



Universidad Nacional
Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO
DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE MÉDICINA HUMANA "HIPÓLITO UNANUE"

**AUTOPERCEPCION DE LA IMAGEN CORPORAL Y EL ESTADO NUTRICIONAL
ANTROPOMETRICO EN ADOLESCENTES DE 15 A 17 AÑOS DEL COLEGIO JOSE
DE LA TORRE DEL AGUSTINO REALIZADO EN NOVIEMBRE 2019 – LIMA**

Línea de investigación: Salud pública

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada de Nutrición

Autora:

Tueros Zavala, Amarilis Cristina

Asesora:

Patiño Soto Gladys Leandra

(ORCID: 0000-0002-3815-3016)

Jurado:

López Gabriel, Julia Isabel

Veliz Manrique, Cesar David

Vasquez Rojas, Rocio del Carmen

Lima – Perú

2022

Dedicatoria

Esta tesis va dedicada a mis padres Juliana Zavala Asto y Julian Tueros Bellido, por siempre confiar en mí y motivarme a lograr mis metas.

A Gladys y Carlos que son mis segundos padres, por su apoyo incondicional y aliento en este proceso.

Agradecimiento

Agradezco a mi familia por la formación que me brindaron tanto académica como en lo personal,

forjando en mi fortaleza para seguir en mi camino profesional en base a valores y principios.

A mi alma mater la Universidad Nacional Federico Villarreal por haberme brindado experiencias

y enseñanza de los licenciados y doctores, docentes que marcaron en mí y en mi profesión.

A mi asesora la Dra. Gladys Leandra Patiño Soto por su dedicación, paciencia y orientación en

el proceso de la elaboración de mi tesis.

ÍNDICE

I. INTRODUCCION	3
1.1. DESCRIPCIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	4
1.2. ANTECEDENTES.....	6
1.3.1 <i>Antecedentes Internacionales</i>	6
1.3.2 <i>Antecedentes Nacionales</i>	7
1.3. OBJETIVOS	9
1.4.1 <i>Objetivos Generales</i>	9
1.4.2 <i>Objetivos Específicos</i>	9
1.4. JUSTIFICACIÓN	9
1.5. HIPÓTESIS	10
1.5.1 <i>Hipótesis general</i>	10
1.5.2 <i>Hipótesis específica</i>	10
II. MARCO TEORICO	11
2.1. BASES TEÓRICAS SOBRE EL TEMA DE INVESTIGACIÓN	11
2.1.1 <i>Adolescencia</i>	11
2.1.1.1. Características de la Adolescencia.	12
2.1.2 <i>Autopercepción de la Imagen Corporal</i>	13
2.1.3 <i>Estado Nutricional</i>	14
2.1.3.1 <i>Índice de Masa Corporal para la Edad (IMC /edad)</i>	14
2.1.3.2 <i>Medición del Perímetro Abdominal</i>	15
2.1.3.3 <i>Talla para la Edad</i>	17
III. MÉTODO	18
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	18
3.2. ÁMBITO TEMPORAL Y ESPACIAL.....	18
3.3. VARIABLES	18
3.3.1 <i>Variable Independiente: Autopercepción de la imagen corporal</i>	18
3.3.2 <i>Variable Dependiente: Estado nutricional antropométrico</i>	19
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	19

3.4.1.Población.....	19
3.4.1.1.Criterio de Inclusión.....	20
3.4.1.2.Criterio de Exclusión.....	20
3.4.2.Muestra	20
3.5. INSTRUMENTOS	21
3.5.1.Adaptación Colombiana Autopercepción de la Imagen Corporal.....	21
3.5.2.Estado Nutricional Antropométrico.....	22
3.6. PROCEDIMIENTO.....	23
3.7. ANÁLISIS DE DATOS.....	23
3.8. CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	23
IV. RESULTADOS	25
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	31
VI. CONCLUSIONES	33
VII. RECOMENDACIONES	34
VIII.REFERENCIAS	35
IX.ANEXOS	38
ANEXO 1	38
ANEXO 2	40
ANEXO 3	41

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	<i>Recomendaciones de agua y nutrientes en la adolescencia</i>	12
Tabla 2	<i>Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según índice de masa corporal</i>	15
Tabla 3	<i>Clasificación de riesgo de enfermar según sexo, edad y perímetro abdominal</i>	16
Tabla 4	<i>Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según talla para la edad</i> ..	17
Tabla 5	<i>Distribución de población</i>	21
Tabla 6	<i>Relación de la Autopercepción de la Imagen corporal - Estado nutricional antropométrico en adolescentes de 4to y 5to de secundaria del colegio José de la Torre del Agustino 2019.</i>	25
Tabla 7	<i>Autopercepción de la imagen corporal de los adolescentes</i>	27
Tabla 8	<i>Estado nutricional según IMC/E y T/E en adolescentes de 15 y 17 años del colegio José de la torre del Agustino realizado en Noviembre del 2019-Lima</i>	28
Tabla 9	<i>Perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019-Lima.</i>	29

RESUMEN

Objetivo: Establecer la relación entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima. **Método:** El estudio es de tipo no experimental, transversal, correlacional y retrospectivo. Conformado por 110 adolescentes de 4to y 5to año de secundaria de 15 a 17 años del colegio José de la Torre N°0085 del Agustino. Se utilizó la técnica encuesta personal mediante el cuestionario de figura corporal BSQ, instrumento validado y utilizando la versión colombiana aplicada en América Latina. **Resultado:** El 25,5% de los adolescentes presentaron leve preocupación por su imagen corporal, el 9,1% moderada preocupación y el 65,5% restante no se preocupa. Los adolescentes con obesidad 20%, sobrepeso 25.5% y normal 54.5%. El PAB alto con 18.2% y PAB muy alto 34.5%. **Conclusión:** No se encontró relación con la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años, dando como resultado $p=0.383$ dicho resultado se obtuvo mediante la prueba estadística Chi-cuadrado, siendo la prueba no significativa ($p>0.05$).

Palabras clave: autopercepción de la imagen corporal, estado nutricional, adolescentes

ABSTRACT

Objective: To establish the relationship between self-perception of body image and anthropometric nutritional status in adolescents from 15 to 17 years of age from the José of the Torre of the Agustino school carried out in November 2019 - Lima. **Method:** The study is non-experimental, cross-sectional, correlational and retrospective. Made up of 110 adolescents from the 4th and 5th year of secondary school from 15 to 17 years old from the José of the Torre N°0085 of the Agustino school. The personal survey technique was used through the BSQ body figure questionnaire, a validated instrument and using the Colombian version applied in Latin America. **Result:** 25.5% of adolescents presented slight concern about their body image, 9.1% moderate concern and the remaining 65.5% did not worry. Adolescents with obesity 20%, overweight 25.5% and ordinary 54.5%. The high PAB with 18.2% and very high PAB 34.5%.

Conclusion: No relationship was found with the self-perception of body image and anthropometric nutritional status in adolescents from 15 to 17 years of age, resulting in $p=0.383$. Said result was obtained through the Chi-square statistical test, the test being non-significant ($p>0.05$).

Keywords: self-perception of body image, nutritional status, adolescents

I. INTRODUCCIÓN

La imagen estética y delgada de la mujer y la complexión atlética del hombre que venden los medios de comunicación influyen y determinan las conductas alimentarias de los adolescentes. La insatisfacción por la figura corporal conlleva a la aparición de trastornos alimentarios y al deterioro del estado nutricional. Según Cervera et al. (2004) el estado nutricional es la condición de salud producto de la ingesta y pérdidas de nutrientes, para ello deben estar satisfechas las necesidades nutritivas de las personas.

El estado nutricional muchas veces no es coherente con la autopercepción de la imagen corporal que tienen los adolescentes sobre sí mismos, la autopercepción es una construcción psicológica que los adolescentes construyen y asimilan de su contextura corporal. Según Raich (2004) la autopercepción de la imagen corporal es el modo en que el adolescente percibe, imagina, siente y se comporta en función a su propio cuerpo.

La preocupación excesiva por el cuerpo y el peso cada vez son más frecuentes, la población está envuelta en nuevas tendencias de alimentación y estilos de vida, con una múltiple variedad de comidas totalmente refinadas e industrializadas, el incremento de la tecnología, la moda, termina por influir en la distorsión de la imagen del cuerpo y la percepción de lo que es un cuerpo saludable.

Las consecuencias que trae consigo la distorsión de la imagen del cuerpo es que los adolescentes finalmente sufren trastornos alimentarios (anorexia, bulimia), anemia y desnutrición proteica.

Según el INEI (2017) el 6% de los adolescentes de Lima Metropolitana presentan problemas alimentarios, el 1.6% de las mujeres y el 0.3% de los hombres presentaron conductas bulímicas, y la bulimia y la anorexia nerviosa presentaron prevalencia de 0.7% y 0.2% en

mujeres, siendo inexistentes en los hombres.

La manera de dar solución a esta problemática recae en la familia como unidad básica de la sociedad constituye el primer agente encargada de fomentar la alta autoestima y hábitos alimentarios saludables en los adolescentes, en los profesionales de salud quienes deben identificar precozmente los trastornos alimentarios y educar a la población en temas de nutrición y actividad física, recalando que la imagen corporal saludable no necesariamente recae en los patrones que los medios de comunicación imparten en sus espacios publicitarios.

Por todo lo planteado hasta aquí resulta oportuno conocer la relación entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de los estudiantes del Colegio José de la Torre, de esta manera identificar los problemas en esta población de estudio con la finalidad de educar y mejorar las condiciones de salud y de nutrición de los adolescentes.

1.1. Descripción y formulación del problema

1.1.1. Descripción del problema

La realización del presente estudio acerca de autopercepción de la imagen corporal enfocada en el adolescente en donde pasan por un periodo de transición, englobándolo con una distorsión de la aceptación, cambios hormonales y otros. Que debido a la susceptibilidad que se encuentran, reciben información errada que trae como consecuencia un profundo malestar y conlleva a los adolescentes a sentirse con baja autoestima lo cual acaba afectando, en la mayor parte de las veces, a la forma de alimentarse. En muchos casos hay una restricción alimentaria, prohibición de alimentos, ayuno y conductas purgativas, todo ello no justificado y perjudicial para la salud. Conllevando a la persona a empeorar su salud y en algunos casos hasta la muerte si no es observada la situación en la se encuentra la persona con problemas de sobrepeso u obesidad no saben cómo remediar esta situación, y en vez de buscar ayuda nutricional para

educar y precaver tales situaciones, como los trastornos alimentarios, desnutrición, déficit académico y otros.

Este estudio tuvo como finalidad ver el impacto acerca de cuan complacientes se sienten con su aspecto corporal y su estado nutricional. Este tipo de estudio ayudara mucho para que se aplique las estrategias para contribuir con la reducción de la obesidad, del sedentarismo, influyendo los buenos hábitos alimentarios y proporcionando la información adecuada con la intervención del nutricionista en los diferentes niveles de atención de atención de la salud en las actividades preventivas, promocionales, asesoramiento nutricional referentes al estado nutricional en beneficio del paciente o cliente, identificando el tipo de alimentación que consume y proporcionando orientación adecuada para evitar la presencia de enfermedades no transmisibles en un futuro.

1.1.2. Planteamiento del problema

1.1.2.1. Problema General

¿Qué relación existe entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima?

1.1.2.2. Problema Específico

¿Cuál es la autopercepción de la imagen corporal según las dimensiones insatisfacción corporal y preocupación por el peso en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima?

¿Cuál es el estado nutricional según Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima?

¿Cuál es el perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Antecedentes Internacionales

Jaimés (2021) buscó determinar la relación entre la satisfacción por su imagen corporal en estudiantes de preparatoria. En su investigación cuantitativa, descriptiva y correlacional. Se les aplicó los instrumentos de Body Shape Questionnaire y el cuestionario de autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron que el 60.13% fueron mujeres y el 39.87% fueron hombres. El 92.16% consideró estar satisfechos con la percepción de su imagen corporal. El 1.09% de las mujeres están menos satisfechas con su imagen corporal. La conclusión del estudio fue que la percepción de los estudiantes de sí mismos, influye en la toma de decisiones. Con referencia a la percepción que tienen sobre su imagen corporal consideraron que están insatisfechos y no creen que sea adecuada para su peso y talla.

Espín et al. (2020) buscaron determinar la relación de la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de estudiantes de la UTN. En su investigación no experimental, correlacional y transversal, la muestra fue de 132 estudiantes obtenidas por muestreo probabilístico. Los resultados mostraron que el 64% presentaron peso adecuado, el 4% déficit de peso y el 32% exceso de peso. El 52% presentaron sobrepeso y obesidad. El somatotipo predominante fue el mesoendomorfo y mesomorfo-endomorfo. El 64% se identificó con una figura corporal normal. Los hombres presentaron mayor afinidad a la figura anatómica más corpulenta y las mujeres a la más lineal. Las mujeres autoperciben su imagen corporal más acertadamente que los hombres. El 2.7% de los varones se sienten delgados de lo que son y el

37.8% se sienten más gordos. El 11.6% de mujeres se ven más delgadas de lo que son y el 25.3% se autoperciben más gordas. La conclusión fue que existe relación entre el estado nutricional y la autopercepción de la imagen corporal.

Rodríguez (2019) buscó examinar la relación entre la imagen corporal, el nivel de actividad física y la inteligencia emocional de las estudiantes de distintos colegios y niveles socio-económicos de la ciudad de Catamarca, Argentina. La muestra estuvo conformada por 856 alumnas entre 15 -18 años, el 63.2% pertenecían a escuelas públicas y el 36.8% a escuelas particulares. El 40.2% fueron de clase baja, el 40.5% fueron de clase media y el 19.3% clase alta. Los instrumentos de investigación fueron la Family Affluence Scale (FAS), Body Shape Questionnaire (BSQ-34) y el test de la silueta de Stunkard y Stellard. Los resultados mostraron que el 46.61% presentaron satisfacción por su imagen corporal; el 71% no realiza actividad física; el 59.7% no realiza caminatas; las estudiantes de escuelas privadas realizan más actividad física y caminatas que las de las escuelas públicas. El 60% presentaron adecuada atención, claridad y reparación emocional. La conclusión general fue que las estudiantes de nivel económico alto, poseen mayor insatisfacción de su imagen corporal, mayor actividad física y menor inteligencia emocional respecto a las estudiantes de colegios públicos.

1.2.2. Antecedentes Nacionales

Rafael (2021) buscó determinar la relación entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional de los adolescentes de un colegio de Lima. La investigación fue observacional, descriptiva, transversal y prospectiva. La población fue 125 estudiantes mujeres cuyas edades oscilaron entre 13 y 17 años. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario Body Shape Questionnaire (BSQ) y la balanza y el tallímetro para determinar el estado nutricional. Los resultados mostraron que el 64.8% presentaron preocupación alta de la

autopercepción de su imagen corporal. El 1.6% presentaron delgadez, el 13.6% sobrepeso y el 21.6% obesidad. La edad promedio de las estudiantes que tuvieron preocupación alta por su imagen corporal fue de 15.3 años. La prueba estadística utilizada fue la de Chi cuadrado concluyendo que no existe relación entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional en adolescentes de un colegio de Lima.

Méndez (2020) buscó determinar la relación entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional de los adolescentes de segundo de secundaria de la Institución Educativa Jorge Basadre Grohmann del Callao. La investigación fue cuantitativa, descriptiva y transversal. La muestra estuvo compuesta por 64 estudiantes de 12 a 16 años, la cual se obtuvo por muestreo probabilístico y se les aplicó el Test de Siluetas de Thompson y Gray y sus datos antropométricos. Los resultados mostraron que el 51.46% presentaron percepción inadecuada de su imagen corporal y el 48.44% percepción adecuada. El 65% presentaron normal estado nutricional, el 21.88% sobrepeso, el 10.94% obesidad y el 1.56% bajo peso. La prueba estadística utilizada fue la de Chi cuadrado Concluyendo que existe relación entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en adolescentes de segundo de secundaria de la Institución Educativa Jorge Basadre Grohmann del Callao.

Cuti (2020) buscó determinar la relación entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en adolescentes de 14 a 18 años de la Institución Educativa Estatal Franz Tamayo Solares N°3096, Comas. La investigación fue cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional. La población estuvo compuesta por 120 adolescentes varones y mujeres de 14 a 18 años de cuarto y quinto de secundaria. A quienes se les aplicó un test de láminas de figuras anatómicas, el Cuestionario de Actividad Física para Adolescentes y se determinó su índice de masa corporal. Los resultados mostraron que el 51.3% presentaron adecuada percepción de la

imagen corporal, de la población obesa el 81.8% subestimaron su imagen corporal. El porcentaje de percepción adecuada fue inferior en quienes tuvieron un nivel de actividad física alto respecto a los que presentaron nivel de actividad física media y baja. La sobreestimación de la imagen corporal fue mayor en quienes tuvieron un nivel de actividad física alta en relación con los que tuvieron un nivel de actividad física media y baja. La prueba estadística empleada fue Chi cuadrado, concluyendo que existe relación en la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional de la Institución Educativa Estatal Franz Tamayo Solares, Comas.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivos Generales

Identificar la relación que existe entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

1.3.2. Objetivos Específicos

Conocer la autopercepción de la imagen corporal según las dimensiones insatisfacción corporal y preocupación por el peso en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

Conocer el estado nutricional según Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

Determinar el perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José del Torre del Agustino.

1.4. Justificación

La presente investigación justifica la importancia de la etapa de la adolescencia que aparece alteraciones del estado nutricional y distorsión de la imagen corporal de como se aprecia

o se siente, al establecer esta relación permitirá instaurar estrategias para mejorar el estado nutricional y salud mental de la población adolescente.

Del punto social beneficiara a seguir con la investigación y estudio en el área profesional de salud para la comunidad científica, para que se tome decisiones a futuro con respecto a factores de alteraciones del estado nutricional, trastornos de conducta alimentaria, etc.

Desde el punto perspectiva teórica los resultados de esta investigación ayudara para futuros estudios de mayor tamaño muestral y obtener resultados más fiables.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis general

H₁: La autopercepción de la imagen corporal está relacionada directamente con el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

H₂: La autopercepción de la imagen corporal no está relacionada directamente con el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

1.5.2. Hipótesis específica

- Existe relación significativa entre la autopercepción de la imagen corporal según las dimensiones insatisfacción corporal y la preocupación por el peso en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima.
- Existe un adecuado estado nutricional según Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.
- Existe una alta prevalencia del perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José del Torre del Agustino.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Bases Teóricas sobre el Tema de Investigación

2.1.1. *Adolescencia*

Según Aguilar et al. (2015) la adolescencia es el periodo de vida cuya edad oscila entre 12-17 años 11 meses y 29 días. Se caracteriza por ser una etapa de transformaciones intensas de tipos físicos, psicológicos y sociales, empezando con la pubertad y finalizando con la obtención de los rasgos típicos de la juventud.

Según Cervera et al. (2004) la adolescencia inicia en los niños aproximadamente a los 12 años y a los 14 años para las niñas, en el cual se lleva acabo el desarrollo físico, psíquico y también de las necesidades nutritivas.

La adolescencia consiste en una etapa de intensos cambios físicos y emocionales en los adolescentes, surge sumo interés por la imagen del cuerpo, observándose que la percepción de la misma puede presentar alteraciones por un compendio de factores de riesgo producto de la adaptación o no de los adolescentes a su medio ambiente (Borda et al., 2016).

2.1.1.1. Características de la Adolescencia. El comienzo de la vida adolescente coincide con la aparición de los rasgos sexuales secundarios y culmina cuando finaliza el crecimiento, dichas características según Cervera et al. (2004) son:

- La conducta e ingesta alimentaria está influenciado por las amistades y el ambiente rechazando las normas tradicionales y familiares.
- Los hábitos alimentarios son fácilmente modificables pasando la influencia de la familia a un segundo plano.
- La alimentación repercute en el crecimiento y en la maduración sexual.

- Aumenta la preocupación por el aspecto físico, sobre todo en las mujeres.
- El crecimiento y el aumento de peso son relevantes.
- El pico máximo de crecimiento supone un aumento de 12 cm al año.
- El incremento de talla se prolonga por lo general hasta los 16-18 años.

Tabla 1

Recomendaciones de agua y nutrientes en la adolescencia

Edad	Agua(l/d)	Carbohidratos (g/d)	Fibra (g/d)	Grasas (g/d)	Proteínas (g/d)
Hombre					
9-13	2.4	130	31	ND	34
14-18	3.3	130	38	ND	52
Mujer					
9-13	2.1	130	26	ND	34
14-18	2.3	130	25	ND	46

Nota. No determinado (ND). Fuente: Salas, Bonada, Trallero, Saló y Burgos, 2008.

Problemas Nutricionales en la Adolescencia. Los problemas que trae consigo la mala nutrición en la población adolescente son múltiples, estos están relacionados con el estilo de vida a los que se enfrentan. Son sus hábitos quienes acondicionan la aparición de factores de riesgo desencadenado en una serie de enfermedades y carencias. Según Cervera et al. (2004) los problemas más comunes son:

Anemia: Resulta más habitual en las mujeres que en los hombres. Se puede evitar a través de la ingesta carnes rojas en el que el hierro es de mayor biodisponibilidad o su absorción es más

cuantiosa en el intestino.

Déficit de Calcio: Los adolescentes ingieren pocas raciones diarias de lácteos. El máximo pico de masa ósea se consigue entre los 25 -30 años de edad, por lo que resulta trascendental que durante esta etapa exista un adecuado aporte de calcio, ya que permitirá la prevención de la osteoporosis en la vejez.

Hiperlipidemia: Es común encontrar adolescentes con exceso de colesterol o triglicéridos en el torrente sanguíneo y más aún al existir antecedentes familiares. En esta etapa tiene origen la disminución gradual del diámetro de las arterias por el desarrollo de las primeras lesiones de aterosclerosis, que empeoraran con los años.

2.1.2. Autopercepción de la Imagen Corporal

Según Quiroz (2015) la autopercepción de la imagen del cuerpo es la representación personal que cada persona construye mentalmente.

Para Ortega (2010) la autopercepción de la imagen corporal es el producto de la experiencia a través del crecimiento, está influenciado a partir de como el exterior trata al adolescente adquiriendo conciencia de sí mismos.

La imagen corporal es el producto de una construcción pluridimensional que expresa la fotografía que forma la psique de nuestro cuerpo. Dicha imagen corporal muchas veces no está en coherencia necesariamente con el aspecto físico real, por lo tanto, resulta importante reconocer las actitudes y valoraciones que el adolescente realiza de su cuerpo. Aquellos adolescentes que al emitir un juicio de sus dimensiones corporales no coinciden con sus dimensiones reales expresan una distorsión de la imagen corporal (Vaquero et al., 2013).

Elementos de la Autopercepción. La alteración de la imagen corporal en los adolescentes

produce un gran impacto en la elección de alimentos y su estado nutricional, conllevando a malnutrición por deficiencia o por sobre ingesta. Dicha aberración, influye en la economía del individuo, la familia y del sistema de salud, producto del aumento en los gastos a partir de las enfermedades concomitantes crónicas que puedan sufrir (diabetes); debido a ello resulta necesario medidas correctivas para promover la adopción de vidas saludables, evitando la distorsión de la imagen del cuerpo (Borda et al., 2016).

Según Ortega (2010) la autopercepción surge como resultado de los estímulos internos debido a las motivaciones, deseos y experiencias previas; y de la influencia del exterior.

La autopercepción posee elementos, componente que lo integran y terminan por consolidarlo, según Delgado (2009) los elementos de la autopercepción son:

- Componente fisiológico: se conforma por estímulos internos o externos, siendo regulado por el sistema nervioso y sus vías neuronales correspondientes.
- Componente psicológico: se ocupa de la conciencia del objeto o estímulo, a través de las representaciones mentales. Dicho componente es producido por las sensaciones, asociación de ideas y rememoración de los recuerdos.

2.1.3. Estado Nutricional

Es la condición de salud de la persona como resultado de su régimen dietético, nutrición, estilo de vida, condiciones de salud y sociales (Aguilar et al., 2015).

Las mediciones antropométricas para determinar el estado nutricional de los adolescentes son más baratas y accesibles que las mediciones bioquímicas, estas se resumen en tres: índice de masa corporal, perímetro abdominal y talla para la edad.

2.1.3.1. Índice de Masa Corporal para la Edad (IMC /edad). Según Aguilar et al. (2015) el IMC/edad es el indicador antropométrico producto de comparar el IMC del

adolescente con el IMC patrón concerniente a su edad; permitiendo determinar el déficit o exceso de peso. Para su cálculo se aplica la siguiente fórmula: $IMC = \text{Peso (kg)} / (\text{talla (m)})^2$

Tabla 2

Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según índice de masa corporal

Clasificación	Puntos de corte (DE)
Obesidad	> 2
Sobrepeso	> 1 a 2
Normal	1 a - 2
Delgadez	< - 2 a - 3
Delgadez severa	< - 3

Fuente: OMS, 2007.

2.1.3.2. Medición del Perímetro Abdominal. La medición de la circunferencia del abdomen se realiza para establecer el riesgo de padecer patologías crónicas no transmisibles como las cardiovasculares, diabetes y otros. El indicador perímetro abdominal para la edad resulta al comparar el perímetro abdominal de los adolescentes con el perímetro abdominal referencial concerniente su edad (Aguilar et al., 20015).

Figura 1

Medición del perímetro abdominal. Fuente, MINSA, 2015



Tabla 3

Clasificación de riesgo de enfermar según sexo, edad y perímetro abdominal

EDAD (años)	Riesgo de enfermar según perímetro abdominal (cm)					
	Varones			Mujeres		
	Bajo	Alto	Muy alto	Bajo	Alto	Muy alto
12	74,2	74,3	84,8	73,4	73,5	82,7
13	76,7	76,8	88,2	76,8	76,9	85,8
14	79,3	79,4	91,6	78,32	78,3	88,8
15	81,8	81,9	95,0	80,6	80,7	91,9
16	84,4	84,5	98,4	83,0	83,1	94,9
17	86,9	87,0	101,8	85,4	85,5	98,0

Fuente: Adaptado de Fernández, Redden, Pietrobelli, Allison, 2004.

2.1.3.3. Talla para la Edad. El indicador antropométrico talla para la edad es el indicador producto de contrastar la estatura de los adolescentes con la talla matriz concerniente a su edad, permitiendo la evaluación del crecimiento lineal logrado a través de los años (Aguilar et al., 2015).

Tabla 4

Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según talla para la edad

Clasificación	Puntos de corte (DE)
Talla alta	$> + 2$
Normal	$+ 2 \text{ a } - 2$
Talla baja	$< - 2 \text{ a } - 3$
Talla baja severa	$< - 3$

Fuente: Referencia de Crecimiento OMS 2007

III. MÉTODO

3.1. Tipo de Investigación

- Observacional descriptivo: porque no se está manipulando la realidad, sólo se observa, describe, mide y explica cómo se manifiesta ésta y sus componentes.
- Transversal: son ocasiones en la que se realizara la medición y el cuestionario en un periodo cortó. Se recopiló los datos en el mes de Noviembre 2019.
- Correlacional: porque se mide el grado de relación o asociación causal que existe entre dos variables.
- Retrospectivo: porque se recopiló los datos en Noviembre 2019.

3.2. Ámbito Temporal y Espacial

La investigación se realizará en el colegio José de la Torre Ugarte n°0085, del Agustino - Lima a los estudiantes de secundaria de 15 a 17 años en el horario de educación física. La investigación se realizó en el mes de Noviembre 2019

3.3. Variables

3.3.1. *Variable Independiente: Autopercepción de la imagen corporal*

Definición conceptual: Es la imagen que se tiene creada de sí mismo en la mente.

Definición operacional: Se aplicó el cuestionario con 6 posibles respuestas según la intensidad.

Naturaleza: Cualitativa

Forma de medir: Directa

Indicador: Puntaje del cuestionario BSQ

Escala de medición: Ordinal

Procedimientos de medición: Se adquirieron los datos mediante la encuesta, luego se

tabularon y se determinó la autopercepción de la imagen corporal de cada uno de los estudiantes.

3.3.2. Variable Dependiente: Estado nutricional antropométrico

Definición conceptual: Es el diagnóstico del estado físico relacionado al crecimiento y desarrollo que se mide la contextura a través de medidas antropométricas, mediante el IMC, el abdominal y talla para edad.

Definición operacional: Se determinó el IMC y talla para edad con el uso de las Tablas de Valoración Nutricional de 5 a 19 años de edad según INS 2012 y el perímetro abdominal se determinó con el Clasificación de riesgo de enfermar según sexo, edad y perímetro abdominal.

Naturaleza: Cualitativa

Forma de medir: Directa

Indicador: IMC, T/E y medición del Perímetro Abdominal

Escala de medición: Nominal

Procedimiento de medición: Se recopiló las mediciones con los instrumentos calibrados.

3.4. Población y Muestra

3.4.1. Población

La población de estudio estará conformada por 110 estudiantes de secundaria adolescentes de 15 a 17 años, mujeres y hombres, que acuden al I.E José de la Torre Ugarte N°0085.

3.4.1.1. Criterio de Inclusión.

- Estudiantes ambos sexos de 4TO Y 5TO de secundaria
- Estudiantes de 15 a 17 años de edad.
- Que completen la evaluación nutricional y la encuesta de BSQ.
- Padres que aceptaron el consentimiento para la participación del estudio.
- Estudiantes de secundaria adolescentes de 15 a 17 años que están matriculados en el I.E José de la Torre Ugarte N°0085.

3.4.1.2. Criterio de Exclusión.

- Estudiantes que no completen el cuestionario BSQ y la evaluación nutricional.
- Estudiantes mayores de 17 años.
- No se tomara en cuenta a estudiantes mujeres de 15 a 17 años en estado de gestación y con alguna discapacidad física.
- Estudiantes de 15 a 17 años que no tengan firmada el consentimiento.

3.4.2. Muestra

El muestreo se utilizó la técnica no probabilística por conveniencia, se considera en base a los conocimientos de la población, de quienes deben formar parte de la muestra. Se tiene en cuenta los criterios de inclusión y exclusión establecidos. Se aplicó la siguiente formula:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q}$$

Donde se calculó del tamaño de muestra con 95% de confianza y un error de 5%

Tabla 5*Distribución de población*

Tamaño de la muestra	n=	110
Población total	N=	154
Nivel de confianza	Z ² =	(1.96) ²
Prevalencia	p=	0.5
1 – Prevalencia	q=	0.5
Error	d ² =	(0.05) ²

3.5. Instrumentos

Para identificar la autopercepción de la imagen corporal en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria se aplicó unos cuestionarios BSQ (cuestionario de la figura corporal); estandarizado en la población estudiantil Colombiana. Para esta variable se midió de manera individual a cada uno de ellos incluyendo mujeres y varones (ANEXO 2), utilizando una escala de puntuación dando como resultado lo siguiente: No se preocupa, leve preocupación, moderada preocupación y alta preocupación. Se elaboró una ficha para reunir los datos del cuestionario del BSQ. (ANEXO 2). Para la variable del estado nutricional se midió la talla para la edad, índice de masa corporal y el perímetro abdominal.

3.5.1. Adaptación Colombiana Autopercepción de la Imagen Corporal

Se aplicó dicho instrumento cuestionario de figura corporal BSQ (body shape questionnaire), el creador lo realizo Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en 1987. En el transcurso de los tiempos hatenido varias adaptaciones pero se eligió aquella que se aplicara en América Latina. La versión utilizada para la investigación fue la de los autores colombianos Castrillón,

Luna, Avendaño y Pérez en 2007. Dicha estandarización se realizó a estudiantes mujeres de 9 a 19 años de edad, en 7 colegios diferentes en el departamento de Cauca – Colombia.

Conformado por 34 preguntas en donde se mide dos factores el nivel de insatisfacción corporal y la preocupación por el peso. Que se mide la puntuación mediante una escala del 1 al 6 (ANEXO 2). El resultado de la puntuación según el nivel de autopercepción de la imagen corporal se considera del BSQ (Body Shape questionnaire):

No se preocupa = 0 – 80 puntos

Preocupación leve = 81 – 110 puntos

Preocupación moderada = 111 – 140 puntos

Preocupación alta = 141 – 204 puntos

3.5.2. *Estado Nutricional Antropométrico*

Se habilito un salón para instalar los materiales de evaluación, se indicó que vengan con ropa deportiva holgada, para evitar incomodidades. Se evaluó primero a los hombres y luego a las mujeres para evitar incomodidades. Considerar que antes del uso de los equipos paso por calibración y control de calidad de cada uno de ellos.

Peso: Se utilizó una balanza Omron®, modelo HN-289, con lectura digital, el cual tiene una capacidad máxima de 150 kg y una precisión de 100 gramos, según información facilitada por el propio fabricante.

Talla: Se utilizó para la medición un tallímetro móvil de 3 cuerpos, marca Flores. Con una altura de 1.99 metros.

Perímetro Abdominal: Se utilizó una cinta métrica marca Lufkin, con una capacidad de 2 metros, de material acero inoxidable.

3.6. Procedimiento

Para realizar el estudio de investigación, al inicio se realizó un consentimiento informado para el área de mesa de parte (ANEXO 1), solicitando el permiso del director a cargo de la institución educativa José de la Torre. Una vez teniendo la autorización, se coordinó con la tutora a cargo de los alumnos de 4to y 5to de secundaria para brindarles el consentimiento informado a los alumnos seleccionados, el cual debían de traerlo firmados y con el DNI del padre o apoderado. Para evitar interrumpir las clases solicitó realizar la evaluación en la hora de educación física, se les indicó que vinieran con ropa holgada. Al concluir la investigación se entregaría un informe general, de su diagnóstico nutricional.

3.7. Análisis de Datos

- Se recopiló los datos de evaluación en una ficha con respecto a la variable del estado nutricional antropométrico.
- Se pasó la información recogida de los resultados del cuestionario y estado nutricional a unas hojas de cálculo del Excel 2010.
- Los resultados de la evaluación pasaron a ser analizadas por el programa del paquete estadístico SPSS versión 24.
- Como el estudio es de carácter analítico descriptivo se interpretará en las variables de auto percepción de la imagen corporal y estado nutricional antropométrico mediante la desviación estándar. Para la relación de las variables se expresó mediante la prueba de chi cuadrado, con un nivel de confianza de IC 95% y un margen de error de 5% ($p < 0.005$).

3.8. Consideraciones éticas

Antes de la recolección de datos se verificará que los padres hayan firmado el

consentimiento informado, los adolescentes que participaran del estudio de investigación serán informados de manera detallada y absolviendo cualquier tipo de duda en relación a la evaluación antropométrica y en relación a temas de nutrición, como también el área de la toma de mediciones será privado y de manera individual respetando su privacidad y el respeto a su dignidad humana.

IV. RESULTADOS

Dado el estudio la muestra se contó con 110 estudiantes adolescentes de 4to y 5to año de secundaria del Colegio José de la Torre del Agustino en el 2019 tuvo los siguientes resultados:

Se planteó la relación en las variables las siguientes hipótesis.

Hipótesis1: La autopercepción de la imagen corporal está relacionada directamente con el estado nutricional en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

Hipótesis2: La autopercepción de la imagen corporal no está relacionada directamente con el estado nutricional en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.

Tabla 6

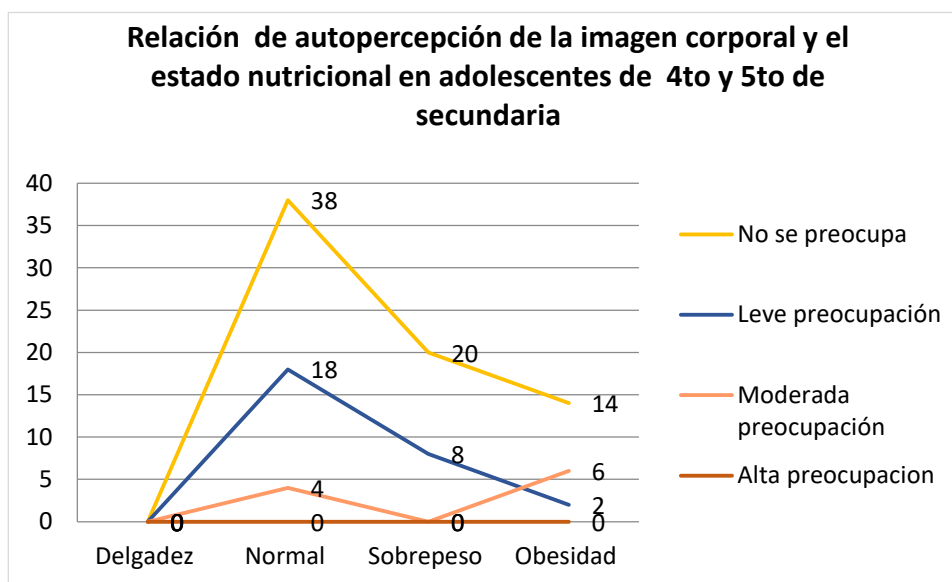
Relación de la Autopercepción de la Imagen corporal - Estado nutricional antropométrico en adolescentes de 4to y 5to de secundaria del colegio José de la Torre del Agustino 2019.

Estado nutricional antropométrico	Autopercepción de la imagen corporal								
	No se Preocupa		Leve Preocupación		Moderada preocupación		Alta Preocupación		Total
Delgadez	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	
Normal	52.8%	38	64.3%	18	40%	4	0%	0	60
Sobrepeso	27.8%	20	28.6%	8	0%	0	0%	0	28
Obesidad	19.4%	14	7.1%	2	60%	6	0%	0	22
		72		28		10		0	110

Pearson χ^2 : 0.383

Figura 2

Autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del colegio José de la torre del Agustino realizado en Noviembre del 2019-Lima.



La autopercepción de la imagen corporal no está relacionada directamente con el estado nutricional en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre el Agustino.

Esto se demuestra en la tabla 5 donde el valor de Pearson $\chi^2=0.383$ mayor al nivel de significancia 0.05 por ende se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

El 52,7% (58) de los adolescentes son del sexo femenino correspondiendo el grado de 4to y 5to de secundaria y el 47,3% (52) de sexo masculino respectivamente.

El 27,3% de los adolescentes tuvieron 15 años, el 40,0% 16 años y 32,8% 17 años.

En la figura 2 se observa que no hay incremento desmedido a la preocupación del aspecto corporal, siendo el 38 de adolescentes que no se preocupan por la autopercepción de la imagen corporal y en relación al estado nutricional se encuentran normales.

Tabla 7

Autopercepción de la imagen corporal de los adolescentes.

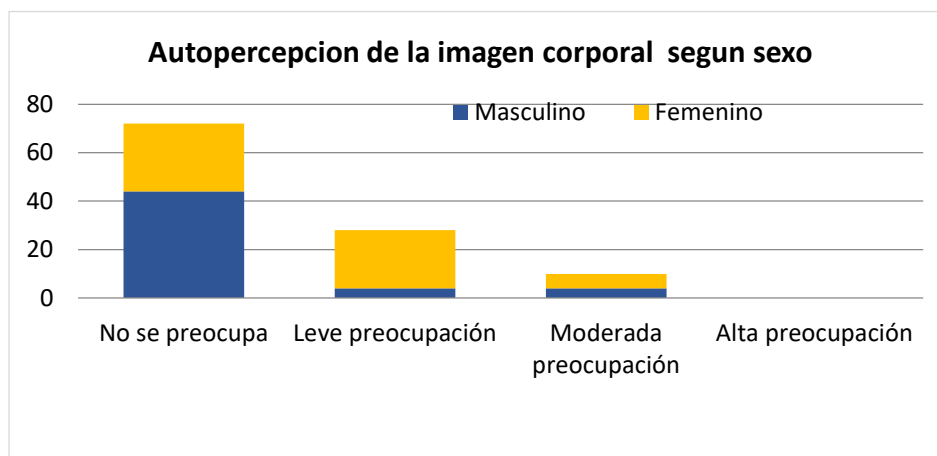
Características	Frecuencia	Porcentaje
Alta preocupación	0	0%
Moderada preocupación	10	9,1%
Leve preocupación	28	25,5%
No se preocupa	72	65,5%
Total	110	100,0%

Nota. Datos de estudios

El 25,5% de los adolescentes presentaron leve preocupación por su imagen corporal, el 9,1% moderada preocupación y el 65,5% restante no se preocupa.

Figura 3

Autopercepción de la imagen corporal en adolescentes de 15 y 17 años del colegio José de la torre del Agustino realizado en Noviembre del 2019-Lima.



Hay un mayor número del sexo femenino que se preocupa por la insatisfacción corporal y preocupación por el peso en comparación con el sexo masculino.

Tabla 8

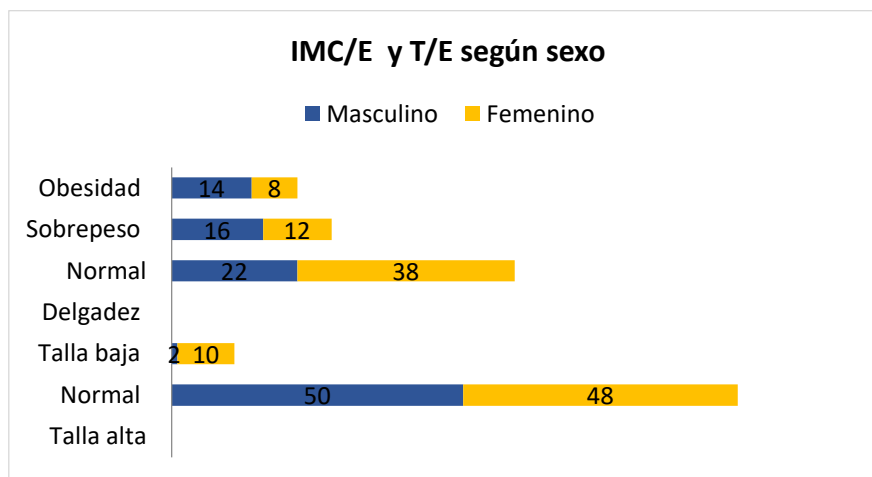
Estado nutricional según IMC/E y T/E en adolescentes de 15 y 17 años del colegio José de la torre del Agustino realizado en Noviembre del 2019-Lima.

Talla/Edad	Frecuencia	Porcentaje
Talla baja	12	10,9%
Normal	98	89,1%
Talla Alta	0	0%
Total	110	100,0%
IMC	Frecuencia	Porcentaje
Delgadez	0	0%
Normal	60	54,5%
sobrepeso	28	25,5%
Obesidad	22	20,0%
Total	110	100,0%

Nota. Datos de estudios

Figura 4

Estado nutricional según índice IMC/E y T/E en adolescentes de 15 y 17 años de 4to y 5to de secundaria del colegio del Agustino-Lima.



Se da como resultado que hay adolescentes varones con obesidad (14) y con sobrepeso (16), en diferencia con las mujeres siendo con mayor cantidad en estado nutricional normal (38).

Con respecto a T/E hay mayor talla baja en mujeres (10) que en varones (1). La mayoría se encuentra en talla normal siendo mujeres (48) y varones (51).

Tabla 9

Perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019-Lima.

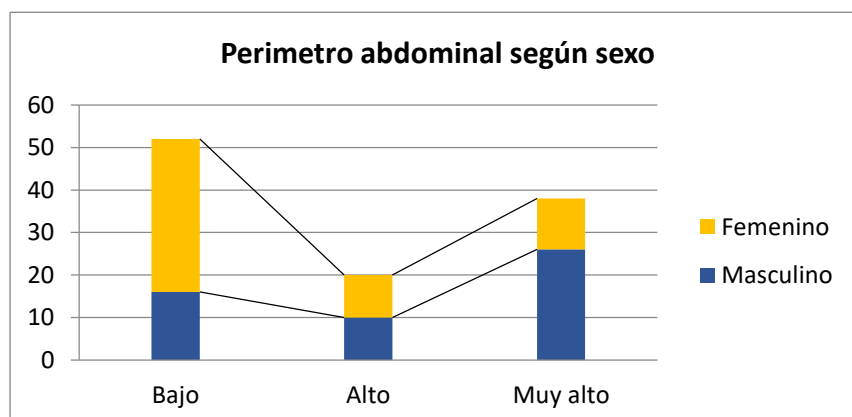
Perímetro abdominal		
	Frecuencia	Porcentaje
Alto	20	18,2%
Bajo	52	47,3%
Muy alto	38	34,5%
Total	110	100,0%

Nota. Datos de estudios

Con mayor cantidad se encontró en 52 adolescentes con PAB bajo (47.3%), el PAB alto con 20 adolescentes (18.2%) y PAB muy alto con 38 adolescentes (34.5%).

Figura 5

Perímetro abdominal en adolescentes de 15 y 17 años según sexo.



Los alumnos masculinos se destacaron por tener un PAB muy alto mientras en las alumnas femeninas fueron más número de PAB bajo.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la investigación realizada por Jaimes (2021) donde la gran mayoría estuvieron satisfechos con la imagen de su cuerpo (92.16%), siendo las mujeres quienes manifestaron insatisfacción por su imagen, dicho resultado es muy similar a la presente investigación donde fueron las mujeres quienes se preocupan por la insatisfacción de su cuerpo y de sus pesos, en comparación con el sexo masculino. Ese deseo imperioso propio del sexo femenino por verse bien ante sus propios ojos y el de los demás ha sido alimentado a través de los años por la publicidad y los estereotipos americanos de belleza. Por lo tanto, resulta oportuno teorizar que en la población femenina de esta investigación se encuentran en una constante influencia y bombardeo por los medios de comunicación por lucir y verse más delgadas y esbeltas, para confirmar esta hipótesis planteada es necesario llevar un nuevo estudio que indague con mayor profundidad sobre esta nueva variable de estudio.

Lograr que dos investigaciones realizadas en momentos diferentes terminen concluyendo lo mismo alimentan y refuerzan los conocimientos del tema investigado. En la investigación realizada por Rafael (2021) la investigadora concluyó que no existe relación significativa entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional, idéntica conclusión del presente estudio. Llegar a este razonamiento es producto que ambos estudios trabajaron con poblaciones más que similares adolescentes de educación secundaria evaluadas bajo el mismo instrumento de estudio (BSQ) y bajo una misma metodología científica. Todo esto posibilitó y conllevó la redacción de conclusiones comunes.

Al analizar la investigación de Méndez (2020) se observa que el investigador concluyó que existe relación significativa entre la autopercepción de la imagen corporal con el estado nutricional de los adolescentes. A diferencia del presente estudio en el que no hubo relación entre dichas variables, este fenómeno puede estar suscitado cuando los instrumentos de recopilación de datos varían entre dos investigaciones, probablemente las interrogantes que lo conforman difieren entre sí, incluso sus escalas valorativas los cuales su formulación permite identificar el grado o nivel con que los valores se acentúan al medir una determinada variable. Esta reflexión toma más fuerza al observar e identificar que los instrumentos utilizados por Méndez fue: El Test de Siluetas de Thompson y Gray, a diferencia del BSQ empleado en la presente tesis. Cabe la posibilidad que si los instrumentos empleados hubieran sido los mismos los resultados hubieran tenido mayores cosas en común. A pesar de ello esto únicamente sería comprobable con una futura investigación.

Respecto al estado nutricional de los adolescentes en el estudio de Rafael (2021) el 35.2% de los adolescentes presentaron sobrepeso y obesidad, mientras que en la presente tesis la cifra estadística fue 45.5%. Estos valores cercanos invitan a reflexionar sobre la problemática del exceso de peso en los adolescentes peruanos. Siendo unas de las principales causas de esta sobre alimentación la ingesta de alimentos procesados con altas concentraciones de azúcar, sal y grasas trans, sumado a la poca actividad física. A pesar de las premisas planteadas. El conocer las causas reales de la población de este estudio implica un trabajo investigativo que indague sobre los hábitos, costumbres, prácticas alimentarias en este grupo etario(adolescentes), solo así conocer con claridad y certeza científica los factores que conllevan la aparición de esta enfermedad en este caso especial.

VI. CONCLUSIONES

Al concluir con la investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

1. No se encontró relación con la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años, dando como resultado $p=0.383$ mayor al nivel de significancia 0.05.
2. Los alumnos que cursan el 4to y 5to de secundaria del colegio José de la Torre del Agustino, no tienen una preocupación con la autopercepción de la imagen corporal siendo el 52.8% del total y con un estado nutricional normal, el 47.2% presenta una demasía del IMC con sobrepeso y obesidad.
3. El 47.3% presento un perímetro abdominal bajo tanto en ambos sexos, el 52.7% tuvieron un exceso en el perímetro abdominal (alto y muy alto). Siendo los varones con mayor presencia en el perímetro abdominal muy alto. Esto trae consigo una problemática en salud pública a contraer enfermedades metabólicas a futuro como desencadenar la diabetes, presión arterial, triglicéridos y entre otros.
4. Solo el 10.9% presento talla baja siendo 12 adolescentes de 4to y 5to año de secundaria. Considerando en la diferencia de sexo las mujeres predominando en talla baja con 17.2% y en varones 3.9%.

VII. RECOMENDACIONES

1. Considerar en esta etapa de la adolescencia el apoyo y la guía de un profesional de la salud como el nutricionista para el seguimiento de las emociones y conducta con respecto a la aceptación de la autopercepción de la imagen corporal en aquellos que tuvieron un moderado de preocupación. Para poder abordar de manera adecuada en la alimentación en las conductas y evitar problemas de trastornos de alimentación como la anorexia, bulimia, vigorexia y entre otros), cabe resaltar también los atracones, la ansiedad por la comida, dietas extremistas conllevando al rechazo de uno mismo.
2. El realizar un seguimiento a los estudiantes que presentaron un IMC con sobrepeso y obesidad para incentivar la alimentación saludable y la actividad física en el colegio como en casa. Mediante sesiones demostrativas, reuniones con los padres capacitaciones.
3. Tener presente la ley n° 30021 que es la promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes, cuyo objetivo es la difusión del crecimiento y desarrollo, como también la implementación de los kioscos y comedores saludables, erradicar el sobrepeso y obesidad así también como las enfermedades metabólicas no transmisibles y la incentivación de las actividades físicas para evitar el sedentarismo.
4. Es necesario que los colegios tanto públicos cuenten con un equipo de salud para la atención primaria enfatizando el apoyo y ayuda de la atención integral del estudiante en la alimentación, nutrición y salud mental.

VIII. REFERENCIAS

- Aguilar Esenarro, L., Contretas Rojas, M y Calle Dávila de Saavedra, M. (20015). *Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente*. MINSA.
- Borda Pérez, M., Alonso Santos, M., Martínez Granados, H., Meriño Díaz, E., Sánchez Álvarez, J., Solano Guerrero, S. (2016). 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*, 32 (3), 472-482.
<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v32n3/v32n3a11.pdf>
- Cervera, P., Clapés, J y Rigolfas, R. (2004). *Alimentación y dietoterapia*. McGraw-Hill.
- Cuti Zanabria, I.D. (2020). *Autopercepción de la imagen corporal relacionado al estado nutricional y nivel de actividad física en adolescentes de una Institución Educativa Estatal, Comas* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Cybertesis.
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/11783?show=full>
- Delgado, D. (2009). *Componentes de la percepción*. Universidad Autónoma del estado. Universidad Autónoma del estado México.
- Espín Capelo, C.M., Perugachi Benalcázar, I.A., Perugachi Benalcázar, I.A. y Proaño Toapanta, P.S.(2020). Evaluación nutricional y autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de la Universidad Técnica del Norte. Ecuador. *La U investiga*, 1(7), 1-14
<http://revistasoj.s.utn.edu.ec/index.php/lauinvestiga/article/view/488/343>
- INEI. (2017). *Documento Técnico: Situación de salud de los adolescentes y jóvenes en el Perú 2017*. Ministerio de Salud.

Quiroz, Y. (2015). *Autopercepción de la imagen corporal en adolescentes*. Universidad Autónoma del Estado de México.

Jaimes Terán, M. S. (2021). *Satisfacción de la imagen corporal y autoestima en estudiantes de preparatoria*. [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma del estado de Morelos].
<http://riaa.uaem.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.12055/1668/JATSRC09T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Méndez Dextre, G.A. (2020). *Autopercepción de la imagen corporal y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa Jorge Basadre Grohmann del Callao, Perú, 2020*. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/652733>

Ortega, Becerra M.A. (2010). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de Educación Secundaria de la ciudad de Jaén*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Granada]

Quiroz, Y. (2015). *Autopercepción de la imagen corporal en adolescentes*. Universidad Autónoma del Estado de México.

Raich R. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 22 (1), 15-27.

Rafael Cucche, S.S. (2021). *Autopercepción de la imagen corporal y estado nutricional en adolescentes de un colegio de Lima 2018* [Tesis de Maestría, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL.
http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/11433/1/2021_Rafael%20Cucche.pdf

Rodríguez, C. (2019). *Imagen corporal y su relación con el nivel de actividad física y la inteligencia emocional en adolescentes femeninas de diferentes niveles socioeconómicos estudio en un población argentina*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Huelva].
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=245438>

Vaquero Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J y López Miñarro, P. (2013) Imagen corporal: revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27-35.

IX. ANEXOS

Anexo 1

Estado nutricional antropométrico y autopercepción de la imagen corporal en estudiantes adolescentes de 15 a 17 años del colegio José de la Torre en El Agustino realizado en Noviembre 2019 –Lima.

Yo, Amarilis Cristina Tueros Zavala, con DNI 48365342, egresada de la carrera de la Nutrición de la universidad UNFV. Ante usted padre de familia me presento y expongo, realizara la investigación sobre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria, del colegio José de la Torre, Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima.

Se le explica con mayor detalle acerca del estudio y de la importancia de la participación de su hijo en los siguientes puntos:

PROPOSITO DE LA INVESTIGACION: En la actualidad con la evolución de la tecnología y la moda suele alterar la autopercepción acerca de nuestro cuerpo y más aún en una etapa vulnerable donde las emociones y el desarrollo son más sensibles que suele ser en la adolescencia. Es por eso que se realiza este estudio para observar que tan cómodos se encuentran con la idea de su cuerpo. Justamente para evitar problemas nutricionales, baja autoestima y psicologías. Es por ello que la participación de los estudiantes es esencial, para profundizar el tema en beneficio de la salud y la nutrición.

RIESGO DEL ESTUDIO: No presenta algún riesgo ni para los padres, ni para los estudiantes. Todo se está considerando desde la evaluación antropométrica que será en un ambiente seguro y privado hasta la elaboración del cuestionario que será de manera individual.

BENEFICIO DEL ESTUDIO: Al finalizar la evaluación y recojo de información se le

brindara los resultados al colegio y de igual manera a los padres con el diagnóstico del estado nutricional. Se coordinara con el colegio para realizar una charla nutricional y asesorar a los padres interesados.

COSTO DE PARTICIPACION: Este estudio no tiene lucro alguno, solo el de estudio para aportar datos que ayuden a mejorar la salud y nutrición en la población.

CONFIDENCIALIDAD: Toda la información que nos brinde es estrictamente confidencial. Solo el equipo de investigación hará uso de esta información y no se hará público ni su nombre ni el de su familia.

CONSENTIMIENTO VOLUNTARIO:

Nombre de la Alumna: _____ Fecha de nacimiento: _____

Nombre del Apoderado: _____

DNI del Apoderado: _____

Firma: _____

Anexo 2**CUESTIONARIO BSQ FICHA DE RECOLECCION DE DATOS**

NOMBRES Y APELLIDOS: _____

SECCION: _____ GRADO: _____ Edad (años): _____

Nos gustaría saber cómo te has sentido respecto a tu figura en el último mes. Por favor, lee cada pregunta y señala con una cruz (X) el número que consideras que corresponde a la respuesta más adecuada. Contesta a todas las preguntas.

Nº	ITEM	NUNCA	RARAMENTE	ALGUNAS VECES	A MENUDO	MUY AMENUDO	SIEMPRE
1	¿Me siento molesta o enfada al hacer un examen de mi aspecto físico?	1	2	3	4	5	6
2	¿Me sentí tan preocupada por mi aspecto físico que pensé que debería hacer dieta?	1	2	3	4	5	6
3	¿Pensé que mis nalgas, mis caderas, cintura o muslos eran demasiado “grandes” gordos en relación al resto de mi cuerpo?	1	2	3	4	5	6
4	¿Sentí temor a volverme gorda o a empezar a aumentar de peso?	1	2	3	4	5	6
5	¿Me he sentido preocupada al sentir que mi pelo o mi carne no eran suficientemente firmes y tonificados?	1	2	3	4	5	6
6	La sensación de “llenura” (por ejemplo después de una comida abundante) ¿Me ha hecho sentir gorda?	1	2	3	4	5	6
7	¿Me he sentido tan mal en relación a mi figura corporal que tuve que gritar o llorar?	1	2	3	4	5	6
8	¿Evite trotar a causa de que mi carne podía tambalearse o moverse como gelatina?	1	2	3	4	5	6

9	¿El hecho de estar junto a una mujer delgada me ha hecho tomar conciencia del estado de mi figura corporal? (comparación)	1	2	3	4	5	6
10	¿Me he sentido preocupada por la parte de mis músculos que quedan visibles al sentarme?	1	2	3	4	5	6
11	El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida ¿Me hizo sentir gorda?	1	2	3	4	5	6
12	El hecho de ver detalladamente la figura de otra mujer o mujeres ¿Me hizo compararme con ella o ellas y sentirme en desventaja por mi aspecto físico?	1	2	3	4	5	6
13	El hecho de pensar en mi figura ¿Hace que me sea difícil concentrarme en otras cosas? (por ejemplo: mientras veía televisión, leía o estudiaba)	1	2	3	4	5	6
14	El estar desnuda (por ejemplo al darme un baño) ¿Me hizo sentir gorda o pasada de peso?	1	2	3	4	5	6
15	¿Evito usar ropas que resalten mi figura corporal? (escote, minifalda)	1	2	3	4	5	6
16	¿He imaginado modificar algunas zonas de mi cuerpo? (barriga, muslos, nariz)	1	2	3	4	5	6
17	¿El comer pastel, dulces u otras cosas con muchas calorías me hizo sentir gorda?	1	2	3	4	5	6
18	¿No asistí a “fiestas” o reuniones sociales porque me sentí mal con mi figura?	1	2	3	4	5	6
19	¿Me he sentido excesivamente gruesa?	1	2	3	4	5	6
20	¿Me he sentido avergonzada de mi cuerpo?	1	2	3	4	5	6
21	¿La preocupación acerca de mi figura me hizo ponerme a dieta?	1	2	3	4	5	6
22	¿Me siento feliz con mi figura cuando mi estómago esta vacío?	1	2	3	4	5	6
23	¿Pensé que la causa del estado de mi figura era debido a que no era capaz de controlarme a la hora de comer?	1	2	3	4	5	6

24	¿Me siento preocupada si otras personas me ven gordita en mi cintura, cadera o estomago?	1	2	3	4	5	6
25	¿Siento que no es justo que otras mujeres sean más delgadas que yo?	1	2	3	4	5	6
26	¿He vomitado con la intensidad de sentirme más liviana?	1	2	3	4	5	6
27	¿En compañía de otras personas, me siento preocupada por el hecho de ocupar demasiado espacio (estar sentada en el sofá o asiento del autobús)	1	2	3	4	5	6
28	¿Me siento preocupada porque se me formen hoyuelos en la piel o por tener celulitis?	1	2	3	4	5	6
29	¿Al ver mi imagen en el espejo me sentí mal con el estado de mi figura?	1	2	3	4	5	6
30	¿He pellizcado zonas de mi cuerpo para ver cuanta grasa contienen?	1	2	3	4	5	6
31	¿Evito situaciones en donde otras personas puedan detallar mi cuerpo? (piscinas, playas, gimnasios)	1	2	3	4	5	6
32	¿Tomo laxantes buscando sentirme más liviana?	1	2	3	4	5	6
33	¿Tomo especial conciencia de mi figura estando en compañía de otras personas?	1	2	3	4	5	6
34	¿La preocupación acerca de mi figura me hizo sentir que debería hacer ejercicio?	1	2	3	4	5	6

Anexo 3

IDENTIFICACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOSTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	DISEÑO MEDOLÓGICO
<p>Problema general ¿Qué relación existe entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019– Lima?</p> <p>Problema específico ¿Cuál es la autopercepción de la imagen corporal según las dimensiones insatisfacción corporal y preocupación por el peso en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019– Lima?</p> <p>¿Cuál es el estado nutricional según Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima?</p> <p>¿Cuál es el perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima?</p>	<p>Objetivo general Identificar la relación que existe entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional antropométrico en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.</p> <p>Objetivo específico Conocer la autopercepción de la imagen corporal según las dimensiones insatisfacción corporal y preocupación por el peso en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.</p> <p>Conocer el estado nutricional según Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.</p>	<p>Hipótesis general H₁: La autopercepción de la imagen corporal está relacionada directamente con el estado nutricional en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino. H₂: La autopercepción de la imagen corporal no está relacionada directamente con el estado nutricional en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino</p> <p>Hipótesis específico Existe relación significativa entre la autopercepción de la imagen corporal según las dimensiones insatisfacción corporal y la preocupación por el peso en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino realizado en Noviembre 2019 – Lima.</p>	<p>Variable independiente Autopercepción de la imagen corporal. Cualitativo - ordinal</p> <p>Variable dependiente Estado nutricional antropométrico. Cualitativo – nominal</p>	<p>Insatisfacción corporal</p> <p>Preocupación por el peso</p> <p>IMC</p>	<p>No se preocupa 0 – 80 Leve preocupación 81-110 Moderada preocupación 111-140 Alta preocupación 141-204</p> <p>Delgadez severa: < - 3DE Delgadez: < -2 DE a ≥ - 3DE Normalidad: ≥ -2 DE a +1DE Sobrepeso: +1 DE a ≤ +2DE Obesidad: > +2DE</p>	<p>Diseño Observacional, retrospectivo, correlacional de corte transversal ya que se observa, se realizó en Noviembre 2019 y se describe el acontecimiento actual de interés en corto tiempo.</p> <p>Población Conformado por 110 adolescentes de 4to y 5to año de secundaria de 15 a 17 años del colegio José de la Torre N°0085 del Agustino.</p> <p>Muestra Se determina por la fórmula de población finita. Con un muestreo no probabilístico por conveniencia.</p> <p>Técnica e instrumento La técnica es observación directa y el instrumento es el cuestionario BSQ y la ficha para el estado nutricional antropométrico.</p>

	<p>Determinar el perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.</p>	<p>Existe un adecuado estado nutricional según Índice de Masa Corporal/Edad y Talla/Edad en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José de la Torre del Agustino.</p> <p>Existe una alta prevalencia del perímetro abdominal en adolescentes de 15 a 17 años del Colegio José del Torre del Agustino.</p>		<p>TALLA/EDAD</p>	<p>Talla Baja Severa $\geq -3DE$ Talla Baja $< -2DE$ a $-3DE$ Normalidad $\geq +2DE$ a $-2DE$ Talla Alta $> +2DE$</p>	
				<p>PERIMATRO ABDOMINAL</p>	<p>Bajo < 75 Alto ≥ 75 Muy alto ≥ 90</p>	