,3$; gl= 6; p= 0,000).

Tabla 2. Percepción Corporal y Edad de embarazadas que asistieron a Centros de Salud de Salta-Capital, Argentina.

Percepción Corporal	< 19 años		20 a 34 años		> 35 años		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Sin distorsión	30	23,4	86	67,2	12	9,4	128	100
Subestimación	3	6,7	36	80	6	13,3	45	100
Sobreestimación	39	30,2	84	65,1	6	4,7	129	100

$\chi^2=12,639$; gl=4; p= 0,013

Tabla 3. Estado Nutricional y Percepción Corporal de embarazadas que asistieron a Centros de Salud de Salta-Capital, Argentina.

Percepción Corporal	Sin Distorsión		Subestimación		Sobreestimación		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Estado Nutricional								
Bajo Peso	5	14,3	2	5,7	28	80	35	100
Adecuado	96	51,6	12	6,5	78	41,9	186	100
Sobrepeso	21	31,3	26	38,8	20	29,9	67	100
Obesidad	6	42,9	5	35,7	3	21,4	14	100

$\chi^2=68,3$; gl=6; p= 0,000

DISCUSIÓN

La imagen corporal es un constructo teórico ligado a la identidad, a sentimientos, a conductas y al ciclo vital de las personas. El embarazo implica cambios físicos y emocionales, por lo cual la imagen corporal es una preocupación que surge durante el mismo. No es de asombrarse que las embarazadas adolescentes estudiadas presenten sobreestimación de su imagen corporal, por cuanto la adolescencia también se relaciona con múltiples cambios corporales y psicológicos, de gran vulnerabilidad hacia la apariencia del cuerpo, siendo más sensibles para el inicio de la insatisfacción corporal.

El número de mujeres embarazadas con sobrepeso/obesidad y con bajo peso fueron inferiores a la prevalencia reportada por la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud en 2007⁷.

Las mujeres con una potencial distorsión en su imagen corporal, al considerarse de mayor peso que el que realmente presentan, pueden incurrir en conductas alimentarias de riesgo, que posteriormente podrían transformarse en un trastorno alimentario⁸⁻¹⁰. En nuestro estudio se encontraron 28 embarazadas que sobreestimaron su imagen corporal estando en realidad en bajo peso para la edad gestacional.

La imagen corporal es una de las principales preocupaciones que surge durante el embarazo. En este estudio, el alto porcentaje de mujeres con distorsión en su imagen, podría estar indicando esta afirmación; coincidiendo con Arboleda y cols. quienes observaron que las mujeres durante el embarazo presentan mayor preocupación por su figura⁴.

Los cambios emocionales, frecuentemente, pueden ser los responsables de hacer cambiar su opinión sobre su imagen corporal.¹¹

Las embarazadas entrevistadas manifestaron percibirse excedidas y muy excedidas de peso, en lugar de sentirse "EMBARAZADA". En otra investigación se encontró un 62,7% de gestantes que cambio su concepto de cuerpo manifestando cambio en la contextura física y aumento de peso³.

Consideramos que una de las limitaciones del presente estudio es el no contar con un instrumento específico con siluetas para valorar la percepción de la imagen corporal en gestantes, tal como se dispone para mujeres no embarazadas. Se destaca que los autores de los artículos referenciados utilizaron cuestionarios al igual que en la presente investigación³⁻⁴. Otra

consideración es la insuficiencia de antecedentes referidos al objetivo de esta investigación, para poder realizar comparaciones.

Se destaca la necesidad de profundizar el estudio de la percepción corporal en el embarazo, puesto que otras investigaciones encontraron relación con la ganancia de peso y conductas alimentarias.

CONCLUSIONES

La imagen corporal puede ser una preocupación durante el período de gestación. En este estudio se obtuvo una asociación entre estado nutricional y percepción de la imagen corporal, destacando que la mayoría de las mujeres con bajo peso se percibieron con exceso del mismo, al igual que 4 de cada 10 mujeres con estado nutricional adecuado. Las gestantes con sobrepeso y obesidad se apreciaron con un índice menor de masa corporal. La subestimación y la sobreestimación de la imagen corporal en madres gestantes, es una situación que merece un abordaje integral y nutricional, para evitar riesgos en la gestación y en la etapa postconcepcional.

REFERENCIAS

- (1) Vaquero-Cristóbal R, Alacid F, Muyor JM, López-Miñarro PÁ. Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutr Hosp.* 2013;28(1):27-35.
- (2) Ortíz GE, Durango LJ. Imagen corporal en la gestante: una propuesta educativa de expresiones motrices de autoconocimiento en relación con la promoción de la salud [Tesis]. [Medellín, Colombia]: Universidad de Antioquía; 2005.
- (3) González EV. Cambios en la percepción y usos del cuerpo debido al embarazo en mujeres jóvenes que tuvieron su primer hijo (a) entre los años 2002-2004 en la ciudad de Medellín (2006 – 2007) [Tesis]. [Medellín, Colombia]: Universidad de Antioquía; 2009.
- (4) Arboleda P, Medina J, Martínez C, Roble L, Falconi R, Lizaraso F. Conducta alimentaria, auto-percepción corporal y estado emocional en mujeres gestantes del cono sur de Lima metropolitana-2003. *Horiz Med.* 2004;4(2):25-37.
- (5) Mehta UJ, Siega-Riz AM, Herring AH. Effect of body image on pregnancy weight gain. *Matern Child Health J.* 2011;15(3):324-32.
- (6) Dirección Nacional de Maternidad e Infancia. Recomendaciones para la Práctica del Control preconcepcional, prenatal y puerperal. Argentina: Ministerio de Salud de la Nación; 2013.

- (7) Ministerio de Salud de la Nación. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud –ENNyS– 2005. Documento de resultados. Argentina: Ministerio de Salud de la Nación; 2007.
- (8) Araujo-Contreras JM, Rivas-Avila E, Vargas-Chávez N, Avila-Rodríguez EH, Avila-Rodríguez A. Autopercepción corporal en mujeres de la ciudad de Durango y su relación con algunas variables sociodemográficas y gineco-obstétricas. *Enlac Acad.* 2008;1(2):63-71.
- (9) Behar R, González J, Ariza M, Aguirre A. Trastornos de la conducta alimentaria en mujeres embarazadas controladas en atención primaria. *Rev chil obstet ginecol.* 2008;73(3):155-62.
- (10) Lora-Cortez CI, Saucedo-Molina T de J. Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal de acuerdo al índice de masa corporal en una muestra de mujeres adultas de la ciudad de México. *Salud Ment.* 2006;29(3):60-7.
- (11) Montes-Muñoz MJ, Martorell-Poveda MA, Jiménez-Herrera MF, Verdura-Anglada T, Burjalés-Mart D. Representaciones del cuerpo en el embarazo. Experiencias de las mujeres. *Matronas Prof.* 2009;10(3):5-10.