

Estado emocional en relación con el estado nutricional, en adolescentes, en una unidad de 1er nivel de atención

Karina Jael Juárez Muñoz¹, Eduardo Vázquez Cruz², Jorge Hassan Lara Piedra¹, Angeles Ivonne Paredes Lima¹, Enrique Sánchez Cedeño²

¹ Instituto Mexicano del Seguro Social, U.M.F. No. 6, Puebla, México.

² Instituto Mexicano del Seguro Social, U.M.F. No. 1, Puebla, México.

Resumen

Antecedentes: México ha alcanzado el primer lugar en obesidad infantojuvenil, con repercusiones negativas en la calidad de vida y gasto sanitario. **Objetivo:** Evaluar la relación que existe entre el estado emocional (depresión, estrés, ansiedad) y el estado nutricional determinando la relación de estas variables y comparando los resultados según el índice de masa corporal (IMC). **Material y métodos:** Estudio transversal, comparativo, con nivel de investigación relacional. Muestra de 156 jóvenes, de 15 a 19 años, en la U.M.F. No. 6, periodo del 1 de febrero 2021 al 31 mayo del 2021. Se recolecto datos sociodemográficos e índice de masa corporal (IMC); estrés, depresión, ansiedad mediante los instrumentos de Beck, Hamilton y EEPI. Base de datos en Excel y análisis de información mediante el programa SPSS V.23, para despejar la hipótesis se utilizó chi cuadrada con una significancia de $p \leq .005$. **Resultados:** Los adolescentes presentan relación entre el sobrepeso y la depresión en un 42%, con una p significativa de 0.62. **Conclusiones:** Los adolescentes encuestados presentaron relación entre depresión y sobrepeso; de manera general pudimos observar que independientemente del estado nutricional se evidencio ansiedad, estrés y depresión, dado que la muestra fue recolectada durante el periodo de pandemia COVID 19.

Abstract

Background: Mexico has reached the first place in childhood and adolescent obesity, with negative repercussions on the quality of life and health spending. **Objective:** To evaluate the relationship between emotional state (depression, stress, anxiety) and nutritional status by determining the relationship of these variables and comparing the results according to body mass index (BMI). **Material and methods:** Cross-sectional, comparative study, with relational research level. Sample of 156 young people, from 15 to 19 years old, at U.M.F. No. 6, period from February 1, 2021 to May 31, 2021. Sociodemographic data and body mass index (BMI) were collected; stress, depression, anxiety using the instruments of Beck, Hamilton and EEPI. Database in Excel and analysis of information using the SPSS V.23 program, to clear the hypothesis chi square was used with a significance of $p \leq .005$. **Results:** Adolescents presented a relationship between overweight and depression in 42%, with a significant p of 0.62. **Conclusions:** The adolescents surveyed presented a relationship between depression and overweight; in general, we were able to observe that regardless of nutritional status, anxiety, stress and depression were evident, given that the sample was collected during the COVID 19 pandemic period.

Palabras clave: ansiedad, estrés, depresión, IMC, adolescentes.

Keywords: stress, anxiety, depression, BMI, adolescents

1. INTRODUCCIÓN

La obesidad en México ha ido incrementando de manera preocupante sobre todo en la población infantojuvenil, a tal grado que ocupa en 1er lugar a nivel nacional de acuerdo con cifras de la OMS, con una incidencia de uno de cada tres adolescentes, y a siete de cada diez adultos. Teniendo una aumentada prevalencia en los diferentes grupos de edad, sobre todo en adultos entre 15 y 29 años.

Múltiples investigaciones indican que el sobrepeso y la obesidad frecuentemente coexiste en conjunto con otras patologías asociadas al estado emocional, como depresión, trastornos de ansiedad y estrés agudo, con un mayor aumento de la psicopatología en jóvenes con un estado nutricional alterado por obesidad crónica

Algunas personas confunden la ansiedad con el hambre y, por tanto, se ha reportado que algunas de ellas al sentirse ansiosas tratan de mitigar esta ansiedad con comida, al ingerir una mayor cantidad de alimentos con mayor número de calorías, lo cual puede llevar a desarrollar obesidad.

Cuando se presenta depresión se suele buscar alimentos que ocasionan picos de serotonina, como aumento del consumo de chocolate, lácteos, sobre todo los quesos, cereales de grano, como pan, por lo que su consumo puede llevar al incremento de peso.

Durante la infancia muchas veces ante situaciones estresantes los padres fomentan el consumo de “premios, sobornos” para que el niño se calme, o se distraiga, lo que a lo largo del tiempo aprende el cerebro.

La obesidad es un problema que puede gatillar diversas enfermedades como, diabetes, hipertensión, dislipidemia, entre otras, por lo que es de gran importancia, detectar que factores están relacionados al mayor consumo de alimentos con alto contenido calórico.

El objetivo de este estudio consistió en medir los niveles de ansiedad, depresión y estrés en relación con su estado nutricional medido por IMC, así como recolectar datos sociodemográficos como sexo, edad, nivel de estudios, estado civil, estado socioeconómico a fin de llevar a cabo una caracterización de los pacientes que presentaran problemas en su estado afectivo emocional. Además, se elaboraron pruebas de asociación mediante la prueba chi cuadrada entre el estado nutricional, y el estado emocional (ansiedad, depresión y estrés).

2. METODOLOGÍA

Es un estudio observacional, relacional, transversal y prospectivo. Muestra de 156 jóvenes, de 15 a 19 años, en la U.M.F. No. 6, periodo del 1 de febrero 2021 al 31 mayo del 2021. Se recolecto datos sociodemográficos e índice de masa corporal (IMC); estrés, depresión, ansiedad mediante los instrumentos de Beck, Hamilton y EEPI. Base de datos en Excel y análisis de información mediante el programa SPSS V.23, para despejar la hipótesis se utilizó chi cuadrada con una significancia de $p \leq 0.05$.

3. RESULTADOS

La muestra estuvo conformada por un mismo grupo de 156 adolescentes 15 a 19 años pertenecientes a una unidad de primer nivel en la ciudad de Puebla, perteneciente al IMSS de ambos turnos, cumpliendo con todos los criterios de inclusión. Obteniendo los siguientes resultados:

Tabla 1. Características sociodemográficas en adolescentes de 15 a 19 años en la U.M.F. No. 6

Variables	n	
Edad, media (DE) años, n, %	16.5(.92)	
Sexo,n,%	Masculino	64(42)
	Femenino	92(58)
Escolaridad n, %	1° preparatoria	26(17)
	2° preparatoria	71(46)
	3° preparatoria	59(37)
Estado socioeconómico, n, %	Alto	5(3)
	Medio alto	64(41)
	Medio bajo	84(54)
	Marginal	1(1)
	Obrero	2(2)

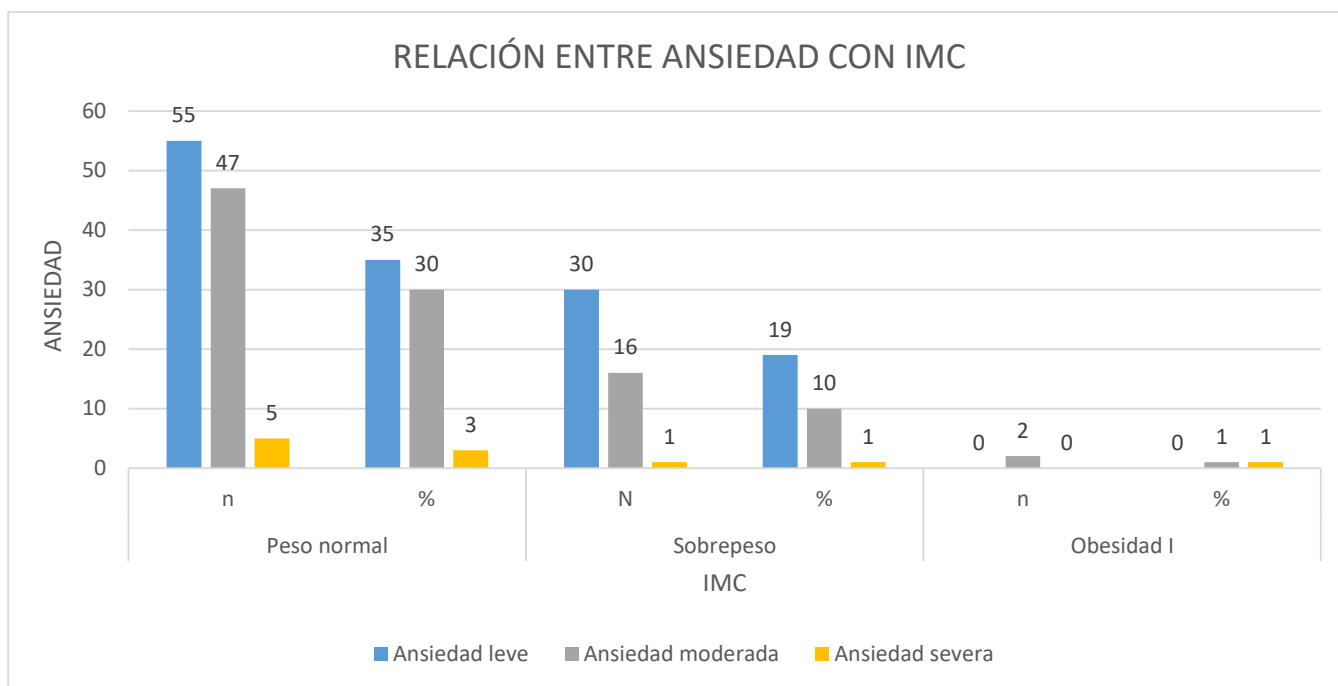


Gráfico 1. Relación entre Ansiedad e IMC

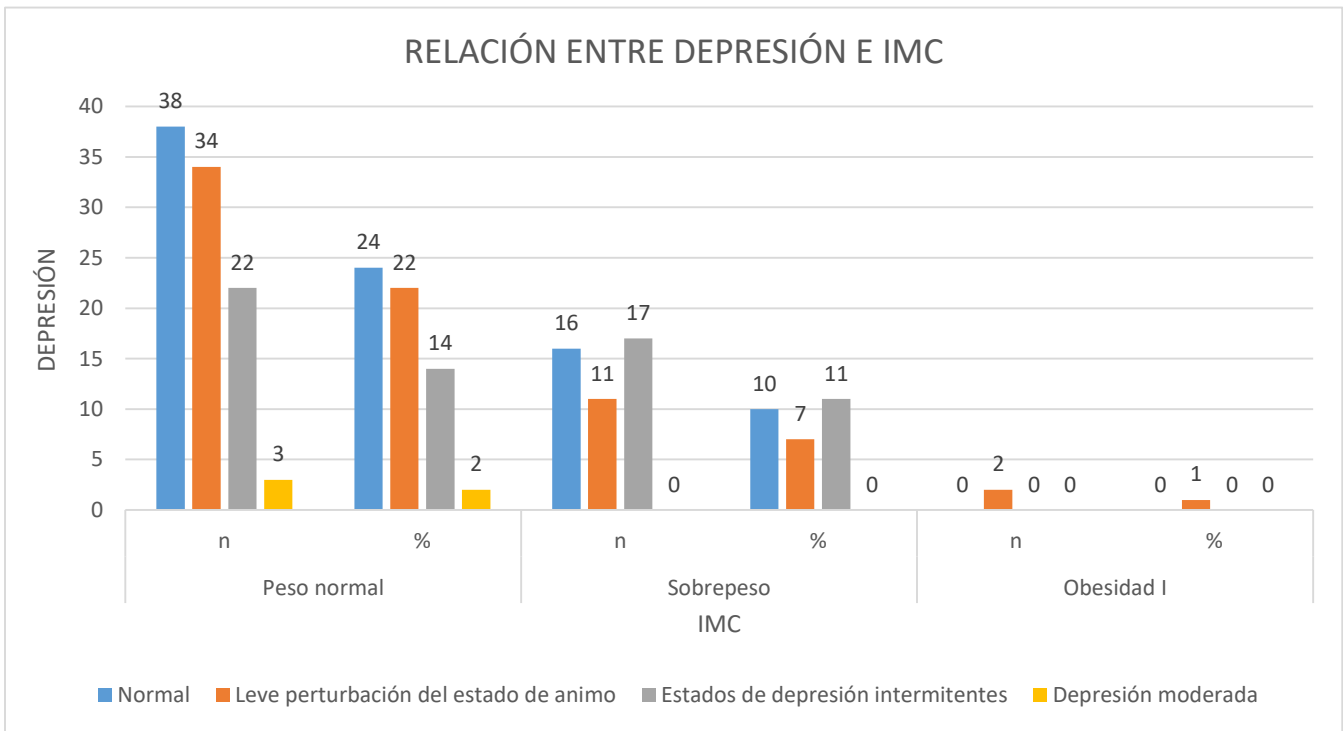


Gráfico 2. Relación entre Depresión e IMC

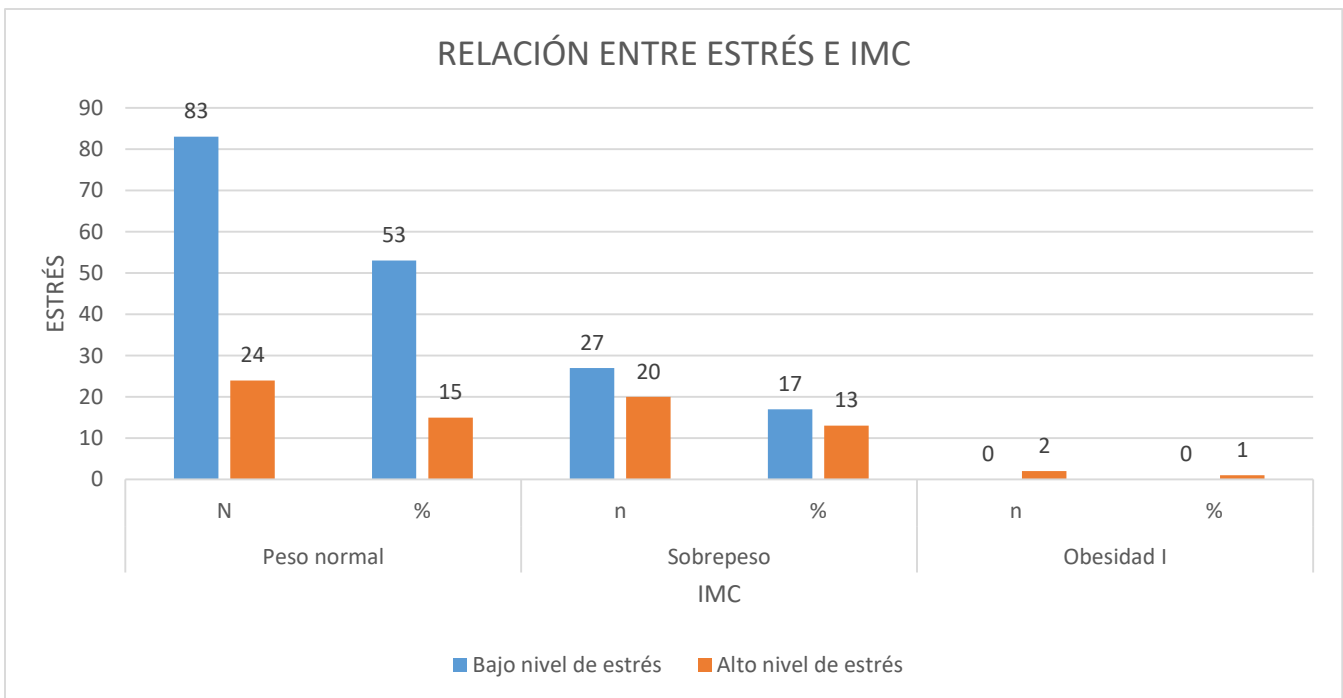


Gráfico 3. relación entre Estrés e IMC

Genero 59% (n=92) mujer, con edad media de 16 años \pm 1, escolaridad el 45.5% (n=71) pertenecía a 2do de preparatoria, estado socioeconómico el 53.8 % (n=84) con estrato medio bajo, IMC el 30.1% (n=47) presentan sobrepeso, el 41.7% (n=65) presentan ansiedad moderada, 32.7% (n=51) presentan estados de depresión intermitentes, el 29% (n=46) alto nivel de estrés. Se encontró relación entre estrés y sobrepeso/ obesidad, con una χ^2 de 11.205 y una p significativa de .004, no se encontró relación entre depresión y sobrepeso ya que se obtuvo una χ^2 de 12.006 y una p no significativa de 0.62, no se logró asociar ansiedad con sobrepeso, valor de χ^2 de 5.078 y p no significativa de 0.279.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El presente trabajo tiene como objetivo establecer el estado emocional en relación con el estado nutricional, en adolescentes, en una unidad de 1er nivel de atención. Lo cual demanda contar con instrumentos estandarizados en esta población, que permita detectar estas patologías para poder intervenir oportunamente. Por ello, El objetivo de determinar las características psicométricas de las Escalas de depresión de Beck (BDI-2), Ansiedad de Hamilton y Estrés (EEP-10) contrastando con el estado nutricional, en adolescentes de 15 a 19 años, en la unidad de medicina familiar No. 6 del estado de Puebla. La muestra estuvo constituida por 156 estudiantes seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia.

Con respecto al sexo Gutiérrez y cols, en su estudio “Asociación entre la ansiedad, sobrepeso y obesidad en la población adscrita a una unidad de medicina familiar en el 2020”, en Tamaulipas, en adolescentes entre 12 y 19 años, encontraron que el 56% eran mujeres y el 44% hombres, una edad promedio de media de edad se situó en 15.9, en este estudio se encontró que el 58%(n=92) eran mujeres y el 58%(n=64) eran hombres, con una edad media de 16.5 años, estos datos son similares con los resultados de este estudio, debido a que la población de estudio pertenece a un centro de primer nivel de atención en Puebla, los dos estudios realizados dentro del país de México.

Por ocupación: Castillo E. y cols, en su estudio llamado “Estilos de afrontamiento, la depresión, la ansiedad, los niveles de autoestima y los niveles de riesgo cardiovascular en el año 2019”, realizado en el centro de La Habana, muestra tomada del Hospital pediátrica de Centro de La Habana, en adolescentes entre 15 y 17 años, encontraron que el 96% es estudiante, 4% no estudia ni trabaja, en este estudio se encontró el 100% (n=156) de estudiantes, resultados similares.

De acuerdo a el nivel de escolaridad en el estudio elaborado por Alarcón y cols llamado “La ansiedad y su relación con la conducta alimentaria en personas con obesidad en Portoviejo”, en el año 2019, en Ecuador, con una muestra de adolescentes entre 13 y 17 años, encontraron que la población estudiada cursaba el 3er año de preparatoria en un 38.9%, 3ro de secundaria en un 32.1%, 1ro de preparatoria en un 14.5%; 2do de preparatoria en un 13.7%, en nuestro estudio encontramos 2do de preparatoria 45.5%, 1ro de preparatoria 16.7%, 3ro de preparatoria 37.8%; los resultados en ambos estudios comentados presentan muy pocas similitudes debido a que en su estudio abarcan dos años menos de edad de la población muestra que es de 13 a 17 años, en este estudio es a partir de los 15 años.

Con respecto al estado civil: en el estudio elaborado por Karina Aguilar y cols, realizado en el 2018, en un estudio llamado “Asociación entre sobrepeso-obesidad y trastornos del estado de ánimo en adolescentes, específicamente depresión, ansiedad, baja autoestima y dismorfia corporal”, realizado en Querétaro, en adolescentes de 12 a 14 años, reportaron que el 100% de la población era soltero, en este estudio se obtuvo que

el estado civil soltero se encontraba en un 100%(n=156) de los adolescentes, estos resultados son similares a lo encontrado en este estudio.

De acuerdo al IMC en el estudio de Leiva L. y cols, realizado en el 2019, en el Salvador, titulado “Ansiedad y depresión en estudiantes de medicina y su relación con el índice de masa corporal”, analítico, transversal, donde utilizaron chi cuadrada, reportaron que el 58.37% se encontraba normal, el 22.97% en sobrepeso, el 13.88 en obesidad, en este estudio se encontró el 68% (n=68) en peso normal, el 31% (n=31) en sobrepeso, el 1% en obesidad (n=2), estos resultados son diferentes quizá por el rango de edad de la población de su estudio ya que fue de 18 a 28 años de edad.

Con respecto a la ansiedad en el estudio de Leiva y cols, ya mencionada se encontró que los estudiantes que presentaron ansiedad tenían peso normal en un 58%, sobrepeso y obesidad 35% y bajo peso en el 7%, en este estudio se encontró que los adolescentes con peso normal el 49% (n=52) presentan ansiedad, con sobrepeso el 36.1% (n=17) presenta ansiedad. Resultados similares en ambos estudios.

En cuanto a la depresión en el estudio de Ocampo y cols, realizado en el 2018, titulado “Asociación entre Índice de Masa Corporal y Depresión en Mujeres Adolescentes”, en Ecuador, en adolescentes mujeres entre 14 y 19 años con sobrepeso se encontró que el 25.5% presentaba depresión, aplicando el inventario de depresión de Beck, en este estudio se encontró que en los adolescentes con sobrepeso el 42% (n=20) presentaban algún grado de depresión, se encontró más elevado el estado de depresión en este estudio, esto recordando que la muestra fue recabada en periodo de confinamiento durante la pandemia de COVID 19.

Con respecto al estrés en el estudio de Renán Vargas, realizado en el 2018, en Perú, titulado “Niveles de Estrés, Depresión Y Ansiedad en relación con estado nutricional a gran altura” en estudiantes universitarios del primer nivel de la facultad de medicina de la UNA, en los pacientes con sobrepeso u obesidad el 25% presentan estrés, en este estudio los adolescentes con sobrepeso en un 42% (n=20) presentaron estrés. Se encontró más elevado en este estudio.

Sin embargo, al comparar los resultados de estudiantes con peso normal y estudiantes con sobrepeso u obesidad, no encontramos diferencia significativa en cuanto a depresión y ansiedad, debemos tener en cuenta que la recolección de la muestra fue tomada en periodo pandemia, en época de encierro, por lo que los estudiantes presentaron independientemente de su estado nutricional estrés, ansiedad y depresión, por lo que consideramos que esta fue una debilidad de nuestro estudio que ocasiono sesgo en los resultados.

Los adolescentes encuestados presentaron relación entre depresión y sobrepeso; de manera general se observó que independientemente del estado nutricional se evidencio ansiedad, estrés y depresión, dado que la muestra fue recolectada durante el periodo de pandemia COVID 19.

REFERENCIAS

- [1] Rivera J, Colchero A, Fuentes M, González T, Aguilar C, et al. La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control, 1a ed. Cuernavaca: Instituto Nacional de Salud Pública, 2018.
- [2] Torres F, Rojas A. Obesity and Public Health in Mexico: Transforming the Hehemonig food suply and demand pattern. Problemas del desarrollo. 2018; 49(193): 145-169.
- [3] Machado K, Gil P, Ramos I, Pérez C. Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo. Arch Pediatr Urug. 2018. 89(1): 16-25
- [4] Shamah LT, Cuevas NL, Gaona PE. Sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en México, actualización de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. salud publica mex. 2018; 60(3): 244-253.

- [5] Rivera J, Colchero A, Fuentes M, González T, Aguilar C, et al. La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control, 1a ed. Cuernavaca: Instituto Nacional de Salud Pública, 2018.
- [6] Ávila H, Gutiérrez SG, Guerra OJ, Ruíz CJ, Martínez AM. Obesidad en adolescentes y criterios para el desarrollo de síndrome metabólico. *Enferm. Univ.* 2018. 15(4): 352-360.
- [7] Ortega ME. Alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil. *Rev Med Hered.* 2018. 29(2): 111-115
- [8] Arbués E, Martínez B, Granada J, Echániz E, Pellicer B, Juárez R, Guerrero S, Sáez M. Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. *Nutr Hosp;* 2019. 36(6):1339-1345
- [9] Meza C. Ansiedad, estrés y obesidad en una muestra de adolescentes de México. *Universitas Psychologica.* 2017; 16(3): 1-15 Sánchez G, Alpírez H, Aguilar M, Cerino J, Ordoñez J. Ansiedad como factor asociado a la obesidad en adolescentes. *Journal Health NPEPS.* 2017; 2(2): 302-314.
- [10] Ocampo J, Guerrero M, Espín L, Guerrero C. & Aguirre R. Asociación entre índice de masa corporal y depresión en mujeres adolescentes de la ciudad de Quito, Ecuador. *Int. J. Morphol.* 2017; 35(4): 1547-1552.
- [11] Borda PM, Santos MA, Martínez GH, Meriño DE, Sánchez AJ, et al. Perception of body image and its relationship to the nutritional and emotional state in schoolchildren 10-13 years of three schools in Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte.* 2018; 32 (3): 472-482.
- [12] Levy T, Cuevas L, Gaona EB, Gómez LM, Morales MC, Hernández M, Rivera- JA. Overweight and obesity in children and adolescents, Halfway National Health and Nutrition Survey update. *Salud Publica Mex.* 2018; 60:1, 244-253.
- [13] Kumanyika S. The sociocultural context for obesity prevention and treatment in children and adolescents, Halfway National Health and Nutrition Survey update. *Salud Publica Mex.* 2018; 60(1): 244-253.
- [14] Hernández CS, Cuevas NL, Morán RM, Méndez GH, Ávila AM, Rivera DJ. Overweight and obesity in Mexican children and adolescents during the last 25 years. *Nutr Diabetes.* 2017. 7(3): 240-247.
- [15] Belloch A. Sandín B, Ramos F. Teorías explicativas de la ansiedad. 2017. 1(4): 93-94.
- [16] Cruzado VJ. Duración insuficiente del sueño como factor asociado a obesidad infantil en niños de 7 A 13 años. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego Facultad De Medicina Humana. 2020
- [17] García RT, Losada PL, Vázquez RI, Díaz RT. Interrelación entre calidad, hábitos de sueño y ajuste escolar en adolescentes de un distrito urbano de Galicia. *Rev Esp Salud Pública.* 2020; 94(20): 1-14
- [18] Garrido M.C. Disminución de las horas de sueño como factor de riesgo para Sobrepeso/Obesidad en estudiantes de medicina de Trujillo-Perú. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego. 2018.
- [19] Chamorro R, Farias R, Peirano P. Circadian rhythms, eating patterns, and sleep: A focus on obesity. *Rev. chil. nutr.* 2018; 45(3): 285-292
- [20] Valdés C, Morales R, Pérez J, Medellín A, Rojas G. Propiedades psicométricas del inventario de depresión de Beck IA para la población chilena. *Revista médica de Chile.* 2017; 145(8), 1005-1012.
- [21] Débora CR, Mola PJ, Correa S. Perceived Stress Scale: Psychometric analysis from CTT and IRT. *Ansiedad y estrés.* 2019; 25(2): 138-147
- [22] León AR. Trastornos del sueño y anormalidades del ciclo circadiano como factores asociados a la obesidad. *Arch Med Fam.* 2018; 20(3):131-137.
- [23] Gay PJV, Jiménez TDE, García GJE, et al. Asociación entre ansiedad, sobrepeso y obesidad en población adulta adscrita a una unidad de medicina familiar. *Aten Fam.* 2020; 27(3): 131-134
- [24] Gutiérrez S, Salazar BM, Ruiz CJ. Depression as a factor associated to obesity in adolescents. *Journal Health NPEPS.* 2019. 4(2):16-27.
- [25] Castillo E, Campos N, Moreno T, Murillo H, Roja Y, & Rivas E. Estilos de afrontamiento, depresión, ansiedad, niveles de autoestima y riesgo cardiovascular en adolescentes obesos. *Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular.* 2019; 25(1): 11-33.
- [26] Urbanetto J, Rocha P, Carvalho R. Stress and overweight/obesity among nursing students. *Rev. Latino-Am. Enfermagem.* 2019; 27(1): 1-9
- [27] Alarcón CB, Joza MF y Macías KE. La ansiedad y su relación con la conducta alimentaria en personas con obesidad. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales.*
- [28] <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/07/ansiedad-conducta-alimentaria.html>
- [29] consultado el 3 de agosto del 2020
- [30] Leiva L, Cisneros M. Ansiedad y depresión en estudiantes de medicina y su relación con el índice de masa corporal. El Salvador: Universidad Dr. José Matías Delgado; 2019.
- [31] Aguilar K, Blanco L, Villarreal E. Asociación de sobrepeso u obesidad con trastornos del estado de ánimo en adolescentes, *Archivos Latinoamericanos De Nutrición.* 2018; 68(4): 321-327.

Correo de autor: drakarijm@outlook.es