

# **Obesidad y mujer, retos del siglo XXI**

**Dairo Harbey Sanchez Beltran**

**Julian Felipe Cuellar Pajarito**

**Wilder Jhan Marco Diaz Piraneque**

**Directora:**

**Adriana Campos Rodriguez**

**Universidad Santo Tomas**

**Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación**

**Bogotá D.C 2023**

## *Agradecimientos*

*A las mujeres que participaron de la investigación por su confianza.*

*A nuestra directora por su gestión y orientación*

*A nuestras familias por el apoyo y la motivación.*

## CONTENIDO

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| 1. TÍTULO .....                                   | 4  |
| 2. RESUMEN ABSTRACT.....                          | 4  |
| 3. PALABRAS CLAVE .....                           | 6  |
| 4. INTRODUCCIÓN .....                             | 7  |
| 5. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....               | 9  |
| 6. JUSTIFICACIÓN .....                            | 11 |
| 7. OBJETIVO GENERAL .....                         | 11 |
| 8. MARCO DE REFERENCIA.....                       | 14 |
| 9. METODOLOGÍA .....                              | 17 |
| 10. RESULTADOS.....                               | 23 |
| 11. DISCUSION.....                                | 29 |
| 12. CONCLUSIONES, APORTES Y RECOMENDACIONES ..... | 29 |
| 13. REFERENCIAS.....                              | 33 |
| 14. ANEXOS.....                                   | 35 |

## **1. TÍTULO**

### **OBESIDAD Y MUJER, RETOS DEL SIGLOS XXI**

#### **1. RESUMEN**

La obesidad y el sobrepeso constituyen un desafío creciente para la salud pública en todo el mundo, y Colombia no es una excepción. La Organización Mundial de la Salud (OMS) arroja que el índice de obesidad ha tenido un aumento radical llegando a 2,100 millones de adultos mayores que sufren de esta patología. En particular, el peso de las mujeres en Colombia ha sido motivo de preocupación debido a su impacto negativo en la salud y el bienestar de la población femenina. La obesidad se define como una acumulación excesiva de grasa corporal que puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión y enfermedades cardiovasculares. Además, la obesidad también puede tener consecuencias psicológicas y sociales, afectando la calidad de vida de las mujeres colombianas.

La OMS con el lema “todos necesitamos de todos” invita a aumentar conciencia sobre la manera en cómo se está comprendiendo esta enfermedad, sus causas y consecuencias, además propone fomentar la promoción de la salud, en el marco de plan acción con mejoras, en las políticas para entornos más saludables. (Ministerio de salud y proteccion social, 2021)

En este orden de ideas, lograr una inmersión en la percepción de los individuos, como mecanismo individual que consiste en recibir, interpretar y comprender las señales que provienen del exterior y lograr una interiorización sobre un fenómeno, nos permite obtener datos que orientarán una ruta para lograr un objetivo. (Briceño, 2021)

Con el objetivo de hacer conciencia de la situación actual de las mujeres obesas y crear estrategias de intervención, se ve la necesidad de desarrollar un proyecto de investigación que esclarezca los factores individuales, sociales y familiares que perciben las mujeres desde su experiencia como mujer con obesidad.

## **2. ABSTRACT**

Obesity and overweight are a growing challenge for public health around the world, and Colombia is no exception. The World Health Organization (WHO) reports that the rate of obesity has increased dramatically, reaching 2.1 billion older adults suffering from this pathology. In particular, the weight of women in Colombia has been a cause for concern due to its negative impact on the health and well-being of the female population. Obesity is defined as an excessive accumulation of body fat that can increase the risk of developing chronic diseases such as diabetes, hypertension and cardiovascular disease. In addition, obesity can also have psychological and social consequences, affecting the quality of life of Colombian women.

The WHO with the slogan "we all need everyone" invites to raise awareness about the way in which this disease is being understood, its causes and consequences, and also proposes to encourage health promotion, within the framework of the action plan with improvements in policies for healthier environments (Ministry of Health and Social Protection, 2021).

In this order of ideas, achieving an immersion in the perception of individuals, as an individual mechanism that consists of receiving, interpreting and understanding the signals coming from the outside and achieving an internalization of a phenomenon, allows us to obtain data that will guide a route to achieve an objective. (Briceño, 2021).

With the aim of raising awareness of the current situation of obese women and creating intervention strategies, it is necessary to develop a research project that clarifies the individual, social and family factors that women perceive from their experience as women with obesity.

### 3. PALABRAS CLAVE

|  |              |  |
|--|--------------|--|
|  | Obesidad     |  |
|  | Mujer        |  |
|  | Sobrepeso    |  |
|  | Malnutrición |  |
|  | Sedentarismo |  |

#### 4. INTRODUCCIÓN

La obesidad y el sobrepeso constituyen un desafío creciente para la salud pública en todo el mundo, y Colombia no es una excepción. La Organización Mundial de la Salud (OMS) arroja que el índice de obesidad ha tenido un aumento radical llegando a 2,100 millones de adultos mayores que sufren de esta patología. En particular, el peso de las mujeres en Colombia ha sido motivo de preocupación debido a su impacto negativo en la salud y el bienestar de la población femenina. La obesidad se define como una acumulación excesiva de grasa corporal que puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión y enfermedades cardiovasculares. Además, la obesidad también puede tener consecuencias psicológicas y sociales, afectando la calidad de vida de las mujeres colombianas.

La obesidad y el sobrepeso es definida por la OMS como una acumulación excesiva de tejido adiposo que puede afectar la salud. (Organizacion Mundial de la Salud, 2009)

Para definir una persona con obesidad se debe tener en cuenta el índice de masa corporal que describe la relación entre peso y talla. Este parámetro, es utilizado comúnmente en las consultas de atención médica o en la valoración de otros profesionales, para lograr un dato objetivo de la condición de peso de los individuos valorados. (Organizacion Mundial de la Salud, 2009)

Desde 1975 la obesidad según datos de la OMS se ha triplicado en el mundo. La mayoría de la población mundial vive en países donde el sobrepeso y la obesidad cobran vidas cada año (Organizacion Mundial de la Salud, 2009). Es importante resaltar que los determinantes sociales para esta problemática se relacionan con los patrones alimentarios. Entre estos encontramos el consumo de productos ultra procesados y con alta cantidad de azúcar. Por otro lado, el sedentarismo, y las actividades diarias, que han venido cambiando con el tiempo, es

causal directa de los malos hábitos, como por ejemplo la preferencia del uso de equipos electrónicos por largas jornadas en forma pasiva. (Ministerio de salud y proteccion social, 2021)

En Colombia según la Encuesta Nacional de Salud Nutricional de 2015, existe una prevalencia en adultos de 18 a 64 años con sobrepeso de 37,7 % y obesidad de 18,7%. La suma de estos dos porcentajes representa una prevalencia del 56,4% de personas con exceso de peso, lo anterior representa un reto en acciones donde participen profesionales de diferentes áreas. (Ministerio de salud y proteccion social, 2021)

Con el objetivo de alcanzar reconocer los factores que pueden influir en las mujeres con obesidad se realizó una investigación cualitativa – descriptiva. Para la recolección de datos se realizó una entrevista a mujeres que de manera voluntaria quisieran participar. Las preguntas fueron direccionadas a lograr datos que permitieran el reconocimiento del impacto que genera el ser una mujer obesa, a nivel social, personal, y familiar. Para alcanzar la muestra de las mujeres, se realizó una búsqueda en escenarios cercanos como amistades o conocidas, sin embargo, se logró hacer un ejercicio de búsqueda activa en redes sociales y otros contextos.

## 5. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El exceso de peso, conocido como sobrepeso y obesidad, es una enfermedad multicausal que por sus manifestaciones requiere de un trabajo interdisciplinar, que incluya un plan nutricional, actividad física, abordajes psicológicos y tratamiento farmacológico si se requiere. (Ministerio de salud y proteccion social, 2021)

La obesidad a pesar de ser una problemática de ambos sexos en Colombia según la Encuesta Nacional de Salud Nutricional de 2015 en mujeres de 18 a 64 años se encontró en el 59,6 % de la población, mientras que en hombres se encontró en 39,3%, "situación que confirma que esta problemática afecta mayormente a las mujeres del país", definió Cadena. (Ministerio de salud y proteccion social, 2021)

Centrándonos en la población colombiana, la Organización Panamericana de la Salud en 2019 reveló que el sobrepeso y la obesidad afectan de manera desigual a las mujeres en Colombia, con una prevalencia del 67,7% en comparación con el 58,2% en hombres (Organización Panamericana de la Salud, 2019, p. 12); esto puede deberse a las condiciones sociales que tienen que atravesar la mujer colombiana y los diferentes hábitos que se adoptan como la mala alimentación, bajos niveles de actividad física y sedentarismo.

Por otro lado la obesidad y sobrepeso en las mujeres, no solo afectan su salud física, sino que también puede llegar a afectar su salud mental, debió a que suelen ser víctimas de rechazo en los diferentes contextos sociales, así mismo, puede generar complicaciones en el momento de entablar relaciones y encontrar pareja, además, la autoestima puede verse afectada debido a la concepción que se tiene sobre su propia imagen, en estas problemática es donde se quiere centrar la actual investigación buscando dar a conocer la concepción propia de las mujeres que padecen de obesidad o sobrepeso en la población colombiana.

Padecer de esta enfermedad es uno de los principales factores de riesgo para enfermedades crónicas como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, la hipertensión y los accidentes cerebrovasculares, así como varios tipos de cáncer, así lo describe la OPS.

(Organización panamericana de la salud, s.f.)

Por otro lado, es importante resaltar que además de los datos clínicos y los factores médicos atribuibles a la obesidad, la percepción de las mujeres con relación a su entorno social, familiar e individual es importante para la creación de programas, planes y políticas. Sin embargo, en Colombia la ausencia para la recolección de estos datos, no permiten una caracterización ideal para crear intervenciones que se ajusten a la realidad y las necesidades de las mujeres con obesidad.

Al presentarse ausencia de estudios que analicen la percepción de las mujeres se abre una brecha de conocimiento en este tema para poder entender de manera mas significativa y real los factores que influyen en una mujer con obesidad.

## 6. JUSTIFICACIÓN

La obesidad, como lo hemos abordado al principio de este proyecto, se ha convertido en un problema de salud pública importante, ya que con esta misma se generan problemas de salud para quien la padece, tales como fatiga, dolores articulares, problemas cardíacos y fisiológicos. Con este documento evidenciamos como es el comportamiento de mujeres que padecen esta enfermedad, por tal motivo hemos decidido entrevistar mujeres que nos puedan aportar para entender cómo es su diario vivir, qué tipo de problemas han desarrollado (ya sean familiares, personales, con su pareja), cuál fue ese factor gatillante que desencadenó su obesidad y cuál es la opinión de su familia frente a su enfermedad. Con esta investigación de campo queremos aportar para que los lectores tomemos conciencia y entendamos que la obesidad puede generar problemas emocionales y que al momento de señalar o juzgar a alguien por esta enfermedad le podemos generar un daño psicológico.

La OMS con el lema “todos necesitamos de todos” invita a aumentar conciencia sobre la manera en cómo se está comprendiendo esta enfermedad, sus causas y consecuencias, además propone fomentar la promoción de la salud, en el marco de plan acción con mejoras, en las políticas para entornos más saludables. (Ministerio de salud y proteccion social, 2021)

En este orden de ideas, lograr una inmersión en la percepción de los individuos, como mecanismo individual que consiste en recibir, interpretar y comprender las señales que provienen del exterior y lograr una interiorización sobre un fenómeno, nos permite obtener datos que orientarán una ruta para lograr un objetivo. (Briceño, 2021)

Con el objetivo de hacer conciencia de la situación actual de las mujeres obesas y crear estrategias de intervención, se ve la necesidad de desarrollar un proyecto de investigación que

esclarezca los factores individuales, sociales y familiares que perciben las mujeres desde su experiencia como mujer con obesidad.

## **7. OBJETIVO GENERAL**

Analizar la percepción del entorno familiar, personal, laboral y social de mujeres en condición de obesidad o sobrepeso y el impacto sobre la salud.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Describir las características sociodemográficas y los antecedentes personales y familiares de mujeres en condición de obesidad o sobrepeso.
- Describir la percepción del entorno familiar, personal, laboral y social de mujeres en condición de obesidad o sobrepeso.
- Dar a conocer aspectos de salud relacionados con la obesidad, sobrepeso y el reconocimiento como enfermedad por parte de la población objeto.

## **8. MARCO DE REFERENCIA**

### **MARCO CONCEPTUAL**

#### **Sobrepeso y obesidad**

El sobrepeso y la obesidad son definidos por la (OMS) como la acumulación excesiva de grasa que puede agravar la salud de las personas. La causa fundamental del sobrepeso y la obesidad es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros ( $\text{kg/m}^2$ ). Esta medida es la más útil del sobrepeso y la obesidad en la población, pues es la misma para ambos sexos y para los adultos de todas las edades. Sin embargo, hay que considerarla como un valor aproximado porque puede no corresponderse con el mismo nivel de grosor en diferentes personas.

(Organizacion Mundial de la Salud, 2009)

La obesidad no es solo un problema estético. Es un problema médico que aumenta el riesgo de enfermedades y problemas de salud, como enfermedades cardíacas, diabetes, presión arterial alta y determinados tipos de cáncer. (Mayo Clinic, 2021)

En la actualidad, las mujeres se han visto afectadas por dicha problemática, debido a diferentes factores como lo son una mala alimentación, factores sociodemográficos, genéticos, entre otros. Debido a ello, algunas presentan patologías tal y como lo indica Oviedo (2007), donde señala que las mujeres que presentan un incremento de peso u obesidad son más propensas a desarrollar diabetes tipo dos, lo que a su vez desencadena a futuro enfermedades vasculares coronaria; así mismo se encontró que la dislipidemia como principal patología en esta población.

**Factores de riesgo:** Según Esquivel (2004) los factores que causan la obesidad y sobrepeso se dividen en:

**Genéticos:** existen factores hormonales y neurales relacionados con el control normal del peso.

Es evidente que los hijos de padres obesos tienen mayor probabilidad de tener problemas de peso.

(Ramirez, Bustamante, & Sarmiento, 2001)

**Nivel socioeconómico:** la obesidad tiene una distribución en forma de gradiente cuando se analiza de acuerdo con el estrato social y el nivel educativo, que refleja la desigualdad social: a medida que aumentan el estrato y el nivel educativo, disminuye la obesidad. En el caso de los ingresos tiene mayor influencia la pobreza, pues la obesidad es mayor en los hogares que no tienen un ingreso específico. Es necesario continuar investigando sobre este tema, de manera que se llegue a un mayor conocimiento sobre cómo la estructura social afecta el estado nutricional de los pobres y qué intervenciones son necesarias para disminuir las brechas sociales.

**Dieta:** La influencia de los hábitos de alimentación nivel comunitario, ha generado un alto consumo de dietas hipercalóricas, con altos contenidos de grasas, carbohidratos y proteína.

**Actividad física:** La práctica de ejercicio físico y deportivo es eficaz a la hora de hablar de estrategias para la reducción de peso corporal, además de ello no solo genera beneficios físicos, sino también crean un efecto placebo en el cual ayuda a la mujer a mejorar su estado de ánimo y su capacidad para disminuir de peso; para que un programa de actividad física tenga éxito en esta población debe tener una buena estructura que garantice la adherencia y permita a la mujer seguir con el proceso de actividad física en el que pueda alcanzar los objetivos que se establecieron desde un inicio (Tarraga 2020).

La estigmatización es cualquier forma de rechazo hacia una persona u población, uno de los grupos poblacionales más estigmatizados en la actualidad son aquellos con sobrepeso y obesidad, ya que son propensos a sufrir el rechazo de ésta en diferentes entornos, como el laboral,

en medios de transporte, en almacenes de ropa y muchos otros; la sociedad actual tiene la concepción equivocada de este grupo poblacional, tal y como lo muestra Sanchez (2022) la sociedad tiende a creer que estas personas no tienen la voluntad suficiente para alcanzar un peso ideal y saludable. Como consecuencia de ello generan nuevas barreras para que este nicho no pueda tener una intervención adecuada, donde se sientan seguros en manos de profesionales de la salud; adicionalmente afectan de manera negativa su estado emocional llevándolos al aislamiento y la depresión.

Las mujeres también pueden presentar complicaciones al momento de gestar, se encontró que el sobrepeso y obesidad preconcepcional puede llegar a incrementar el peso y tamaño de un recién nacido, además la prematuridad es muy común en esta población con dichas patologías, así lo señala (Gonzalez 2021). De esta forma también se pueden concebir el sobrepeso y obesidad desde la infancia impulsado por factores genéticos, siendo una patología que no solo se produce por factores alimenticios, convirtiéndola en una patología multifactorial.

## **9. METODOLOGÍA**

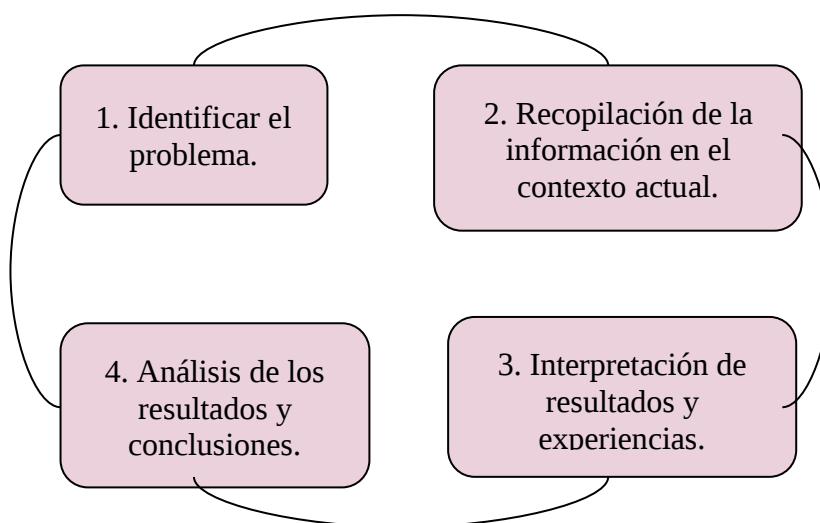
### **Enfoque y paradigma**

Esta investigación está fundamentada en un enfoque cualitativo ya que se centra en comprender y explorar fenómenos desde una perspectiva holística y privilegia el análisis profundo y reflexivo el cual se basa en las respuestas, vivencias, experiencias y los distintos contextos sociales de los participantes, para concluir una hipótesis o dar respuesta a una pregunta de investigación, el paradigma que se tendrá en cuenta será el interpretativo, ya que este se centra en la comprensión y las interpretaciones que las mujeres atribuyen a su experiencia con la obesidad, se busca comprender cómo perciben, viven y enfrentan el sobrepeso y la obesidad en sus vidas cotidianas, así como las implicaciones emocionales, sociales y culturales asociadas.

### **Diseño**

El diseño de esta investigación es fenomenológico empírico, debido a que el proyecto se fundamenta en describir las experiencias de las personas en torno a la obesidad y el sobrepeso, lo cual nos permite explorar y comprender las vivencias de estas personas centrándonos en su experiencia tal como la perciben.

### *Ruta metodológica*



### **Recolección de la información**

Para la recolección de la información se realizó un guion de entrevista (Anexo A). La información fue registrada en una grabadora, para posteriormente realizar la transcripción y lograr un análisis por categorías, de acuerdo con la percepción de las mujeres.

### **Sistematización de la información**

Por medio de una matriz (Ilustración No 1), se registraron los datos de todas las mujeres teniendo en cuenta los siguientes datos y categorías: edad, ocupación, zona, estado civil, nivel socioeconómico, antecedentes y con quien vive. Con relación a las categorías, en la matriz se agrupó la información de la siguiente manera:

- Categoría No 1: preguntas dirigidas a la percepción de sí mismo
- Categoría No 2: preguntas relacionadas con su núcleo familiar
- Categoría No 3: preguntas relacionadas con el entorno social y laboral
- Categoría No 4: percepciones finales

**Ilustración No 1.** Matriz de recolección de la información.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| SUJETO: Sanchez #1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                      | Edad: 22 años                                                                                                                             | Ocupación u oficio:                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      | Vive en zonal urbana o rural: Zona urbana                                                                                                 | Con quién vive actualmente: Vivo con mi familia, con mis tíos y mi prima.                                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      | Nivel educativo: Abogada de profesion                                                                                                     | Estado civil: Soltera                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Antecedentes:                                                                                                                                                                                                                                        | Nivel socioeconómico: Clase media baja                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                             |
| Categoría principal 1: Preguntas dirigidas hacia la percepción de sí mismo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                             |
| Subcategoría 1. Sobre el diagnóstico                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Subcategoría 2. Concepto                                                                                                                                                                                                                             | Subcategoría 3. Emociones: sorpresa, asco, miedo, alegría, tristeza, ira                                                                  | Subcategoría 4. Factor gatillante                                                                                                                                                                                                           |
| Sí, correcto durante la pandemia, Tuve una subida impresionante de peso. Y pues fui al médico el nutricionista y efectivamente, pues ya estaba en ese rango, la razon que me llevo a consultar fue mi estado de ánimo, mental, fisico me sentia ya muy pesada. Sentia que me dolian las rodillas. Me sentia que estaba, no sé muy cansada. Me daba mucha sed. Entonces dije, es mejor descartar cualquier cosa | El sobrepeso y la obesidad son una de las enfermedades más comunes, desafortunadamente que se presentan son en la mayoría de los casos prácticamente incontrolables. Y pues nunca te das cuenta que llegas a este nivel hasta que te sientes muy mal | Entre en una crisis, una depresión muy fuerte, donde no quería ni siquiera salir, no quería que me vieran. Me escondía bajo capas de ropa | Fueron muchos factores, como lo repito, el 2020 una época de pandemia, una época de encerramiento lo único que hacía era comer y dormir aparte estaba planificando y los cambios hormonales. Pues no ayudaban con mi ansiedad, fue por eso. |
| Subcategoría 5. Estar en su cuerpo es: Incómodo, cómodo, inquietante, tranquilo, dolor, alivio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Subcategoría 6. Relación con tu cuerpo es: amorosa, tranquila, de cuidado, indiferente, molesta, con                                                                                                                                                 | Subcategoría 7. Relación con el deporte o actividad física                                                                                | Subcategoría 8. Relación el sueño                                                                                                                                                                                                           |

|                        |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Categorías Principales | Pues una fecha en específico no podría decir que durante el año 2020, pero fue a raíz de que no me empezaba a quedar la ropa ahí me di cuenta. | El hecho de salir de la casa, darle una vuelta a los perros, salir a charlar con una amiga, salir, dar una vuelta. El hecho que impliqué movilidad y sociabilidad dos en uno.                                                                                              | ocasionalmente en el trabajo en el que me encuentro, pues es un trabajo que me obliga a desplazarme. Entonces tengo que estar caminando constantemente caminé más de una hora al día eso al menos si ayuda. Pero un ejercicio en este momento práctico, no, no estoy desarrollando.                                                                                         | La calidad del sueño, pues obviamente mejoró muchísimo porque yo antes no dormía. Me despertaba el hambre, los ataques de ansiedad de comer en las madrugadas principalmente, entonces pues obviamente el ya no estar pensando en eso, pues ya podía descansar mejor, si me trasnocho, ya es por otras cosas por el trabajo, etcétera, etcétera. |
|                        | Subcategoría 9. Sobre su estado de salud                                                                                                       | No, afortunadamente, nunca ha pasado eso también me hice unos chequeos y unos controles para descartar eso, ya que en la familia se presentaban, eh, antecedentes de de todas las mencionadas, nunca te han diagnosticado nada. No, nunca, gracias a Dios con mucha salud. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | Categoría principal 2. Preguntas relacionadas con su núcleo familiar                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | Subcategoría 1. Antecedentes familiares de exceso de peso                                                                                      | Subcategoría 2. Opinión familiar-conflictos familiares                                                                                                                                                                                                                     | Subcategoría 3. Conflictos de pareja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | sí. En cuestión de sobrepeso, yo creo que todos en la familia a excepción de mis primos. Pues tienen esta condición.                           | Pues es una cuestión difícil difícil porque se menciona el tema. Vamos a hacer un cambio de alimentación, una cosa u otra duramos dos o tres días comiendo bien, y luego volvemos a los malos hábitos                                                                      | Claro. Porque somos seres muy visuales. Y pues la mayoría de las personas entran por los ojos. Entonces, eh, digamos yo soy una mujer que soy grande, soy alta. Entonces soy una persona que de pronto intimidaría a hombres más pequeños o bajos. Y pues eso limita también la calidad o la cantidad de personas con las que yo me pudiera relacionarme pues debido a eso. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | Categoría principal 3. Preguntas relacionadas con el entorno social y laboral                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | Subcategoría 1. Conflictos en la vida laboral                                                                                                  | Subcategoría 2. Relaciones interpersonales                                                                                                                                                                                                                                 | Subcategoría 3. Entornos conflictivos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | Entonces tengo que relacionarme con demasiadas personas y hay personas que se refieren a mí de manera despectiva y otras de manera pues, más tranquila, como pues, ciertos comentarios o como que te digan, eh, gordita linda o algo así. O sea, es despectivo, pero tampoco muchas veces con carácter burlante.                                                                                                                                                                                                                                                                                      | veces, porque es tipo, no sé, vamos a tomar un taxi y me miran de arriba abajo. Me dicen usted váyase adelante.<br><br>Sí. Como para que los demás quepan bien atrás, como ese tipo de circunstancias que si se han presentado.                                                                                                                                                     | nos culpo porque era niños, niños tontos e ingenuos que de pronto no sabían que se podía herir a una persona, pero tampoco era un tema muy frustrante en mi vida. No puedo decir que sufrí de bullying por eso, porque, no, nunca pasó |                                                                                                                                                                                                                  |
|                       | Categoría principal 4. Percepciones finales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                  |
|                       | Subcategoría 1. Mi cuerpo mi responsabilidad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Subcategoría 2. Ofensa por la denominación Gorda                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Subcategoría 3. Percepción de belleza                                                                                                                                                                                                  | Subcategoría 4. Opinión sobre Gordofobia                                                                                                                                                                         |
|                       | Totalmente cierta, totalmente cierta hasta cierto límite, porque hay cosas que no podemos controlar en este caso de la obesidad del sobrepeso, en la mayoría de los casos se puede tanto prevenir como, como bueno, estar en mejor estado de condición física y mental. Pero pues, hay otras enfermedades o cosas, por ejemplo en mi caso, que fue debido también a las hormonas que eso es algo que no se controla. Eso es una cosa muy, muy complicada. Sí, no es como el hecho de la voluntad o de querer nada más, sino que ya en mi cuerpo hay ciertos químicos y factores que me están diciendo | Sí, debido a que han sido muy despectivos conmigo pero depende también quién lo diga. Y la manera en cómo se dice, no es lo mismo que te digan huy gorda. A que te digan gordita, ¿cómo estás? Es muy diferente Entonces también depende de la persona. Si es una persona que no le has dado confianza y ya está haciendo esos comentarios despectivos, es totalmente de mal gusto. | Demasiado. Eh, tengo más carácter, tengo más confianza en mí misma. Y eso se ha reflejado y me gusta cuidar más de mí, de mi apariencia y de mí, a la final con quién tengo que estar toda la vida es conmigo.                         | Pues, como ya lo mencioné antes, el sector público es relacionarse con absolutamente toda clase de personas. Así que sí, así no quisiese. Pues se presenta una que otras circunstancias es también tener manejo. |
| Categorías emergentes | Categoría Emergente 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                  |
|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                  |

Fuente: propia

## **Diseño de instrumento**

En el diseño de instrumento se escogió como técnica la entrevista guiada de tipo estructurada como elemento base para el desarrollo de este estudio cualitativo. Cada pregunta fue diseñada con el objetivo de lograr con la información la identificación de factores sociales, familiares e individuales que influyen en la vida de las mujeres con obesidad.

## **Población y muestra**

Esta investigación contó con una población de mujeres colombianas las cuales estuvieron o actualmente se encuentran bajo la condición de sobrepeso u obesidad, se obtuvo una muestra de 30 personas todas de sexo femenino de edades entre los 18 a los 67 años, esta muestra se seleccionó por conveniencia.

### **Criterios de inclusión:**

- Mujeres con obesidad
- Mujeres que manifestaran participar voluntariamente
- Mujeres mayores de edad

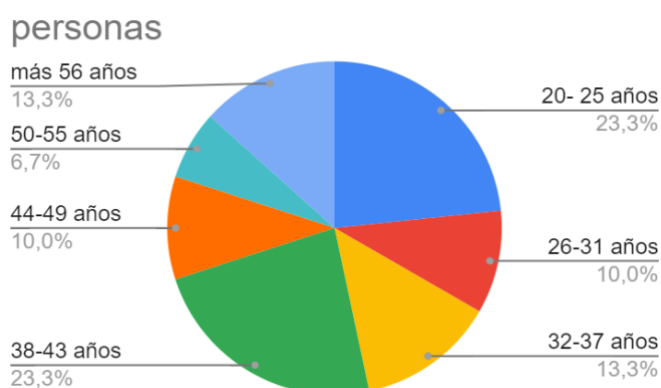
### **Criterios de exclusión:**

- Mujeres con alguna condición que impida responder la entrevista
- Mujeres en condición de discapacidad auditiva y verbal
- Mujeres incapaces de poder tomar una decisión de forma individual

## 10. RESULTADOS

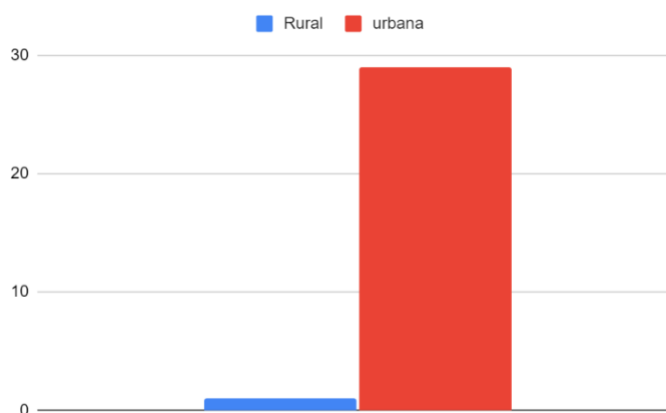
Es importante recalcar que se tuvo una muestra de 30 mujeres que sufren de sobrepeso u obesidad, en donde cada una fue entrevistada con un cuestionario el cual consta de 4 módulos, así mismo se realizó una caracterización de la población trabajada.

**Grafica No1- Edades.**

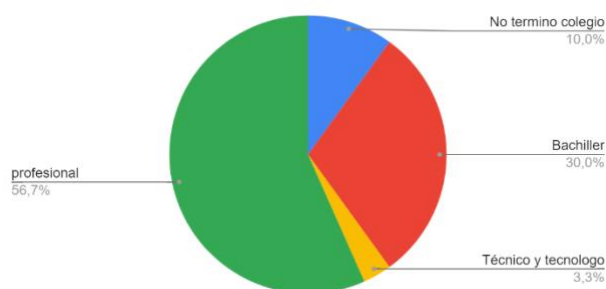


**Edades:** En la gráfica No1 se puede evidenciar que el mayor numero de personas entrevistadas oscilan entre las edades 20-25 años y 38-43 años con un porcentaje del 23,3%.

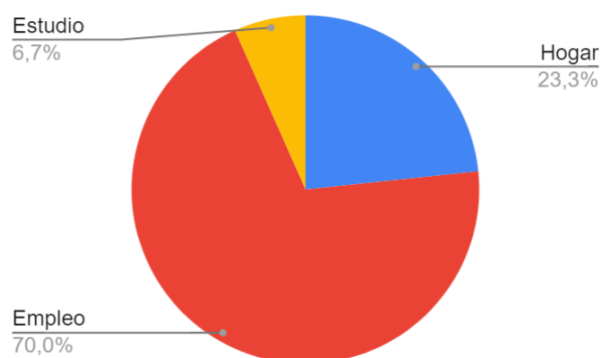
**Grafica No 2 – vivienda.**



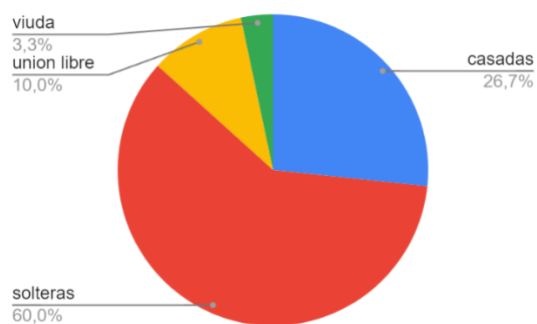
**Vivienda:** Se puede observar que la población entrevistada vive en una zona urbana, y solo el 1 % vive en zona rula.

**Grafica N 3 - Nivel educativo.**

**Nivel educativo:** El nivel educativo del 56 % de la población cuenta con estudios de alto nivel, ya sean graduadas de la carrera profesional o cursándola, también es importante recalcar que la otra mitad de la población entrevistada tiene un nivel educativo básico y bajo.

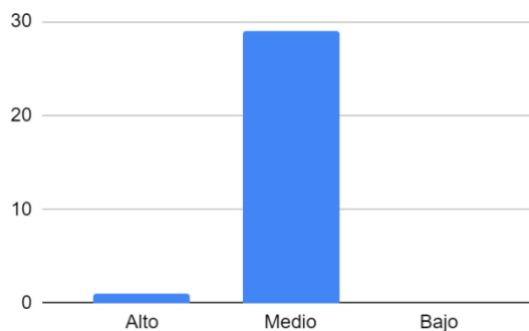
**Grafica 4 - Ocupación / oficio:**

**Ocupación / oficio:** En la grafica anterior se puede evidenciar que la mayoría de las mujeres entrevistadas cuentan con un empleo, por lo tanto se puede inferir que tiene una entrada económica estable, un 23% se dedican al hogar y el 6,7% están cursando su carrera profesional.

**Grafica 5 - Estado civil**

**Estado civil:** Se presenta en un mayor porcentaje 60% las mujeres que actualmente están solteras, por otro lado, el 26,7% están casadas, el 10% está en unión libre y solo una mujer es viuda.

**Grafica N 5 - Nivel socioeconómico**



**Nivel socioeconómico:** Del 100% de las mujeres entrevistadas solo una persona presenta un nivel socioeconómico alto, dando a entender que es de estrato 4 y la mayoría de la población es de nivel socioeconómico medio por lo cual el estrato oscila entre 2 y 3.

### **Categoría principal 1: Preguntas dirigidas hacia la percepción de sí mismo**

Para la categoría uno que son preguntas más dirigidas hacia la percepción que tenían de sí mismas, la gran mayoría contaban con un diagnóstico de un profesional de la salud acerca de su estado, ya sea obesidad o sobrepeso, y coinciden en el concepto de este, en el cual creen que el estar en esta condición se debe al tener un exceso de grasa en la zona abdominal y en la mayor parte del cuerpo, en relación a la talla y a la composición de cada una de ellas. Muchas asocian como factor gatillante, la mala calidad y cantidad del sueño, factores hormonales, sedentarismo y malos hábitos alimenticios como las principales causas de su condición, cabe resaltar que según muchas de las encuestadas con un rango mayor de edad en responden que el factor gatillante que dio lugar al aumento de peso fue durante el proceso de post parto, ya que no se tuvo un cuidado adecuado. Por otra parte, es importante destacar los antecedentes que tenían algunas de las

entrevistadas, donde presentaban casos de ovario poliquístico, problemas de tiroides, hipotiroidismo y diabetes lo cual dio lugar a facilitar el aumento de peso en estas mujeres.

Es importante mencionar que muchas de ellas comentaron que tenían una mala e inadecuada calidad y cantidad del sueño ya que no logran descansar el tiempo suficiente, varias personas comentaron que por su condición tienden a sudar mucho tener insomnio y no poder dormir, adicional a ello, algunas mujeres señalaban que estaban medicadas para poder tener un buen descanso.

En cuanto a la actividad física manifiestan, que en su gran mayoría realizan algún tipo de actividad física, actividad recreativa o deportiva con el fin de mejorar su condición y estado físico, generando en ellas un buen estado anímico, aunque más allá de eso, al terminar dicha actividad, se sentían con más energía; de igual manera se encontró que algunas de las mujeres entrevistadas realizan poca actividad física debido al poco tiempo disponible a causa de sus trabajos, algunas comentaban ser completamente sedentarias y estar alrededor de nueve horas diarias sentadas al frente de una pantalla debido a sus actividades laborales, algunas desarrollan actividades propias del hogar, lo que les dejaba poco tiempo para realizar actividad física, este fenómeno fue más común en mujeres que viven solas.

## **Categoría principal 2: Preguntas relacionadas con su núcleo familiar**

Las mujeres manifestaron que tenían familiares con sobrepeso, en su gran mayoría padres, hermanos y primos, por esto podemos inferir que el sobrepeso y obesidad en muchos de los casos pueden ir ligados a factores genéticos. En la gran mayoría de casos las entrevistadas manifestaron recibir un apoyo principalmente por parte de sus familias, en la búsqueda de médicos profesionales

y en el aspecto psicológico, generando conciencia sobre la importancia de buenos hábitos alimenticios, la realización de ejercicio y los problemas de salud que esto conlleva, ya que para muchas familias la obesidad y el sobrepeso es una enfermedad que si no se trata de la manera adecuada puede conllevar a la muerte.

En los conflictos de pareja la gran mayoría de las mujeres manifestaron no tener conflictos, sin embargo, en algunos casos unas mujeres comentaron sentirse incómodas debido a su apariencia física, haciendo referencia a no encajar en los estereotipos, pudiendo llegar a intimidar a ciertos hombres y limitando el poder relacionarse con los mismos, otras mencionaron que era algo más mental poniéndose limitaciones al querer establecer ciertas interrelaciones con otras personas.

### **Categoría principal 3: Preguntas relacionadas con el entorno social y laboral**

En esta categoría resaltaba mucho el entorno en el cual se desenvuelven las entrevistadas, que en su gran mayoría indican que no tenían ningún tipo de problemas en su entorno laboral, unas pocas comentaban que debido al trabajo y al lugar en donde se desenvuelven laboralmente tienden a estar en constante relación con las personas, llegando a tener algunos inconvenientes ya que en algunas oportunidades se refieren a ellas de una manera despectiva y diciendo ciertos comentarios imprudentes e inapropiados, principalmente en actividades extra laborales como caminatas o salidas, debido a la condición y estado físico de estas mujeres, sintiéndose discriminadas o excluidas, ya que se fijan más en la parte física y no tanto en la parte del ser de la persona.

En cuanto a las relaciones interpersonales se evidenció que en su mayoría las mujeres comentan que esto va más ligado a la confianza, en cómo uno se ame, en cómo uno se sienta, en cómo uno se valore, como se acepte uno mismo, esto va a permitir tener la confianza de poderse

relacionar con las demás personas, por otra parte se evidencio mujeres cuyo círculo social es muy pequeño o nulo, estar en lugares públicos las incómoda, no se sienten cómodas compartiendo con personas desconocidas, son poco sociables.

En los entornos conflictivos se encontraron con mayor tendencia los almacenes de ropa, ya que muchas mujeres señalan sentirse discriminadas por el tipo de atención que ofrecen estos lugares, muchas de ellas recalcan algunos comentarios como “no tenemos vestidos de tu talla” lo cual causaba estigmatización hacia este tipo de población, otro entorno en el que también se evidencia discriminación hacia estas mujeres es en el transporte público donde muchas veces son ofendidas llamando las gordas.

#### **Categoría principal 4. Percepciones finales**

La gran mayoría de las mujeres estuvo de acuerdo con la frase “mi cuerpo mi responsabilidad” donde infería que era una frase totalmente cierta, ya que la iniciativa del cuidado corporal es responsabilidad de la persona misma, también manifestaban que esta responsabilidad se debe inculcar desde pequeño para tener una mejor calidad de vida, dado que el cuerpo sufre todas las consecuencias de la alimentación y de los hábitos que uno maneja en su vida cotidiana, algunas mujeres hacían énfasis a que en ciertas ocasiones no era plenamente responsabilidad de ellas debido a que también habían factores, tanto genéticos como hormonales no controlables que las hacían desencadenar en un exceso de peso.

Por otra parte, se evidencio que cada mujer tomaba la palabra gorda según el contexto en el que se encontrara y la persona que lo dijera, ya que, en un entorno familiar, perfectamente puede ser una forma de afecto por parte de sus seres queridos; sin embargo, si lo mencionara una persona

desconocida o con la cual no se tuviera cierta confianza se podría tomar como una ofensa e incluso podría llegar a hacer sentir mal a esa persona.

Las entrevistadas manifestaron que se percibían como personas bellas, se aman y se valoran tal como son, donde no solamente cuenta el apartado físico sino, también, como es el comportamiento de la persona en sí; algunas de las mujeres mencionaron que a pesar de los estándares de belleza que existen en la actualidad donde se debe tener un cuerpo delgado y/o modificado por cirugías, ellas tienden a crear una mayor autoestima para estar mejor consigo mismas, para la gran mayoría la belleza es interna no externa.

Se encontró que la gran mayoría de las mujeres indicaron que la gordofobia ha existido desde siempre, en algún momento de sus vidas lo vivieron debido a que fueron rechazadas por otras personas únicamente por su condición, desde las miradas incómodas hasta las ofensas y la discriminación, otras comentan que nuestra cultura siempre ha tenido esa ideología con pensamientos críticos y destructivos en cualquier entorno, siempre va a haber alguien que va a tener esa indisposición a relacionarse con alguna persona que tenga sobrepeso u obesidad.

## **11. DISCUSION**

La obesidad y el sobrepeso en mujeres es una condición que influye en varios aspectos de la vida de la persona, ya que estos factores varían en entornos familiares, personales y percepción de sí mismo. Es importante tener en cuenta que la percepción sobre la imagen corporal es influenciada mayormente por el entorno familiar, debido a que según sus costumbres,

educación y hábitos, inciden directamente en la calidad de vida y costumbres de estas personas, dando a entender que desde muy temprana edad la persona ha vivido y evidenciado las prácticas que se creen que son correctas o que simplemente no son perjudiciales para su salud. Así mismo, la apreciación de la imagen corporal que actualmente muchas de las mujeres que presentan obesidad o sobrepeso, tiene la percepción de sí mismas como buena y con muy buena autoestima, como se evidencia en los resultados, esto apoya el argumento anteriormente expuesto.

Es importante tener en cuenta la influencia que puede generar el entorno social, servicios de salud y almacenes de ropa, en las mujeres que presentan obesidad o sobrepeso, ya que estas pueden influir de forma positiva o negativa para el desarrollo de esta patología, es necesario fomentar una cultura de aceptación corporal y evitar la estigmatización de las personas con obesidad, ya que esto puede contribuir a problemas de salud mental y dificultades para buscar ayuda. La sociedad en general debe trabajar en conjunto para crear entornos saludables y apoyar a las mujeres en la adopción de un estilo de vida saludable. Según Lopez Gusman (2014) la estigmatización y la discriminación afectan en mayor magnitud a las mujeres que a los hombres en donde estos analizaron los datos de la —National Survey of Midlife Development in the United States - (MIDUS) de 1995 y 1996 en los que se hacía alusión las experiencias discriminatorias personales, encontrando así un porcentaje de discriminación de un 5% para hombres y un 10% para mujeres, así mismo este hecho tiene como consecuencia que las mujeres con obesidad padecen de mayor discriminación por parte de familiares, y agentes externos que intervienen y afectan sus acciones o actividades personales en su vida privada que las que no son obesas. Desde este punto de vista, existe una evidencia considerable de que las mujeres están bajo una fuerte presión social con respecto a su peso. Teniendo en cuenta lo anterior se apoya la investigación ya que algunas participantes sufren de gordofobia en sus ámbitos laborales o en sus

relaciones interpersonales. Ahora bien, es importante generar conciencia en las mujeres que presentan esta patología y así mismo que estas reconozcan que tienen sobrepeso o que presentan obesidad, esto con el fin de poder buscar una solución para esta condición y para una buena calidad de vida.

## **12. CONCLUSIONES, APORTES Y RECOMENDACIONES**

- Se evidencia que la obesidad y el sobrepeso es un factor negativo que afecta no solamente la salud de muchas mujeres, sino que también afecta aspectos psicológicos, sociales,
- Se encontró una relación entre la mala calidad y cantidad del sueño afectando directamente el estado anímico de las mujeres donde indican tener mucho cansancio físico y depresión
- Después de realizar el estudio se concluyó que la obesidad es un factor que afecta no solamente la salud de muchas mujeres sino que también afecta las relaciones interpersonales.
- Las mujeres son una población muy estigmatizada, pues se logró demostrar que al existir la gordofobia se ha generado un problema social.
- El entorno donde se presenta mayor discriminación por parte de la sociedad hacia estas mujeres es en los almacenes de ropa.

- Se recomienda generar espacios de actividad física que busquen el beneficio y apoyo a mujeres que se encuentren con sobrepeso, donde sea un espacio que sea de disfrute, donde genere adherencia en esta población.
- Es importante tener en cuenta que la percepción de las entrevistadas permitió comprender de mejor manera las diferentes situaciones que desencadenaron el sobrepeso y obesidad en esta población.
- Se evidencio que hay factores no controlables como los genéticos, hormonales y distintas enfermedades como ovario poliquístico, hipotiroidismo y diabetes las cuales afectan directamente el estado de peso en estas mujeres.
- Se recomienda realizar estudios donde se evalúen el estado físico de la mujer en un pre y post parto de manera que se entienda mejor como el sobrepeso puede intervenir en esta población

### 13. REFERENCIAS

- Álvarez, C., Nisado, S., Nazar, D., & Mondragon, R. (2015). Percepciones de adultos con sobrepeso y obesidad y su influencia en el control de peso en San Cristóbal de Las Casas, Chiapas. *Estudios Sociales*, 24, 380-409. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/417/41744003014/html/>
- Briceño, G. (7 de Junio de 2021). Importancia de la percepción en el aprendizaje: concepto, etapas, tipos y componentes. Recuperado de <https://www.aucal.edu/blog/servicios-sociales-comunidad/importancia-de-la-percepcion-en-el-aprendizaje-concepto-etapas-tipos-y-componentes/>
- Centro de Investigaciones Facultad de Psicología (2000). *Corpus Trabajo de Grado*. Bogotá, USTA.
- Espejo, E. Encuentro Intersemestral de Docentes Directores de Trabajos de Grado. Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, USTA, Julio 5 a 28 de 2005
- Esquivel Solís, Viviana. (2004). Factores asociados a la obesidad en mujeres en edad fértil. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 13 (25), 42-47. Recuperado el 18 de mayo de 2023, de [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-14292004000200005&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292004000200005&lng=en&tlng=es).
- Izquierdo, O., Gil, S., & Chimas, A. (2016). Índice de masa corporal y percepción de mujeres mayas obesas de Quintana Roo, México. 14, 58-82. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/446/44646470004/html/>

- Mantilla, W. (2002) Protocolo de Proyectos de Investigación. Documento de Trabajo UIP, Bogotá, USTA
- Martinic, Sergio. (1996) Evaluación de Proyectos. México.
- Mayo Clinic. (11 de Noviembre de 2021). Recuperado de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/obesity/symptoms-causes/syc-20375742>
- Ministerio de salud y proteccion social. (4 de Marzo de 2021). Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Obesidad-un-factor-de-riesgo-en-el-covid-19.aspx#:~:text=La%20obesidad%20abdominal%20en%20mujeres,del%20pa%C3%ADs%22%2C%20defini%C3%B3%20Cadena>
- Ocampo, B., & Perez, M. (2010). Creencias y percepciones de las personas obesas acerca de la obesidad. 325-331.
- Organizacion Mundial de la Salud. (9 de Junio de 2009). Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organizacion panamericana de la salud. (s.f.). Recuperado de <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
- Ramirez, V., Bustamante, M., & Sarmiento, C. (2001). Guia de atencion de la obesidad. Colombia.
- Sánchez-Carracedo, D. (2022). El estigma de la obesidad y su impacto en la salud: una revisión narrativa. *Endocrinología, Diabetes y Nutrición*, 69(10), 868-877. <https://doi.org/10.1016/j.endinu.2021.12.002>
- Tamayo, M. (1999) El Proyecto de Investigación. Bogotá, ICFES
- Tarraga, P. L., Madrona-Marcos, F., Panisello-Royo, J., Carbayo-Herencia, J. A., Rosich, N., Tarraga-Marcos, L., Castell, E., & J, A. (2020). Evaluación de un programa de intervención motivacional de actividad física en el tratamiento de la obesidad y el sobrepeso. *Hipertensión y Riesgo Vascular*. <https://doi.org/10.1016/j.hipert.2019.05.003>

.

.

## 14. ANEXOS

### Anexo A. Entrevista guiada

El Grupo de investigación GICAEDS de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás, se encuentra adelantando una investigación relacionada con la percepción de las mujeres de la obesidad y el sobrepeso, para reconocer la opinión que tienen de esta condición y su relación con el entorno personal, familiar y social.

Con este estudio se espera compartir las experiencias de vida de las participantes a través de una narrativa con el fin de ayudar a otras personas a comprender cómo afrontar distintas situaciones de interacción con el contexto manteniendo una actitud empática, e identificando los factores de riesgo que desencadenaron el incremento de peso, entre otros.

Agradecemos su valiosa colaboración en este importante proyecto, el cual mantendrá en absoluta reserva su identidad.

Caracterización de la población

|             |  |
|-------------|--|
| <b>Edad</b> |  |
|-------------|--|

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| Ocupación u oficio                |  |
| Nivel educativo                   |  |
| Estado civil                      |  |
| Nivel socioeconómico              |  |
| Vive en zona rural o urbana       |  |
| ¿Con quién vive en la actualidad? |  |

### Módulo 1. Preguntas dirigidas hacia la percepción de sí mismo

|                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ¿Usted ha sido diagnosticada con sobrepeso u obesidad por un profesional de la salud?<br>¿Cuándo lo hizo? ¿Qué razón la llevó a consultar? |
| ¿Qué entiende usted por sobrepeso u obesidad?                                                                                              |
| ¿Usted considera que se encuentra con sobrepeso u obesidad?                                                                                |
| ¿Recuerda cuándo se comenzó a sentir obeso? ¿Puede contarnos su experiencia?                                                               |
| ¿Qué cree usted que desencadenó el incremento de peso?                                                                                     |
| ¿Siente que su estado de ánimo se afecta debido a su sobrepeso u obesidad?                                                                 |
| Para usted ¿Qué significa comer?                                                                                                           |
| ¿Realiza algún tipo de deporte, actividad física o actividad recreativa? ¿Cómo se siente al realizarla?                                    |
| ¿Cómo percibe que es su cantidad y calidad del sueño?                                                                                      |
| ¿Cuáles son las estrategias que ha adoptado para mantenerse saludable?                                                                     |

Le han diagnosticado alguna de estas enfermedades: hipertensión arterial, cáncer, diabetes mellitus, enfermedad articular, enfermedad cardiovascular, apnea del sueño, ovario poliquístico, hipotiroidismo, entre otras.

## Módulo 2. Preguntas relacionadas con su núcleo familiar

|                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ¿Alguna persona de su núcleo familiar presenta sobrepeso u obesidad?                                          |
| ¿Cuál es la opinión de su familia frente al sobrepeso u obesidad?                                             |
| ¿Considera que su exceso de peso ha sido un impedimento para encontrar pareja?                                |
| ¿Su condición de sobrepeso u obesidad la ha llevado a tener problemas en su relación de pareja? (si la tiene) |
| ¿Cuál es el papel de su familia frente a su condición de obesidad?                                            |

## Módulo 3. Preguntas relacionadas con el entorno social

|                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ¿Cuál ha sido su experiencia en el contexto laboral partiendo de su condición de exceso de peso?                                                                                                                                                          |
| ¿Cuál ha sido su experiencia con las relaciones interpersonales partiendo de su condición de exceso de peso?                                                                                                                                              |
| <p>Ha sido estigmatizado en alguno de los siguientes entornos: Cuéntenos su experiencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colegio o universidad</li> <li>- Transporte público</li> <li>- Restaurantes</li> <li>- Almacenes de ropa</li> </ul> |

- |                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gimnasio o club deportivo</li> <li>- Discotecas o bares</li> <li>- Otros</li> </ul> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Conclusión:

|                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------|
| ¿Qué opina sobre la frase “Mi cuerpo mi responsabilidad”?                |
| ¿Percibe como ofensiva la palabra “Gorda”?                               |
| ¿Usted se percibe como una persona bella?                                |
| ¿Cree que en el entorno en el que se desenvuelve existe la “gordofobia”? |

## **Anexo B. Consentimiento Informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo \_\_\_\_\_ identificada con cédula de ciudadanía \_\_\_\_\_ mediante el presente documento, de forma libre y voluntaria, manifiesto a los investigadores pertenecientes al Grupo de Investigación GICAEDS de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás, que es mi deseo responder a la ENCUESTA GUIADA sobre OBESIDAD Y MUJER: RETOS DEL SIGLO XXI, razón por la cual, declaro que:

1. He sido informada sobre el objetivo de la encuesta y el tratamiento de la información allí compilada.
2. He sido informada sobre los productos de investigación que serán realizados con base en los datos obtenidos de la encuesta.
3. Puedo retractarme de compartir mi información en cualquier momento de la realización de la encuesta o posterior a ella.

4. Autorizo la publicación parcial o total de los datos de la encuesta con fines académicos.

Acepto: Si \_ No \_

Nombre:

Cédula de ciudadanía

Firma:

Nombre del investigador

Cédula de ciudadanía

Firma: