

10/2012

## Grupo de Investigación de Problemas Relacionados con la Alimentación y el Peso



Tradicionalmente los trastornos del comportamiento alimentario y la obesidad se han abordado por separado. El *Grupo de Investigación de Problemas Relacionados con la Alimentación y el Peso* estudia todo este espectro de problemas desde una perspectiva integrada, especialmente las conductas no saludables de control del peso y aquellos factores de riesgo comunes implicados.

En los últimos años está emergiendo un campo de investigación que pretende estudiar desde una perspectiva integrada, especialmente preventiva, los trastornos del comportamiento alimentario y la obesidad, extremos de un continuo de problemas que también incluiría la práctica de conductas no saludables de control del peso y los problemas de insatisfacción corporal. Este continuo de problemas, llamado “problemas relacionados con la alimentación y el peso” (*eating and weight-related problems*) en ocasiones se dan conjuntamente, evolucionan con relativa facilidad de uno a otro y comparten un conjunto de factores de riesgo comunes.

En este campo, surge en 2009 el *Grupo de Investigación de Problemas Relacionados con la Alimentación y el Peso* dentro del Departamento de Psicología Clínica y de la Salud, dirigido por el Dr. David Sánchez Carracedo y formado también por la Dra. Gemma López Guimerà, profesora del mismo Departamento; el Dr. Jordi Fauquet, profesor del Departamento de Psicobiología y Metodología de las Ciencias de la Salud; Joaquim Puntí, profesor asociado del Departamento de Psicología Clínica y de la Salud y psicólogo clínico del Hospital Parc Taulí; y, el Dr. Juan Ramón Vallada, profesor de la Universidad de Zaragoza; además de otros colaboradores puntuales, como Carlos Almenara, doctorando del grupo de investigación, y Anna Pujol, licenciada en Psicología y actualmente becaria del grupo.

Tradicionalmente, los trastornos del comportamiento alimentario y la obesidad y se han abordado por separado. Los primeros han sido estudiados por especialistas de la salud mental mientras que la obesidad ha sido investigada por profesionales de la medicina y la salud pública. El *Grupo de Investigación de Problemas Relacionados con la Alimentación y el Peso* estudia todo este espectro de problemas desde una perspectiva integrada, especialmente las conductas no saludables de control del peso y aquellos factores de riesgo comunes implicados en el desarrollo tanto del sobrepeso y la obesidad, como de los trastornos del comportamiento alimentario como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa, y otras alteraciones alimentarias.

La investigación de estos factores de riesgo comunes se hace con una clara voluntad preventiva. Identificar estos factores con mayor precisión en poblaciones propias, entre ellos las conductas no saludables de control del peso más frecuentes, permitirá, en un futuro, prevenir la evolución de estos problemas hacia problemas de salud más graves. En este sentido, es fundamental alertar a los responsables de la política sanitaria de la necesidad de dar nuevos mensajes y llevar a cabo nuevas acciones preventivas que se dirijan de forma integrada a todo este continuo de problemas, con objeto de evitar mensajes contradictorios y que se pueda contribuir inadvertidamente a otros problemas, como la estigmatización de la obesidad. Los estudios llevados a cabo por este equipo pretenden contribuir a un cambio de paradigma en la forma de entender y abordar este conjunto de problemas.

### **Investigación internacional**

Al ser un ámbito de investigación bastante reciente, el grupo de la UAB es pionero en España en su estudio. Algunos de los trabajos de investigación del grupo se han hecho en colaboración con otros investigadores internacionales, entre los que destacan expertos de la Facultad de Salud Pública de la Universidad de Minnesota, como el grupo de investigación liderado por la Dra. Dianne Neumark-Sztainer, equipo pionero en proponer el estudio de este continuo de problemas de forma integrada. Con ella han llevado a cabo una propuesta de análisis de la prevención integrada de los trastornos alimentarios y de la obesidad, propuesta innovadora que por primera vez se publica en el ámbito de la salud pública.

Fruto de una estancia hecha por la Dra. Gemma López Guimerà a la Universidad de Minnesota, los dos equipos de investigación han llevado a cabo un análisis comparativo de conductas no saludables de control de peso entre muestras de adolescentes de EEUU y de Cataluña con diferentes estatus de peso, hallando que las prevalencias de estas conductas, en los dos países, son más elevadas en los chicos y chicas con sobrepeso y obesidad (p.ej. saltarse comidas principales). A pesar de que las prevalencias son más bajas en las muestras catalanas que en las americanas, no dejan de ser preocupantes. Por ejemplo, en chicas con peso normal,

la práctica de estas conductas se acerca al 40% en EE.UU. y al 25% en Cataluña, mientras que en chicas con sobrepeso se sitúa cerca del 80% y 50%, respectivamente. Es el primer estudio transcultural de este tipo que se hace en España.

También han realizado una colaboración con el investigador Michael P. Levine, experto del Kenyon College de Ohio en las relaciones entre el problemas alimentarios, la imagen corporal y los medios de comunicación. Conjuntamente han realizado una propuesta de modelo sobre el papel de los medios como factor de riesgo de la insatisfacción corporal, las preocupaciones por el peso y las conductas y actitudes alimentarias alteradas de control del peso, y sobre las variables y mecanismos que moderan e intervienen en esta relación.

### **Validación de cuestionarios**

Otra tarea muy importante realizada por el Grupo de Investigación de Problemas Relacionados con la Alimentación y el Peso ha sido la validación por población adolescente española de dos cuestionarios que evalúan algunos de los factores de riesgo compartidos por este conjunto de problemas.

El primero de ellos es el SATAQ-3 (*Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire-3*), que evalúa la interiorización de las presiones sociales relacionadas con la apariencia, uno de los mecanismos que explica cómo las imágenes y mensajes que recibimos de los medios y de los diferentes agentes sociales sobre la apariencia y el control del peso pueden llevar a una persona al desarrollo de este tipo de problemas. Este cuestionario es el *gold standard* a nivel internacional para evaluar esta variable, y su validación se ha hecho con un procedimiento analítico muy reciente, prácticamente inédito en el campo de la psicología clínica en España.

El segundo es el POTS-S (*Perception of Teasing Scale-Spanish*) que evalúa la frecuencia y los efectos de las burlas relacionadas con el peso, un factor de riesgo de desarrollo tanto de los trastornos del comportamiento alimentario como de sobrepeso y la obesidad. Las burlas sobre el peso también juegan un papel de gran relevancia en la estigmatización social que sufren las personas con obesidad, especialmente niños y adolescentes, a pesar de que la obesidad está reconocida como una enfermedad crónica. Este cuestionario también es lo más utilizado a nivel internacional para evaluar este factor.

### **Educando para prevenir**

Uno de los proyectos de investigación más importantes que está llevan a cabo el Grupo de Investigación ha sido la evaluación de la eficacia de un programa de reducción de factores de riesgo de los problemas relacionados con la alimentación y el peso, dirigido a estudiantes de secundaria, cuando es administrado por agentes comunitarios que han recibido una formación previa.

El programa está basado en la alfabetización en medios de comunicación y en la educación sobre alimentación saludable. Enseña a los chicos y a las chicas a desarrollar un pensamiento crítico frente los mensajes e imágenes que reciben de los medios en relación a la sobrevaloración de la belleza física y el control no saludable del peso.

En este estudio, participan una veintena de institutos de enseñanza secundaria del Vallès Occidental, y se ha contado con la colaboración del Hospital Parc Taulí y la Fundación Privada Instituto de Psicología. Para llevarlo a cabo formaron más de 60 agentes comunitarios (personal

de enfermería del programa Salud y Escuela, técnicos de salud de los ayuntamientos participantes y docentes de los centros) en un programa de formación especialmente diseñado para el proyecto, que fue acreditado tanto por el Departamento de Enseñanza como por el Consejo Catalán de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias de la Generalitat. En breve esperan tener ya las primeras conclusiones sobre su eficacia.

Selección de artículos publicados sobre las investigaciones realizadas por el Grupo de Investigación de Problemas Relacionados con la Alimentación y el Peso:

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

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

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

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

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

**David Sánchez Carracedo**

Universitat Autònoma de Barcelona

[David.sanchez@uab.cat](mailto:David.sanchez@uab.cat)

[View low-bandwidth version](#)