

## CONFORMIDAD CON EL ASPECTO FÍSICO Y SU RELACIÓN CON LA ALIMENTACIÓN Y LAS CONDUCTAS PARA CONTROLAR EL PESO EN MUJERES.

### RELATIONSHIP OF BODY SATISFACTION, WITH NUTRITION AND WEIGHT CONTROL BEHAVIORS IN WOMEN.

MOSTAFAVI-DARANI F, DANIALI SS, AZADBAKHT L.

Department of Health Education and Promotion, Faculty of Health, Isfahan, Iran.

**Antecedentes:** Dada la importancia y la prevalencia de la obesidad, junto con el deseo de adelgazar, en especial en las mujeres, el objetivo de este estudio fue investigar la relación entre el índice de masa corporal, la conformidad con el aspecto físico y las conductas para controlar el peso en un grupo de empleadas de Isfahán.

**Métodos:** Se realizó un estudio transversal analítico a partir de 408 mujeres que se seleccionaron según un muestreo aleatorio estratificado de empleadas de la Universidad de Isfahán y la Universidad de Ciencias Médicas de Isfahán durante 2012. La herramienta empleada para la recopilación de datos fue un cuestionario multidimensional que constaba de dos secciones: Características demográficas y conformidad con el aspecto físico (7 puntos) y Escala de conductas para controlar el peso (18 puntos).

**Resultados:** La edad, el estado civil, el nivel de educación y la multiparidad guardaban una estrecha relación con el nivel de satisfacción con el volumen corporal. Un total de 75 participantes estaban disconformes con su peso, y el 60,5% expresó que deseaba adelgazar. El 92,15% de las mujeres del estudio había seguido un régimen saludable para adelgazar, mientras que el 10,8% había seguido uno no saludable durante los últimos seis meses. Se observó una correlación inversa entre la conformidad con el aspecto físico y el índice de masa corporal (IMC) ( $r = -0,64$ ;  $P = 0,001$ ). El 90% de las participantes siguió, al menos, uno de los regímenes para adelgazar. Se halló una relación inversa significativa entre la conformidad con el aspecto físico y los regímenes para adelgazar ( $r = -0,19$ ;  $P = 0,001$ ).

**Conclusiones:** Dada la importancia de la prevención de la obesidad y la necesidad de alcanzar un IMC normal a fin de evitar complicaciones posteriores, se puede utilizar la autoevaluación precisa del volumen corporal a la hora de enfocarse en el diseño y la implementación de programas de salud pública destinados, especialmente, a mujeres.

**Palabras clave** conformidad con el aspecto físico, conductas para controlar el peso, mujeres