FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES.

LA INFLUENCIA DE LOS OCTOGONOS NUTRICIONALES DE LA LEY N° 27.642 EN ADULTOS CON INSATISFACCION CORPORAL EN ARGENTINA.

Estudiante: Lautaro Ibáñez.
Legajo: 27826.
Director/es: Lic. Esteban Torres.

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología.

2024

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN
PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

Desde la fecha [SI]

Dentro de los 6 meses posteriores a su aceptación []

Otro plazo mayor detallar/justificar:

Lugar y fecha: Neuquén, 15/08/2024.

Firma y aclaración del autor:

Lautaro Ibáñez.

INDICE

Resumen..... 5

INTRODUCCIÓN..... 6

Fundamentación..... 7

Variables..... 10

Objetivos..... 11

Hipótesis..... 12

ESTADO DEL ARTE..... 13

MARCO TEÓRICO..... 22

METODOLOGÍA..... 56

Diseño de Estudio..... 56

Muestra..... 56

Instrumentos..... 56

Procedimiento..... 57

RESULTADOS..... 58

DISCUSIÓN..... 63

APORTES Y CONTRIBUCIONES DE LA INVESTIGACIÓN..... 67

LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN..... 68

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN FUTURAS..... 69

PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN..... 69

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS..... 71

ANEXOS..... 74

AGRADECIMIENTOS

En principio, le dedico este trabajo a mis padres, Luis Ibáñez y Norma Pasero, gracias por el inmenso esfuerzo y sacrificio que hicieron durante todos estos años gracias por todas las enseñanzas que me han convertido en quien soy, gracias por inculcarme desde chico la importancia del estudio y del propio mérito, gracias por confiar ciegamente en mí y por darme la oportunidad de estudiar esta hermosa carrera.

También es de agradecerle a los Lic. Esteban Torres, Selva Estrella y Laura Azcona, quienes me han contagiado en parte su vocación y se han convertido en mis ejemplos a seguir dentro de esta profesión, los admiro muchísimo y espero seguir aprendido de ustedes.

Agradecerles de todo corazón a Ana Laura Rodríguez y Miguel Ángel Carretero, ustedes son gran parte de todo esto, no me alcanzara la vida para agradecerles ni para devolver todo lo que hicieron por mí, son mi ejemplo de lucha y persistencia.

Por último, gracias a Silvio Truco, gracias por tu amor incondicional, te llevo conmigo hoy y siempre.

LA INFLUENCIA DE LOS OCTOGONOS NUTRICIONALES DE LA LEY 27.642 EN ADULTOS CON INSATISFACCION CORPORAL EN ARGENTINA.

Resumen

El presente trabajo tuvo como objetivo evaluar y determinar la relación entre la insatisfacción corporal y la influencia de las advertencias nutricionales características de la Ley de Promoción de Alimentación Saludable, mejor conocida como “Ley de Etiquetado Frontal”, en adultos de Argentina. La realización de dicha investigación puede contribuir al desarrollo o refinamiento de modelos teóricos que explican el comportamiento alimentario, como la restricción alimentaria o la categorización de alimentos como “prohibidos”, en contextos específicos, particularmente en relación con la percepción corporal y el impacto de intervenciones públicas como los sellos de advertencia nutricional.

Este trabajo cuenta con un diseño no experimental, de enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 215 adultos entre 18 y 81 años provenientes de diferentes provincias de Argentina.

Los 3 instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron: Un breve cuestionario sobre datos sociodemográficos, con el Cuestionario de Imagen Corporal “BSQ” diseñado por Cooper et al. (1987), y, un cuestionario diseñado por el investigador titulado “Influencia del Etiquetado Frontal”.

Los datos recolectados permiten observar una fuerte y directa relación entre la insatisfacción corporal y el impacto que los octógonos nutricionales tienen sobre las personas.

Palabras clave: *Insatisfacción corporal, Ley N° 27.642, octógonos nutricionales, Comportamiento alimentario, Restricción alimentaria.*

INTRODUCCIÓN

Planteamiento del Problema

En la era contemporánea la conciencia sobre la importancia de la salud y el bienestar ha adquirido una relevancia sin precedentes. En este contexto, la alimentación juega un papel crucial en la configuración de hábitos de vida saludables, y la información que recibimos sobre los productos alimenticios se convierte en un factor determinante. En este sentido, la implementación de la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, popularmente conocida como “Ley De Etiquetado Frontal”, ha marcado un hito significativo en la regulación de la información nutricional en nuestro país.

A medida que la sociedad evoluciona, la presión por alcanzar ciertos estándares estéticos se intensifica, y la relación entre la información nutricional y la percepción corporal puede jugar un papel crucial en la salud mental y física de las personas. El presente estudio busco comprender si las nuevas advertencias nutricionales características de la Ley N° 27.642 contribuyen a modificar percepciones relacionadas con el cuerpo y comportamientos relacionados con las elecciones alimentarias. Principalmente, se enfoca en determinar si su efecto varía dependiendo del grado de insatisfacción corporal experimentado por los individuos.

La insatisfacción corporal, definida como la discrepancia entre la percepción del propio cuerpo y la imagen idealizada, es un fenómeno psicológico con importantes implicaciones para la salud mental y el comportamiento alimentario. Abarca desde la insatisfacción con la imagen corporal hasta trastornos graves como los trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

A partir de la teoría del aprendizaje mediante conductas verbales “Marcos Relacionales” (RFT), se podría hipotetizar que las nuevas advertencias nutricionales, o “octógonos”, podrían tener implicaciones significativas para individuos con altos niveles de insatisfacción corporal. La gran influencia del modelo estético corporal en estas personas ha

producido una serie de aprendizajes relacionales, resultando en una red que otorga una connotación positiva a la delgadez y a la restricción alimentaria. En este contexto, el consumo de determinados alimentos o nutrientes se percibe como una acción que se opone a la obtención de ciertos logros personales.

De esta manera, la presentación visual de los datos que la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable propone podría tener un efecto contrario al deseado en personas con un alto nivel de insatisfacción corporal. En lugar de promover una alimentación saludable, estas advertencias podrían intensificar la obsesión por controlar calorías y nutrientes. Además, podrían reforzar las distorsiones cognitivas ya existentes sobre la comida, interpretando el etiquetado como una validación de sus creencias distorsionadas. Esto podría llevar a una mayor restricción alimentaria y ansiedad relacionada con la alimentación, incrementando la rigidez psicológica de estas personas.

Si bien la Ley de "Etiquetado Frontal" tiene la intención de proporcionar información útil para tomar decisiones alimentarias informadas, será crucial evaluar las potenciales consecuencias para la salud mental y física que los octógonos nutricionales podrían llegar tener en personas con una extrema insatisfacción corporal.

Mediante un análisis exhaustivo de los datos recopilados y la aplicación de metodologías específicas, este trabajo busca contribuir al entendimiento de los efectos de la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable en la salud psicológica y emocional de las personas. Se pretende brindar información valiosa para la formulación de políticas y estrategias que promuevan hábitos alimenticios saludables y una relación positiva con el propio cuerpo.

Fundamentación

En la sociedad actual, caracterizada por el consumo de alimentos ultra procesados, la preocupación por la salud alimentaria y la prevención de enfermedades no transmisibles

han incrementado su importancia. Esto ha llevado a la implementación de la Ley N° 27.642 en Argentina, que busca combatir problemas de salud mediante la implementación de nuevos sellos de advertencia nutricional en los productos que excedan ciertos parámetros críticos para la salud.

Sin embargo, en paralelo a esto, la sociedad contemporánea también presenta otra problemática aparentemente incompatible con la anterior. Esta es la constante presión social que ejerce el modelo estético corporal en la población, al punto de casi prácticamente obligar, mediante una serie de aprendizajes desde temprana edad, a las personas ha asemejarse lo más posible a ciertas figuras corporales, las cuales son aceptadas y consideradas como “atractivas”, siendo estas figuras caracterizadas principalmente por su delgadez.

Esta demanda por parte de la sociedad actual ha producido que cada vez haya más personas que perciben una distancia significativa entre la figura ideal que ha construido y su figura actual, conllevando a que estas mismas se sientan insatisfechas con su propio cuerpo, y que por ende recurran a dietas u otras conductas que tengan como fin la disminución/control del peso, para de esta manera poder acercarse más a esa figura construida como ideal. Sin embargo, estas conductas realizadas por las personas con insatisfacción corporal suelen basarse en prácticas alimentarias desordenadas, restrictivas o excesivas, que terminan afectando negativamente la salud física y mental de estas.

A partir de esta doble conflictiva, entre generar políticas públicas para promocionar una alimentación saludable y la vulnerabilidad de algunas personas de padecer trastornos alimentarios, como es el caso de las personas con un alto grado de insatisfacción corporal, es cómo surge el presente estudio, el cual pretenderá abordar una temática poco, o incluso nunca antes investigada, al menos en nuestro país: el impacto de los sellos nutricionales característicos de la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable en personas con insatisfacción corporal, ya sea debido a la reciente implementación de la Ley N° 27.642

o a una falta de interés en la problemática. Por ende, este trabajo al proporcionar datos empíricos y análisis sobre un área poco explorada podría sentar las bases para futuras investigaciones que podrían seguir expandiendo el conocimiento sobre tal problemática u otras relacionadas.

La relevancia de estudiar el impacto de los sellos de advertencia nutricional en este grupo específico radica en la necesidad de comprender cómo las políticas de salud pública pueden influir en las percepciones y comportamientos alimentarios de personas con vulnerabilidades específicas frente a los mensajes sobre alimentación y nutrición. La hipótesis central sugiere que los sellos de advertencia podrían tener un doble filo: por un lado, promover una elección más informada y saludable de alimentos entre el público general y, por otro, potencialmente exacerbar las preocupaciones relacionadas con la alimentación y el peso en personas con insatisfacción corporal.

Al identificar cómo los sellos de advertencia nutricional afectan a personas con insatisfacción corporal, el estudio ofrece insights valiosos para la creación de políticas alimentarias que consideren las necesidades y particularidades de distintos grupos poblacionales, promoviendo una sociedad más inclusiva y consciente de la diversidad de sus ciudadanos, como así también fomentar elecciones alimentarias saludables y prevenir trastornos relacionados con la alimentación.

Finalmente, esta investigación puede contribuir al desarrollo o refinamiento de modelos teóricos que explican el comportamiento alimentario, como la restricción alimentaria o la categorización de alimentos como “prohibidos”.

DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

Para investigar la influencia de la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable en las personas en función de su grado de insatisfacción corporal, es esencial definir cuidadosamente las variables a considerar:

Variables

Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable: Esta variable sería binaria (presencia o ausencia del rotulado característico de las advertencias nutricionales que impone la ley) y reflejaría si los productos alimenticios analizados están sujetos a la legislación de etiquetado frontal o no.

Insatisfacción Corporal: se refiere a la discrepancia entre la percepción que una persona tiene de su propio cuerpo y su ideal de lo que considera un cuerpo deseable o aceptable. El grado de esta estará definido a partir de un cuestionario diseñado para evaluar dicha variable.

Actitudes alimentarias: hace referencia a los cambios en las actitudes de las personas hacia la comida, la percepción de la comida como un desencadenante de ansiedad, el nivel de restricción alimentaria y la preocupación por el conteo de calorías

Percepción de la información nutricional: El cómo las personas perciben y utilizan la información nutricional proporcionada por el etiquetado frontal. Se analizaría si esta información se traduce en decisiones alimentarias diferentes y si desencadena comportamientos obsesivos.

Nivel de ansiedad: Se tendrá en cuenta como la Ley de etiquetado frontal provoca o no un aumento en la ansiedad relacionada con la comida y la alimentación en personas con insatisfacción corporal.

Toma de decisiones: Se evaluará como la presencia de información nutricional más visible y clara influye sobre la toma de decisiones alimentarias en personas con disconformidad corporal. Se analizará si esta información afecta su elección de alimentos,

en relación al aumento o disminución en la ingesta de determinados alimentos, el control de porciones y la frecuencia de alimentación

Impacto emocional: Se determinará como la información nutricional proporcionada por el etiquetado frontal afecta emocionalmente a las personas con disconformidad corporal, pudiendo llegar a desencadenar sentimientos de culpa, vergüenza, etc.

Edad, Género y Nivel Educativo: Incluye variables demográficas para controlar posibles factores de confusión que podrían afectar los resultados.

Objetivos

General:

- Analizar el impacto que tienen los sellos nutricionales característicos de la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable en adultos de Argentina con distintos grados de insatisfacción corporal, considerando cómo la exposición a las advertencias nutricionales presentada en la parte frontal de los envases de alimentos afecta a sus elecciones alimentarias, su estado emocional y su salud mental en general.

Específicos:

- Investigar la relación entre la insatisfacción corporal y la percepción de la información nutricional brindada por los octógonos nutricionales característicos de la ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable en los envases de alimentos en adultos de Argentina.
- Indagar si la implementación de la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable ha generado cambios en los hábitos de consumo alimentario y su posible correlación entre estos cambios y la insatisfacción corporal en adultos de Argentina.
- Explorar los patrones emocionales, cognitivos y conductuales que los adultos de Argentina experimentan antes y después de exponerse a alimentos que contengan

sellos de advertencia nutricional teniendo en cuenta el grado de insatisfacción corporal que presenten.

- Examinar la relación entre el grado de insatisfacción corporal con otras variables como, edad y género.

Hipótesis

Este trabajo se propone poder corroborar de una manera objetiva y confiable las siguientes hipótesis:

1) Los adultos que presenten altos grados de insatisfacción corporal tenderán a consumir menos cantidades, o incluso, evitar en mayor medida los alimentos que presenten sellos de advertencia nutricional (octógonos) característicos de Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, en comparación con aquellos que no presenten dicha insatisfacción o la presenten en un grado más leve.

2) Los adultos que presentan puntajes altos en la variable de insatisfacción corporal tienen una mayor probabilidad de presentar emociones negativas como la culpa y por ende recurrir a conductas compensatorias luego de haber consumido algún alimento que presente los característicos octógonos nutricionales de la Ley N° 27.642.

3) Debido a que las mujeres, en su mayoría, presentan un mayor grado de insatisfacción corporal, estas se verán más influenciadas por los sellos de advertencia nutricional a la hora de seleccionar y consumir sus alimentos en comparación con los hombres.

ESTADO DEL ARTE

Actualmente no se han realizado investigaciones o estudios que aborden el impacto que la Ley N° 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable en personas con insatisfacción corporal en Argentina, ya sea por su reciente implementación o por desinterés en la temática. Es por esto que este apartado estará compuesto por investigaciones que aborden estas dos principales variables por separado, por un lado, investigaciones que tengan como principal objetivo recolectar información acerca del impacto que la las advertencias nutricionales en la población, y por otro, investigaciones que tengan como foco la insatisfacción corporal y sus consecuentes distorsiones en los hábitos alimentarios.

El primer estudio a mencionar fue realizado en 2020 por Aguad, Y., Araya, N., Elías, J., Hidalgo-Alcázar, C., & Leger, P, este se titula “El impacto del etiquetado nutricional en el comportamiento de los consumidores de Chile”. El principal objetivo de esta investigación fue determinar los posibles cambios que ha inducido el nuevo etiquetado en la decisión de compra de los consumidores. La información que se buscó obtener fue el nivel de entendimiento de la población respecto al etiquetado nutricional, evaluando el conocimiento que tenían los consumidores respecto al sello, cómo eran interpretadas las advertencias y finalmente cómo estas influyen en la decisión de compra. Para dar respuesta a tal objetivo los investigadores realizaron 400 encuestas de manera aleatoria en seis comunas correspondientes a la IV Región de Chile. En cuanto a los resultados de dicha investigación, si bien estos indican que el patrón de consumo de alimentos o hábitos alimenticios no se ha modificado luego de la aplicación de las nuevas advertencias nutricionales, y por ende se concluyó en que el etiquetado nutricional influye poco en la decisión de compra de los consumidores, si se ha destacado una diferencia en cuanto a la variable género. Los resultados dictaminaron que el sello nutricional tiene más influencia en mujeres que en hombres.

Las explicaciones que los investigadores encontraron para justificar tal diferencia en los resultados fue la presencia de una mayor preocupación por engordar y los mayores porcentajes de riesgo que estas tienen de padecer trastornos alimentarios, debido a la presión social con las que estas conviven, en otras palabras, esta diferenciación fue debida al mayor grado de insatisfacción corporal que presentan las mujeres en comparación a los hombres (Aguad et al. 2020).

El siguiente trabajo al cual se hará mención fue realizado en el año 2022 por Casas y Muguruza y se titula “Percepción del etiquetado nutricional, compras y consumo de alimentos ultra procesados durante la cuarentena por COVID-19 en la población peruana”. En dicho estudio se realizaron encuestas virtuales a través de Facebook, WhatsApp e Instagram a 330 participantes con el fin de analizar la percepción de los consumidores peruanos acerca del sistema de advertencias nutricionales, mejor conocidas como “octógonos nutricionales”.

Los resultados de tales encuestas evidenciaron una percepción positiva en general de los octógonos. Sin embargo, el dato más relevante fue, que al igual que el estudio anteriormente citado realizado en Chile, el sexo femenino fue el que presentó mayor porcentaje tanto para la lectura de etiquetas como grado de importancia a las advertencias de “exceso de azúcares”, “exceso sodio”, “exceso en grasas saturadas” y “contiene grasas trans” (Casas y Muguruza, 2022).

En cuanto a las investigaciones que ponen el foco en la insatisfacción corporal, en primera instancia mencionaré a Esposito, D. H. quien en 2015 realizó la investigación titulada “Influence of prevalent aesthetic body model and body dissatisfaction in high school students” la cual fue compartida en la “Revista mexicana de trastornos alimentarios”. Dicho estudio tenía como objetivo determinar la relación entre la insatisfacción corporal con la influencia del modelo estético corporal difundido por los medios masivos de comunicación, para esto se tomó como muestra a 314 alumnos del ciclo superior de la escuela secundaria

básica de Buenos Aires (Argentina) a los cuales se les aplicó el Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ) y el Cuestionario de influencias del Modelo Estético Corporal (CIMEC).

A partir de esta muestra se pudo confirmar que existe una correlación entre las variables, y se detectó que, a mayor nivel de influencia del patrón de belleza, mayor es el nivel de insatisfacción corporal. Estos resultados permiten argumentar que ambas variables funcionan como factores predisponentes y aportan evidencia a las teorías que consideran a los trastornos de la conducta alimentaria como síndromes ligados a la cultura.

Uno de los datos más relevantes que arrojo esta investigación se observa a la hora de comparar la variable sexo con la insatisfacción corporal en sí, dado que, entre los varones, el 91% no presentaba insatisfacción; mientras que en el caso de las mujeres, el porcentaje sin insatisfacción desciende a 32.4%. En las restantes categorías, un 24.7% de las mujeres muestra insatisfacción moderada y un 14.7% insatisfacción extrema. Además, los puntajes comprendidos en las categorías moderado y extremo (el 39.4% de las mujeres encuestadas) exceden el punto de corte establecido para identificar población de riesgo de TCA en la versión original del instrumento (Cooper et al. 1987).

El siguiente estudio a destacar se efectuó en el año 2009, fue realizado por Murawski, B. M., Elizathe, L., Rutsztein, G, al cual titularon “Hábitos alimentarios e insatisfacción con la imagen corporal: Un estudio comparativo entre mujeres y varones estudiantes de escuelas secundarias”. Esta investigación tuvo como objetivo comparar el grado de satisfacción con la imagen corporal, así como los hábitos, conductas y actitudes hacia la alimentación de mujeres y varones de escuelas secundarias, tomando como muestra a 454 adolescentes estudiantes de cuatro escuelas secundarias de la ciudad de Buenos Aires con edades entre 13 y 18 años.

Para cumplir con tal objetivo los participantes completaron un Cuestionario sociodemográfico, el Eating Disorder Inventory-2 (EDI-2) y el Figure Scale (FS). Además,

los sujetos fueron pesados y medidos por un médico con el fin de calcular su Índice de Masa Corporal.

Los resultados de tal estudio dictaminaron que las mujeres presentan puntajes significativamente mayores en Búsqueda de delgadez, Bulimia, Insatisfacción con la imagen corporal, Ineficacia y Conciencia interoceptiva, que sus pares varones. A su vez, una proporción significativamente mayor de mujeres presenta conductas compensatorias inadecuadas con el fin de mantener o bajar de peso y se encuentran insatisfechas con su imagen corporal (Murawski, et al. 2009).

En 2016, Diego Cortez, Marcela Gallegos, Teresita Jiménez, Pía Martínez, Susana Saravia, Claudia Cruzat-Mandich, Fernanda Díaz-Castrillón, Rosa Behar y Marcelo Arancibia realizaron una investigación titulada “Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes”, la cual fue presentada en la “*Revista mexicana de trastornos alimentarios”.* Este estudio describe y analiza la percepción que mujeres adolescentes tienen acerca de la influencia de los aspectos socioculturales en su imagen corporal. El enfoque de investigación fue cualitativo, exploratorio y descriptivo, basado en la teoría fundamentada. Se entrevistó a cinco mujeres adolescentes de entre 16 y 18 años de edad.

Los resultados de la investigación muestran que existe una experiencia de la imagen corporal caracterizada por sentimientos ambivalentes y diferentes grados de insatisfacción corporal. En general, las participantes sobrevaloran la importancia del aspecto físico y, específicamente, la delgadez es considerada signo de atractivo, éxito y perfección; prototipo estético que favorece la insatisfacción corporal. Los parámetros socioculturales percibidos como más influyentes fueron los medios masivos de comunicación, especialmente las redes sociales digitales, que superan a los pares y a la familia. Se concluye que el fortalecimiento de la capacidad de juicio crítico para discernir entre los ideales corporales y los cuerpos

reales podría favorecer la prevención de problemas alimentarios en las mujeres adolescentes (Cortez et al. 2016).

La siguiente investigación a mencionar fue realizada en 2012 por Altare Luciana Inés, Correche María Susana y Robles Ridi Pamela Estefanía, y fue titulada como “Imagen corporal y hábitos alimentarios en estudiantes de la Universidad Nacional de San Luis según el género”. Esta investigación tuvo como objetivo caracterizar la imagen corporal y los hábitos alimentarios de los estudiantes universitarios haciendo una comparación según el género, para esto se aplicaron a 152 estudiantes (121 mujeres y 31 hombres) pertenecientes a la Universidad Nacional de San Luis los siguientes instrumentos: 1) Entrevista Ad-Hoc de Hábitos Alimentarios, 2) Cuestionario de la Figura Corporal. Adaptación española por Raich et al (1996).

Los datos obtenidos de dicha investigación mostraron que la población masculina (77%), presentó mayores porcentajes en relación a la ingesta de las cuatro comidas diarias, en comparación a las mujeres (58%), a su vez en relación a la realización de dietas restrictivas, las mujeres presentan un mayor porcentaje (35%) que los varones (6%). En concordancia con estos datos, la preocupación sobre el peso y figura corporal manifestada tanto en el Cuestionario de Hábitos Alimentarios como en el Cuestionario de Figura Corporal (BSQ) es mayor en el grupo de mujeres (67%), relacionándolo con una presencia de disconformidad corporal, deseos de perder peso y temor a ganar peso, así también con un autoconcepto negativo (Altare et al. 2012).

Prosiguiendo con la investigación elaborada en el año 2010 por Llorca, G., Cabrejas, B., Gallego, T., Fernández-Fernández, R., Bueno, G., Diez, M. A, titulada como “Psicopatología alimentaria: Disconformidad corporal y género” en conjunto con la Facultad de Medicina, Universidad de Salamanca. Esta investigación tuvo como objetivo estudiar si el aumento de la psicopatología relacionada con los trastornos alimentarios y el género determina una mayor disconformidad corporal. La muestra de dicho estudio fue de 58

estudiantes universitarios entre 18 y 27 años, siendo el 74% de estas mujeres a los cuales se les realizaron sucesivos análisis de varianza de dos factores de efectos fijos (género y las puntuaciones obtenidas en las subescalas del Inventario de Trastornos Alimentarios, EDI); y como variable dependiente las puntuaciones del test de disconformidad corporal, BII.

Como conclusión se dictaminó que los estudiantes universitarios que se encuentran más insatisfechos con su cuerpo, presentan mayor disconformidad corporal, tienen mayor preocupación por la dieta y por el propio peso, mayor comportamiento bulímico y están más inadaptados. Además, las mujeres independientemente del grado de psicopatología alimentaria, se encuentran más insatisfechas con su cuerpo, mientras que en los varones esta disconformidad está en función de la mayor o menor desconfianza interpersonal (Llorca et at. 2010).

La próxima investigación a hacer referencia fue realizada en (2003) por Lameiras, M y otros, dicha investigación fue titulada como “Hábitos alimentarios e imagen corporal en estudiantes universitarios sin trastornos alimentarios” y fue publicada en la Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud. Este estudio tuvo como objetivo determinar la presencia de variables cognoscitivas y comportamentales que representen un riesgo para un posterior desarrollo de trastornos alimentarios, como por ejemplo grado de insatisfacción corporal y realización de dietas, en estudiantes universitarios del sur de Galicia.

Para dar respuesta a tal objetivo, se evaluaron a 482 estudiantes universitarios (67,4% chicas y 32,6% chicos) con una media de edad de 19,6, elegidos aleatoriamente de los primeros cursos de las escuelas y facultades de la Universidad de Vigo. A los cuales se les aplicó 3 instrumentos de medición: El Inventario de los Trastornos del Comportamiento Alimentario (EDI), el Cuestionario sobre el comportamiento alimentario y un cuestionario de variables antropométricas.

Los resultados de esta investigación muestran una mayor preocupación de las mujeres por el peso y la imagen corporal, a su vez el 70% de las chicas manifestaron querer pesar menos, siendo ellas además las que en mayor medida recurren a las dietas para alcanzar el peso ideal, lo cual es significativo si se lo correlaciona con el índice de masa corporal presentado en dichas encuestadas, ya que las mujeres encuestadas presentaban un IMC significativamente más bajo que el de los chicos, además de que tan sólo el 5,9% de las estudiantes presentaron exceso de peso, mientras que el 24,3% de los chicos presentaron exceso de peso. Todos estos datos permitieron a los investigadores afirmar que la mayor parte de las universitarias no están satisfechas con su aspecto físico y son estas mismas quienes presentan en mayor medida tanto variables cognoscitivas como comportamentales de riesgo para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria a pesar de que la mayoría se encuentre en valores normales de peso (84,2%) (Lameiras 2003).

El siguiente estudio a destacar fue realizado en 2004 por Leiderman y Trisker, los cuales lo titularon como “Actitudes, conductas alimentarias y rasgos obsesivo-compulsivos en adolescentes de la ciudad de Buenos Aires”. El objetivo del mismo fue conocer las actitudes, conductas alimentarias y rasgos obsesivo-compulsivos de los adolescentes de la ciudad de Buenos Aires. Para cumplir con tal premisa se evaluaron a 380 alumnos de 5 escuelas secundarias de la ciudad de Buenos Aires a través de encuestas auto aplicables.

Los resultados de dicho estudio permitieron afirmar que casi el 50% de los encuestados no estaba conforme con su peso, el 43% había realizado dieta alguna vez (en la mayoría de los casos por cuestiones estéticas). El 23, 5% había tenido conductas bulímicas, el 34, 5% tenía alto número de rasgos obsesivos-compulsivos. A su vez las mujeres estaban significativamente más disconformes con su peso, habían realizado más dietas y tenían más conductas bulímicas y rasgos obsesivos-compulsivos.

A partir de estos datos los investigadores llegaron a la conclusión de que el disconfort con el peso y las conductas bulímicas son frecuentes entre los adolescentes de la ciudad de Buenos Aires, especialmente en las mujeres (Leiderman y Triskier 2004).

La siguiente investigación a hacer mención fue desarrollada en 2018 por Suclupe García, K. M y fue titulada “Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de una institución educativa femenina de Lambayeque”. Dicho estudio tuvo como objetivo conocer la relación entre creencias irracionales e imagen corporal en estudiantes de educación secundaria, de una institución femenina de Lambayeque. Se basó en un diseño descriptivo correlacional – transversal, con una muestra de 160 estudiantes entre las edades de 14 a 18 años; las pruebas empleadas fueron: el inventario de creencias irracionales de Albert Ellis y el cuestionario de imagen corporal (BSQ).

En los resultados se obtuvo una relación positiva significativa entre las variables y las dimensiones correspondientes; se concluyó que, a mayores creencias irracionales, mayor disconformidad corporal en las estudiantes, por lo contrario, a menores pensamientos irracionales, menor insatisfacción con la apreciación de su cuerpo (Suclupe García, 2018).

La siguiente investigación ha mencionar fue realizada en 2019 por Marcelo Fabian Briones, Luis Adrián Macías, Jessica Lorena Murillo, y Dalitza Zulema Muñoz y se titula “Las emociones y su impacto en la alimentación”, tal investigación fue presentada en “Revista Caribeña de Ciencias Sociales” (RCCS). Este estudio tuvo como objetivo definir como la alimentación de los estudiantes era determinada por la presencia de emociones, tanto positivas como negativas, propias de transición de la adolescencia a la adultez temprana. Para dar respuesta a tal objetivo se aplicó una encuesta a 50 estudiantes de 18 a 25 años pertenecientes a la Facultad de Ciencias Humanísticas y sociales (FCHS) de la Universidad Técnica de Manabí en el Periodo abril-agosto 2019.

A partir de los datos recolectados, la investigación deja en evidencia como los estados emocionales displacenteros influyen de formas completamente opuestas a la conducta alimentaria dependiendo del sexo de la persona, traduciéndose en el caso de los hombre en conductas impulsivas que llevan a la sobre ingesta, mientras que, por otro lado, en el caso de las mujeres, estas suelen recurrir al autocontrol y a medidas más relacionadas con el ayuno para sobrellevar experiencias emocionales displacenteras.

La última investigación a mencionar fue realizada por Judith Salvador et al. (2010), y fue titulada como “Toma de decisiones en la anorexia nerviosa”. Este estudio argumenta que las persona con anorexia nerviosa tienen dificultades a la hora de tomar decisiones adecuadas respectos el propio cuerpo, los alimentos y el tratamiento al que se deben someter debido a un deterioro en el funcionamiento ejecutivo, responsabilizando a las emociones negativas, como el intenso miedo a engordar que estos sujetos tienen, de dicho deterioro (Salvador et al. 2010).

Para dar respuesta al objetivo de esta investigación se aplicaron estudios de neuroimagen que han evidenciado una mayor activación de la corteza prefrontal ventromedial ante estímulos relevantes en personas con anorexia (imágenes de alimentos), en comparación con el grupo de control, esta estructura está implicada en el mecanismo de toma de decisiones, su función se basa en el procesamiento de refuerzos y castigos asociados a la conducta para la orientación de conductas futuras ante situaciones de incertidumbre y peligro (Salvador et al. 2010).

Los resultados muestran que el comportamiento de personas con anorexia nerviosa es similar al de sujetos con lesión prefrontal, debido a que ambas poblaciones presentan desadaptación social y toman decisiones inadecuadas, especialmente en lo relacionado con la alimentación. Estas decisiones, influenciadas por creencias y emociones, ofrecen beneficios a corto plazo, pero son perjudiciales a largo plazo debido al deterioro en las señales somáticas que distinguen entre buenas y malas opciones (Salvador et al. 2010).

MARCO TEÓRICO

En este apartado se abordará un desarrollo teórico acerca de las dos principales variables del presente trabajo, la insatisfacción de la imagen corporal y la Ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, para posteriormente explicar dicha relación entre variables tomando como base la “Teoría de los Marcos Relacionales”, mejor conocida como RFT.

1. Imagen corporal

A continuación, se desarrollará un breve recorrido histórico acerca del concepto de imagen corporal, sus componentes y sus posibles alteraciones, para luego poner el foco en la insatisfacción corporal en sí, su relación con el modelo estético corporal y las presiones sociales, y finalmente una descripción acerca del papel crucial que esta tiene en la etiología de los trastornos de la conducta alimentaria**.**

1.1 ¿Qué es la imagen corporal?

El concepto de imagen corporal es un constructo teórico muy utilizado en el ámbito de la psicología, la psiquiatría, la medicina en general o incluso en la sociología. Es considerado crucial para explicar aspectos importantes de la personalidad como la autoestima, el autoconcepto, o para explicar ciertas psicopatologías como los trastornos dismórficos y de la conducta alimentaria.

Las primeras aproximaciones al concepto de “imagen corporal”, y alteraciones asociadas, se hallan en los trabajos médicos sobre neurología de principios del siglo XX. Comenzando por Bonnier quien en 1905 acuñó el término de “aschemata” para definir la sensación de desaparición del cuerpo por daño cerebral.

En 1920 Mead argumentó que la imagen corporal consiste en un tipo de habilidad que tenía el cerebro para detectar el peso del cuerpo, su forma, tamaño y límites e incorporar tal información en esquemas mentales, y propuso el término “autotopagnosia” para referirse a problemas con la propia orientación corporal.

Posteriormente en 1922, Pick indicaba que cada persona desarrolla una “imagen espacial” del cuerpo, la cual es una representación interna del propio cuerpo a partir de la información sensorial. En esta misma línea, Henry Head en 1924, proponía que cada individuo construye un modelo o imagen de sí mismo que constituye un estándar con el cual se comparan los movimientos del cuerpo, y comenzó a utilizar el término “esquema corporal”.

Paul Schilder (1950) citado por Baile (2003, p. 3), propone la primera definición de imagen corporal que no recurre a aspectos exclusivamente neurológicos. En su definición de imagen corporal se conjugan aportaciones de la fisiología, del psicoanálisis y de la sociología, definiéndola como: “la imagen corporal es la figura de nuestro propio cuerpo que formamos en nuestra mente, es decir, la forma en la cual nuestro cuerpo se nos representa a nosotros mismos”.

En 1990, los autores Prunzinsky y Cash definieron a la imagen corporal como una experiencia fundamentalmente subjetiva, la cual no necesariamente tiene que estar adecuada con la realidad, a su vez argumentan que esta es dinámica, que está socialmente determinada y que es multifacética, ya que, según estos autores la imagen corporal estaría conformada por 3 componentes, el componente perceptual, el componente cognitivo y el componente emocional, a los cuales posteriormente en ese mismo año, Thompson le agregaría un cuarto componente, el componente conductual. A partir de esto, este autor argumenta que toda alteración de la imagen corporal supone algún tipo de desequilibrio o perturbación en alguno de sus componentes (Thompson, 1990).

El componente perceptual se refiere a cómo percibimos los aspectos de nuestro cuerpo, incluyendo qué tan precisamente identificamos las dimensiones de sus distintas partes y de su conjunto en general. Una posible alteración en este componente podría ser en una valoración exagerada del tamaño corporal. (Baile, 2003).

Por otro lado, el componente cognitivo-afectivo abarca los sentimientos, actitudes, pensamientos y valoraciones que evoca el cuerpo como objeto de percepción. Estos aspectos están vinculados con el estado de ánimo, el cual puede ser influenciado por percepciones y pensamientos, ya sean positivos o negativos (Baile, 2003).

Por último, componente conductual alude a aquellas conductas que la percepción del cuerpo y los sentimientos asociados evocan, en otras palabras, se fundamentaría en qué conductas tienen origen en la consideración de la forma del cuerpo y el grado de satisfacción con él. Por ejemplo, evitar situaciones donde se vea el cuerpo desnudo, comprar ropas que simulan ciertas partes del cuerpo, o la puesta en práctica de dietas restrictivas con el fin de adelgazar (Thompson, 1990).

En la actualidad no existe un acuerdo científico acerca de que es la imagen corporal, esto es debido a que existen diversos términos utilizados en este campo, los cuales son cercanos conceptualmente, o hasta incluso sinónimos, pero aún no han sido consensuados por la comunidad científica, algunos de estos podrían ser: esquema corporal, estima corporal, apariencia, imagen corporal, entre otros. La utilización de un término u otro dependerá de la orientación científica del investigador, o del aspecto en concreto de la imagen corporal al cual se quiere hacer referencia.

En el presente trabajo, se definirá a la imagen corporal como “un constructo complejo que refiere a cómo la autopercepción del cuerpo/apariencia genera una representación mental, compuesta por un esquema corporal perceptivo y así como las

emociones, pensamientos y conductas asociadas", definición que surge de Raich (2000) citado por Baile (2003, p. 8).

1.2 Distorsión corporal

Como ya se ha mencionado, Thompson argumenta que una alteración de la imagen corporal se produce cuando uno de los componentes de esta se encuentra alterado de alguna forma. Sin embargo, la existencia de esta condición precede al autor, hasta como una entidad nosológica propia, denominada históricamente como "dismorfofobia", este término hace referencia a "la obsesión por la vergüenza del propio cuerpo", actualmente esta condición es conocida como trastorno dismórfico corporal (APA, 1994).

En 1981, Gerner y Garfinkel realizaron una revisión sobre los sistemas de evaluación de la imagen corporal en personas con anorexia nerviosa, a partir de tal investigación, propusieron que la alteración de la imagen corporal puede expresarse en dos diferentes niveles:

El primer nivel hace referencia a una alteración en el componente perceptual, la cual se manifiesta a través de una incapacidad por parte de las pacientes para estimar con exactitud el tamaño corporal de su propio cuerpo. En cuanto al segundo nivel, este hace referencia a una alteración en el componente cognitivo-afectivo, el cual se manifiesta por la presencia de emociones o pensamientos negativos productos del sentimiento de culpa por la apariencia física (Ayensa, 2003).

A partir de este momento, al referirse a una alteración de la imagen corporal es necesario especificar cuál de sus componente se considera afectado o alterado, debido a que por un lado, el término "distorsión perceptual" se utilizaría para denominar a una alteración de la imagen corporal en el ámbito de la estimación del tamaño, mientras que el término "insatisfacción corporal" se utilizaría para hacer referencia a aquellas alteraciones

de la imagen corporal en el plano de las emociones, pensamientos y actitudes negativas provocadas por el disgusto ante la percepción del tamaño y forma del propio cuerpo (Ayensa, 2003).

Sin embargo, el uso de la terminología sigue siendo confundido por distintos autores y profesionales del ámbito, es por esto que autores como el mismo Thompson reclaman que no se confunda el término de “alteración de la imagen corporal” con el de “insatisfacción corporal”, debido a que el primer concepto engloba al segundo y a otros muchos más aspectos (1990). Como bien se anticipó en anteriores apartados, este trabajo pondrá el foco meramente en la “insatisfacción corporal”.

1.3 Insatisfacción corporal

Entonces según Thompson (1990), se podría definir a la insatisfacción corporal como un tipo de alteración de la imagen corporal en la cual se ven afectados los componentes cognitivos-afectivos de la misma, en donde las emociones, actitudes y pensamientos negativos, se producen por un malestar/disgusto causado por el rechazo de la imagen que se ha construido del propio cuerpo.

Sin contradecir lo anteriormente explayado, otros autores optan por utilizar el término de insatisfacción corporal, para referirse a la preocupación exagerada que produce malestar hacia algún defecto imaginario o extremado de la apariencia física (Raich et al. 1996). O en otros casos se lo utiliza para describir a la discrepancia que una persona puede percibir entre su figura actual y la que se considera ideal, la cual fue construida a través de una selección de siluetas representativas (Gardner y Stark, 1999). Tal discrepancia entre la figura actual y la deseada, o la considerada ideal, puede darse por distintos factores:

En primera instancia la comparación constante con otras personas, ya sea pares o modelos a seguir, puede generar sentimientos de inseguridad o alterar el nivel de autoestima de la persona.

Otro desencadenante pueden ser las experiencias personales negativas en donde se haya recibido comentarios negativos acerca de la figura corporal o apariencia de uno mismo, tales experiencias pueden ser hasta cierto punto traumáticas para la persona al punto de contribuir a la insatisfacción corporal. También los cambios en el cuerpo, ya sean típicos de las distintas etapas de la vida como la adolescencia, la vejez, la etapa de embarazo, o el aumento o disminución de peso debido a los hábitos diarios de la persona pueden alterar la percepción de uno mismo y desencadenar sentimientos de insatisfacción.

Por último la presión social ejercida por los medios de comunicación, la publicidad, y las redes sociales que constantemente promueven estándares de belleza poco realistas a través de imágenes retocadas y celebridades con cuerpos “perfectos” pueden llevar a las personas a sentirse inadecuadas, es así como la insatisfacción corporal puede ocurrir si un individuo interioriza como cuerpo ideal a aquellas figuras impuestas por el modelo estético hegemónico, y por comparación concluye que su cuerpo discrepa de ese ideal (Gardner y Stark, 1999).

1.4 La presión social ejercida por los cánones de belleza actuales

Desde los inicios, el cuerpo humano se ha considerado como una obra de arte, hasta incluso este fue divinizado por la cultura griega al representar a los dioses a través de figuras humanas. Esta visión del cuerpo humano tuvo como consecuencia en paralelo la búsqueda de la estética del mismo por parte de la civilización, llevando a la incesante búsqueda de la perfección al punto de poder llegar a parecer “sobrehumanos”, se podría decir que en términos generales desde aquel día poco ha cambiado en cuanto a la

importancia de la estética, ya que, hasta el día de hoy la belleza física tiene una gran relevancia en la aceptación por parte de la sociedad, esto ha llegado a un punto crítico donde algunas personas priorizan el “verse bien” al estar sano (Barlow y Durand, 2001).

Esta concepción ha traído consecuencias innumerables en cuanto a la salud mental, aunque la atención a la apariencia y la figura ha existido siempre, en los últimos tiempos ha alcanzado proporciones sin precedentes. Actualmente la preocupación por el cuerpo, por el aspecto exterior o por alcanzar los vigentes cánones de belleza ha aumentado considerablemente gracias a los medios de comunicación, la publicidad y el fenómeno de imitación (Salazar, 2007).

Las figuras que predominan en los medios de comunicación actuales tienen una apariencia corporal bastante similar, las mujeres que se ven en las revistas, anuncios publicitarios o en televisión suelen ser delgadas, o incluso significativamente más delgadas que la mayoría de las mujeres reales. Por otro lado, los hombres que aparecen en los medios generalmente presentan cuerpos musculosos, o al menos más musculosos que el promedio de los hombres en la realidad. La exposición constante a estos ideales hace que los considere "normales", y cómo los seres humanos tienden a preferir lo que les resulta familiar, al mirar el espejo y compararse con estos estándares repetidamente vistos, cualquier diferencia puede percibirse como poco atractiva, generando algún grado de insatisfacción con nuestro propio cuerpo (Sandoz y DuFrene, 2011).

Lo anteriormente mencionado concluye en una difusión por parte de los medios de comunicación de patrones de conducta valorados como positivos, como por el ejemplo, el hecho de someterse a una dieta restrictiva con el argumento de ser equivalentes de éxito, belleza, atractivo, inteligencia y salud. Estos estilos de conductas son internalizados e impactan mayormente a aquellas poblaciones vulnerables a las presiones socioculturales. (Sandoz y DuFrene, 2011).

La realidad actual es tal que se ha vuelto cada vez más complicado hallar a alguien que no haya intentado seguir algún tipo de dieta, y encontrar a alguien que no conozca a otra persona que haya seguido una, parece ser prácticamente imposible. La tendencia de seguir dietas se ha popularizado bajo la creencia de que necesitamos ser delgados para alcanzar la felicidad y el éxito, y lo curioso es que incluso las personas ya delgadas se suman a esta moda (López Madrid y Sellás Tenas, 2006).

A veces esta relación entre la belleza y la felicidad difundida por los medios es aún más directa, suelen verse propagandas con mensajes como “"¿Cansado de esos rollitos? ¡Prueba Insta-slim!”, donde posteriormente presentan a una mujer atractiva testificar lo miserable que era cuando tenía sobrepeso mientras la pantalla se divide para revelar una imagen de esta encantadora mujer con sobrepeso con el cabello despeinado, sin maquillaje y un atuendo pasado de moda. El mensaje en los medios de comunicación populares es claro: la belleza da como resultado felicidad y prosperidad, y esto es lo que es hermoso (Sandoz y DuFrene, 2011).

La percepción de la imagen corporal se ha revelado como uno de los factores que más inciden y condicionan las elecciones alimentarias. Una muestra de ello es el creciente interés sobre la dietética que hay en la actualidad. En la mayoría de los casos las dietas traen como consecuencia una ingesta energética diaria menor de las cantidades recomendadas y saludables. Así, a través de la abstinencia o de la selección alimentaria, con la ayuda o sin ella de otros factores como el ejercicio físico, se han llegado a generalizar entre el conjunto de la población una serie de mecanismos individuales dirigidos a adecuar la imagen corporal a unos criterios estéticos predeterminados y orientados hacia la delgadez (Sandoz y DuFrene, 2011).

Al hablar de modelo estético corporal prevalente se hace referencia a aquel estereotipo de cuerpo ideal construido social y mediáticamente, el cual no se refiere a un

ideal de salud o bienestar, sino aquel “cuerpo bello”, o “cuerpo que se debe aspirar tener”, el cual es difundido por los medios como canon de belleza. Este modelo que se impone como el único válido, acentúa la disconformidad con el propio cuerpo e incrementa los niveles de insatisfacción con la imagen corporal. La existencia e inflexibilidad por la cual se caracteriza dicho modelo supone una presión significativa, sobre todo en las mujeres adolescentes quienes se encuentran en el periodo de integración de la imagen corporal, la adquisición de autoestima y la correspondencia grupal, debido a que es en esta etapa donde la influencia de los padres y particularmente de los pares es sumamente relevante (Pedersen et al. 2015).

En la sociedad actual, la imagen corporal se relaciona con el atractivo físico y por ende con la obtención de mayor placer, éxito, adquisición de amistades y felicidad, debido a que cuando la apariencia es la única información disponible, las personas juzgadas como atractivas también tienen más probabilidades de ser juzgadas como amables, inteligentes, divertidas, populares, etc (Sandoz y DuFrene, 2011).

La belleza está fuertemente vinculada con la atracción y la popularidad desde una edad temprana. Un niño que ya se fija en la apariencia puede comprender pronto la importancia de ser atractivo. No solo se presume que un niño bonito es amable, inteligente, divertido y popular, sino que también se le trata de esa manera, lo que aumenta la probabilidad de que realmente desarrolle esas cualidades (Sandoz y DuFrene, 2011).

La interiorización de los ideales de perfección y delgadez, como criterios de satisfacción con la imagen corporal, se consideran potenciales factores de riesgo para alteraciones en la imagen corporal (Vaquero, 2013).

Es así como la insatisfacción corporal se vuelve un rasgo común dentro de una sociedad, que sobrestima la belleza, entendida a ésta como delgadez, el malestar con el

propio cuerpo o la apariencia física aumenta la probabilidad de que un sujeto ponga en práctica una dieta restrictiva para alcanzar de este modo, el modelo corporal estético, que la sociedad le ha impuesto (Laquarta, y Clopton, 1994).

Por tanto, la insatisfacción corporal puede ser la fuente de preocupaciones y angustias que produzcan una disminución de la autoestima y la aceptación personal, generando dificultades que pueden llegar a distorsionar la percepción del propio cuerpo y, sin ser consciente, iniciar una serie de estrategias desadaptativas o poco saludables, como dejar de comer o realizar ejercicio excesivo, para alcanzar la imagen corporal soñada, poniendo en grave peligro la salud física y psicológica.

Actualmente estas preocupaciones, y acciones en consecuencias, son tan comunes en los adolescentes que llegan al punto de ser naturalizadas y justificadas por el ambiente social, como bien expresa MNT, para el diario Clarín, en septiembre de 1994:

"La mayoría de los adolescentes y adultos que hacen dieta no es por el colesterol temprano, sino porque el talle único de las tiendas les queda estrecho, porque en una discoteca no pudieron entrar por gorditos o simplemente porque se miran al espejo y no encuentran a Claudia Schiffer, a Lorenzo Lamas o al joven o la joven que fueron. Los que se destruyen los pulmones fumando con tal de calmar la 'ansiedad oral' le temen a la gordura más que al infarto y todo por una sencilla razón: morirse es una desgracia, pero ser gordo es una vergüenza".

1.5.1 La insatisfacción corporal como factor predisponente para la conformación de un trastorno de la conducta alimentaria

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) se caracterizan por la presencia de alteraciones en la conducta de ingesta de alimento que se presenta junto a un gran temor a engordar, una preocupación excesiva por la comida y por la imagen corporal (Soldado,

2006). En la actualidad, estos trastornos están aumentando su prevalencia, convirtiéndose en un severo problema de salud pública por las graves consecuencias clínicas que traen aparejadas para los sujetos que los padecen. La Asociación Psiquiátrica Americana (2000) indica que en países desarrollados o en vías de desarrollo la tasa de prevalencia de anorexia nerviosa en mujeres jóvenes y adolescentes oscila entre 0.5 y 1%, mientras que los casos de bulimia nerviosa alcanzarían un valor entre 1 y 3%. A diferencia de este fenómeno, la presencia de este trastorno en población masculina de la misma edad es significativamente menor. (Baile y Raich, 2003).

La insatisfacción con la imagen corporal resulta ser un factor predisponente clave en los TCA, esta suele ser la principal causante de que las personas tomen la decisión de adelgazar, lo cual constituye el inicio de la mayor parte de los TCA.

Además, la influencia del modelo estético corporal prevalente incrementa la insatisfacción permitiendo identificar esta variable también como un factor predisponente. Es decir, si a mayor influencia del modelo estético corporal mayor es la insatisfacción, por lo tanto, la influencia del modelo estético corporal aumenta el riesgo o la predisposición a la instauración de dichos trastornos al aumentar la insatisfacción con la propia imagen corporal. Por ende, los TCA pueden ser conceptualizados como manifestaciones ligadas a la cultura (Esposito, 2015).

La adopción del ideal corporal de delgadez trastoca la construcción de la identidad individual; así, jóvenes más orientados y sensibles a las expectativas sociales y las metas extrínsecas serán más proclives a adoptar, rígida e irreflexivamente, perspectivas ligadas a su apariencia y atractivo físico, con un correlato alimentario restrictivo (Michael et al. 2014; Verstuyf et al. 2014).

Esto mismo es reforzado por Forney y Ward, quienes en 2013 argumentaron que existe una estrecha relación entre la insatisfacción corporal, la presión social por alcanzar una silueta delgada, la alimentación poco saludable y el surgimiento de TCA.

A partir de lo anteriormente expuesto y acorde a la literatura del campo, la insatisfacción corporal en los pacientes con TCA es prácticamente universal, al punto de incluirse como criterio diagnóstico tanto en el diagnóstico de la anorexia nerviosa como de la bulimia nerviosa. Además de que la presencia de dicha insatisfacción es una de las características clínicas cruciales de los patrones subclínicos de alimentación desadaptada, y el grado de esta está sumamente relacionado con el mantenimiento o empeoramiento de dichas patologías.

2. Ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable

En este apartado se abordará la Ley 27.642 de Promoción de Alimentación Saludable, su objetivo, reglamentación, alcance y características de las advertencias visuales.

2.1 ¿En qué consiste la Ley popularmente conocida como “Ley de etiquetado frontal”?

La Ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, o mejor conocida como “Ley de Etiquetado Frontal", fue sancionada por el Congreso de la Nación Argentina el 12 de noviembre de 2021. Esta ley tiene el objetivo garantizar el derecho a la salud y una alimentación adecuada a través de brindar, de una manera simple y comprensible, la información nutricional necesaria en alimentos envasados y en bebidas analcohólicas, para que de esta manera, luego de haberse advertido acerca de los exceso que presentan algunos alimentos en componentes nocivos para la salud, como azúcares, sólidos, grasas, entre otros, los consumidores tengan la posibilidad de decidir acerca de qué alimentos

consumir y que otros no desde una postura de conciencia e informada. Con esto se busca promover la prevención de la malnutrición en la población y la reducción de enfermedades crónicas no transmisibles (artículo 1).

Para cumplir con tal objetivo, la ley dictamina que se deberá agregar una nueva etiqueta nutricional, además de la ya establecida información nutricional. La etiqueta nutricional es un medio que les permite a los consumidores tener conciencia respecto a los alimentos que están consumiendo, por tanto, es oportuno que la manera en la que es transmitida y expuesta a la población sea lo más simple y accesible, para que cumpla con el objetivo de informar y facilitar la selección de los productos (González, 2014).

La Ley 27.642 establece que aquellos alimentos y bebidas no alcohólicas envasadas, y comercializadas que sus niveles de nutrientes y valores energéticos sean iguales o superiores a los siguientes parámetros deberán colocar las nuevas advertencias nutricionales según corresponda:

- Si el 20% del total de sus calorías corresponden a azúcares se deberá advertir el “exceso en azúcares”.
- Si el 35% del total de sus calorías corresponde a grasas, se deberá advertir el “exceso en grasas totales”.
- Si el 12% del total de sus calorías corresponde a grasas saturadas, se deberá advertir el exceso en “grasas saturadas” (artículos 4° y 6° ANEXO I, Decreto N°151/22).
- En el caso de un alimento, si este contiene igual o más de 5 mg de sodio cada 1 kcal o 600 mg cada 100 g, mientras que, en el caso de una bebida no alcohólicas sin aporte energético, si esta contiene igual o más de 40 mg de sodio cada 100 ml, se deberá advertir el “exceso en sodio”.

- Si el alimento contiene igual más de 300 kcal cada 100g o en caso de bebidas analcohólicas si contiene igual o más de 50 kcal por cada 100 ml, se deberá advertir “exceso en calorías”.
- Si dentro de los ingredientes del alimento o la bebida se encuentran edulcorantes o cafeínas se deberá advertir la presencia de estos y la no recomendación en niños/as (artículos 4° y 6° ANEXO I, Decreto N°151/22).

En cuanto a la forma de los sellos de advertencia que establece la ley, estos tienen la forma de octógonos de color negro con borde y legras de color blanco en mayúsculas, su tamaño no debe ser inferior al 5% de la superficie de la cara principal de envase y a su vez este no debe estar cubierto de forma parcial o total por ningún otro elemento (artículos 4° y 6° ANEXO 2, Decreto N°151/22).

Esta normativa no solo afecta al envasado de los alimentos y/o bebidas analcohólicas, sino también a su publicidad en los medios gráficos tradicionales y digitales, donde también deben insertarse los sellos de advertencia, de forma tal que permita su fácil lectura y que contraste con el fondo del anuncio.

3. Teoría de los Marcos Relacionales (RFT)

A continuación, se sentarán las bases de la Teoría de los Marcos Relacionales las cuales darán el fundamento teórico para explicar la relación entre las variables anteriormente desarrolladas (insatisfacción corporal y advertencias nutricionales

octagonales). Para esto se abordarán sus fundamentos filosóficos, surgimiento y relación de sus principales conceptos con la presente problemática.

3.1.1 Introducción a RFT

La “Teoría de los Marcos Relacionales” o “RFT” es una extensión de las leyes del análisis funcional del comportamiento, representando un avance significativo. Esta teoría se centra en el análisis funcional del lenguaje y la cognición desde una perspectiva analítico-funcional. Por ende no es una contradicción de lo anteriormente planteado por el conductismo operante o respondiente, sino más bien una ampliación del conocimiento disponible sobre la emergencia de nuevos comportamientos, debido a que propone leyes que determinan las condiciones para la formación y modificación de funciones a través de métodos indirectos, en contraste con los procedimientos directos ya conocidos para gestionar contingencias y establecer o cambiar funciones reforzantes, aversivas, motivacionales, y discriminativas relacionadas con la aproximación y la evitación. (Luciano Soriano y Salas, 2006).

Tanto la relación entre ambas variables, como la internalización del modelo estético corporal, y, por ende, la consecuente construcción de la insatisfacción corporal en una persona, pueden explicarse a través de esta teoría.

A su vez los conceptos teóricos de la RFT permiten concluir que: la restricción alimentaria es una conducta basada en reglas, la cual surge a través de diferentes relaciones derivadas que modifican la función de los estímulos relacionados a la alimentación (Slade, 1982). No obstante, antes de poder afirmar tales conclusiones, se deberá desarrollar una breve introducción y explicación de los principales conceptos de la RFT por los cuales dicha aplicación teórica sería elaborada.

3.1.2 Bases filosóficas de la RFT

La Teoría del Marco Relacional sienta sus bases filosóficas en el contextualismo funcional, el cual está basado en los supuestos del conductismo radical de Skinner y el interconductismo de Kantor. Este modelo determina que la conducta, ya sea pública o privada, es inseparable del contexto donde ésta tiene lugar, siendo ésta la raíz de la misma. A su vez el contexto es una combinación entre el pasado histórico del sujeto y las variables del momento presente (Luciano, 2020).

El término marco relacional hace referencia a la forma en que un marco puede contener cualquier cosa. Este término no implica que los marcos relacionales existen como objetos mentales, es una forma metafórica de decir que las personas pueden poner cosas en relación de distintas maneras. Esta respuesta relacional no está basada sobre ninguna propiedad física o formal del estímulo relacionado, sino más bien, a partir de las relaciones que surgen como resultado de señales contextuales (Törneke, 2016).

Tomando a Luciano y Salas (2006): “la Teoría de los Marcos Relacionales contempla el efecto de las contingencias, pero su foco de análisis es el lenguaje y la cognición concebidos como aprendizaje relacional o en palabras más simples a lo que denomina “conducta verbal” (p. 82).

Cuando se habla de conducta verbal se hace referencia a la forma de establecer relaciones entre estímulos y actuar o reaccionar a los mismos según las relaciones resultantes (Törneke, 2016).

3.2.2 El lenguaje humano y la relación de estímulos

El lenguaje humano muestra un alto grado de complejidad, los críticos del análisis de la conducta (Chomsky, 1959, 2006) han mantenido que esta complejidad no puede ser

explicada a través del aprendizaje operante y respondiente, y ha consecuencia, han retado a los investigadores a mostrar cómo la conducta compleja puede ser aprendida, por ejemplo, como determinadas relaciones entre palabras pueden ser entendidas y producidas, sin haber sido antes reforzadas directamente en algún momento dentro de la historia del individuo (Törneke, 2016).

Esta forma de relacionar estímulos fue descubierta por Murray Sidman y sus colegas en 1971 mientras investigaban sobre la ayuda a niños con dificultades específicas en el aprendizaje del lenguaje. Sidman se percató de cómo estos niños, mientras practicaban sus habilidades lectoras, podían aprender a relacionar unos estímulos con otros de una manera difícil de explicar, o que al menos se alejaba de lo desarrollado por las teorías de aprendizaje vigentes en aquel entonces (condicionamiento respondiente y operante), debido a que los participantes del estudio podían relacionar ciertos estímulos a pesar de que los experimentos no establecieran relaciones directas entre ellos (Sidman y Cresson, 1973).

Posteriormente, la Teoría de Marcos Relacionales tomo las investigaciones realizadas por Sidman y denominó a esta habilidad para lograr construir relaciones entre estímulos que no habían sido aprendidas ni entrenadas de forma directa cómo la capacidad de construir “relaciones derivadas del estímulo” (Törneke, 2016).

Las relaciones derivadas pueden darse a través de conexiones de “vínculo mutuo” o “vínculo combinatorio”, a su vez estas pueden derivar en transformaciones de “funciones de los estímulos”. Estos 3 conceptos serán la base para desarrollar y la hipótesis teórica de este trabajo, a continuación, se desarrollarán cada uno de estos conceptos y sus relaciones con la problemática del presente trabajo.

3.2.3 Relaciones entre estímulos

Existen distintas formas de relacionar un mismo estímulo con otros, relaciones de coordinación (X es igual a Y), relaciones de comparación (son relaciones de oposición o coordinación donde se dicta que X es similar a Y o X es lo opuesto a Y), relaciones causales (X genera Y), relaciones de jerarquía (X es mayor que Y), relaciones de perspectiva (X está por delante de Y), entre muchas otras. Como por ejemplo, podríamos decir que los pinos son más altos que los bonsáis, tal relación se basaría en las propiedades físicas de ambos estímulos, sin embargo, las relaciones que los seres humanos pueden construir entre estímulos no se basan únicamente en las propiedades físicas de estos, sino que estas pueden producirse dependiendo del contexto social en el cual se encuentren dichos estímulos, a esto la RFT lo denomina “relaciones contextuales arbitrarias”, debido a que estas relaciones son gobernadas por claves contextuales arbitrarias establecidas por la comunidad social, un claro ejemplo de esto es el propio idioma, donde la simbolización de los objetos, o de las acciones, dependen explícitamente del contexto social (Törneke 2016). Ejemplo de esto es el propio lenguaje en donde muy a menudo una misma palabra puede cambiar su significado varias veces dependiendo del contexto y del cómo se la utilice.

Este tipo de relaciones basadas en claves arbitrarias contextuales es muy importante, ya que permiten que la función de los estímulos no esté basada meramente en sus propiedades físicas, sino, que la clave de la funcionalidad de estos se basará en las variables contextuales, abriendo la posibilidad de que un mismo estímulo pueda ser utilizado/rechazado dependiendo del contexto y de la historia de aprendizaje individual de la persona a la cual se le presenta (Törneke, 2016). Esto será de gran utilidad para poder explicar algunas circunstancias más adelante.

3.2.4 Vínculo mutuo

El lenguaje es una de las tantas características que diferencia a los seres humanos de los animales, y su aprendizaje está fundamentalmente relacionado a la capacidad de poder realizar relaciones de “vínculo mutuo”. Estas relaciones consisten en que, a través del entrenamiento y reforzamiento directo de una relación entre dos estímulos, paralelamente se aprende la manera de relacionarlos de forma inversa, sin que esta forma de relacionar ambos estímulos se haya entrenado directamente con anterioridad (Törneke, 2016).

Esta capacidad, al igual que el lenguaje, es única de los seres humanos, por ejemplo: se puede suponer que a un niño que está comenzando a decir sus primeras palabras, podría aprender a el significado de la palabra “galleta”, si es que antes de darle una galleta se le dice la palabra “galleta”, si esta experiencia se repite reiteradas veces el niño aprenderá que ante la palabra galleta aparecerá la galleta real, al igual que lo haría otro animal como un perro, en este caso la relación de estímulos fue “galleta-galleta real”. Sin embargo, el niño aprenderá algo más que el animal, cuando el niño obtenga las capacidades lingüísticas para pronunciar la palabra “galleta”, es probable que al ver una galleta (objeto) utilice la palabra “galleta” para referirse a esta, debido a que no solo aprendió que ante la palabra galleta aparecerá una galleta real, sino que en paralelo, el niño también aprendió que la palabra galleta representa un objeto en la realidad, esta relación de estímulos sería “galleta real-galleta” , la cual nunca fue entrenada directamente, sino que el niño la aprendió por naturaleza a través una relación de vínculo mutuo.

Cualquier persona podría enseñarle a un perro a reaccionar a la palabra “galleta”, pronunciando repetidamente el sonido “galleta” justo antes de que se le dé el objeto real. Después de que el perro haya experimentado esta asociación entre estímulos reiteradas veces (sonido “galleta”- galleta real), se podría esperar que cuando escuche la palabra “galleta” se comporte como si se le fuera a dar una galleta real. Pero si en su lugar, se entrena al perro primero dándole la galleta y una vez se la haya comido se le diga la palabra

“galleta", el perro jamás aprenderá a reaccionar ante esta, sin importar cuantas veces se le haya repetido.

El proceso de aprendizaje del perro sigue un cierto orden. Desde la relación galleta real- palabra “galleta" (que el perro experimentó en el último ejemplo), el perro no derivará la relación palabra “galleta” a galleta real, debido a que carece de la capacidad de poder realizar relaciones de vínculo mutuo (Törneke, 2016).

Entonces, el vínculo mutuo consiste en que a través de entrenar una relación directa (A es igual a B), se logre generar otra relación invertida, a pesar de que esta no haya sido entrenada directamente (B es igual que A). En este caso, al tratarse de una relación de coordinación, la relación derivada es idéntica con la relación que ha sido específicamente entrenada, esto mismo ocurre en las relaciones de oposición: si B es lo contrario a A, entonces A es lo contrario a B. No obstante, no todas las relaciones de vínculo mutuo son idénticas, por ejemplo, si B es mayor que A, entonces A es menor que B, si A está por delante de B, entonces B está por detrás de A, si A causa B entonces B es causada por A, etc.

En resumen, las personas realizan todo el tiempo este tipo de relaciones, al punto de realizarse automáticamente. Estas mismas relaciones permiten explicar cómo se instaura, mantiene e influye el modelo estético corporal en la sociedad contemporánea (Crispo et al. 1997).

Como se ha desarrollado anteriormente, los medios de comunicación, la publicidad y el fenómeno de imitación son los principales agentes que mantienen este paradigma del modelo estético corporal vigente, mediante una constante y repetida relación de vínculo mutuo entre características positivas como el éxito, inteligencia y salud, con un físico acorde a los parámetros que plantea el modelo (Froján Parga et al. 2006).

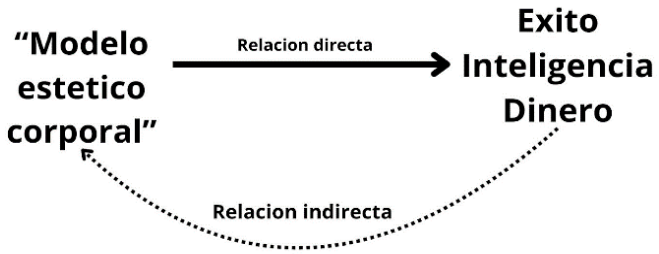
Si se piensa en personas influyentes, exitosas o famosas de la sociedad actual, ya sean actrices, modelos o ejemplos a seguir, probablemente la mayoría de estas personas sigan o sean ejemplo del modelo estético corporal vigente, debido a que la mayoría de las personas que consiguen algún tipo de reconocimiento, o fama, normalmente tienden a tener un cuerpo que coincida con dichos ideales, y en caso de que una persona se vuelva famosa repentinamente y no posea un cuerpo que se adapte a tales estándares, rápidamente suele tener un "cambio físico" que la acerca aún más a las características impuestas por este modelo.

De este modo, los medios de comunicación están constantemente exponiendo una relación de concordancia entre la belleza/delgadez y el éxito, salud e inteligencia a la sociedad que los consume, al estar difundiendo continuamente a gente hegemónica consiguiendo grandes logros (Froján Parga et al. 2006). Esto no quiere decir que no haya personas no hegemónicas que consigan grandes logros, eso está claro, pero estas no son tan difundidas por los medios.

Dando como conclusión una estrecha relación entre la autoestima y el peso en la sociedad actual, sobre todo en las mujeres, como bien manifiesta Crispo et al. (1997): "el peso tiene un significado importante en la autoestima y la felicidad de estas mujeres y, ¿cómo va a ser de otra manera? Los medios "prometen" a las mujeres de figura esbelta y bajo peso una vida sofisticada, de gran aceptación social y éxito" (p. 38).

Además, esta presión social no sólo es ejercida por los medios de comunicación, sino también por familiares y amigos que también son víctimas de estos estereotipos culturales y pueden contribuir al desarrollo del problema, a través de comentarios negativos hacia la gordura, o, al contrario, con comentarios positivos hacia todo lo que esté relacionado con la delgadez. De esta forma, el refuerzo social obtenido por las personas que adelgazan es enorme, ya que a la valoración estética conseguida se añaden las

cualidades positivas asociadas a esa condición, lo cual produce que las personas, gracias a su capacidad para invertir la secuencia entre estímulos (relación de vínculo mutuo) aprendan que para ser exitosas deben ser bellas primero, y que por ende si no son bellas tampoco serán exitosas, en otras palabras estarían adoptando el modelo estético corporal por aprendizaje natural (Törneke, 2016).



3.2.5 Vínculo combinatorio

El **“vínculo combinatorio”** es una forma de establecer relaciones derivadas más compleja pero igual de natural y automática para las personas, similar al vínculo mutuo. Este tipo de relaciones se da cuando, a través de al menos tres estímulos y dos relaciones entrenadas, se generan cuatro relaciones adicionales. Es decir, dos estímulos que inicialmente no tienen ninguna relación entre sí pueden obtener una conexión a través de un estímulo que tiene relación con ambos, actuando como un "puente" entre ellos (Törneke, 2016).

Por ejemplo**:** si se sabe que A es mayor que B, y que C es mayor a A, gracias al vínculo combinatorio sabemos que C es también mayor a B y que por ende debido al vínculo mutuo B es menor a C.

Este nivel más avanzado de relaciones derivadas permite construir una hipótesis acerca de cómo se construye la insatisfacción corporal, para esto es oportuno retomar la definición de insatisfacción corporal ya mencionada de Gardner y Stark, quienes la definen como: “la discrepancia entre la figura que se considera actual y la que se considera ideal, elegidas entre una serie de siluetas representativas” (Gardner y Stark, 1999).

En base a lo anteriormente desarrollado, en la sección de vínculo mutuo acerca de cómo se instaura el modelo estético corporal en una persona, lo más probable es que lo siguiente que esta persona haga sea construir una relación de comparación entre su propio cuerpo y el de los referentes hegemónicos que se le han impuesto, o el de un cuerpo ideal que haya construido a partir de la combinación de diferentes características compartidas entre estos (Gardner y Stark, 1999).

A partir de aquí, habrá dos posibles respuestas opuestas entre sí, debido a que esta es una relación derivada de comparación. Una de las opciones consistirá en que, a partir de la evaluación y comparación entre el propio cuerpo y el cuerpo ideal, se establezca una relación de coordinación entre ambas figuras. La otra opción será que, tras tal comparación, se produzca una relación de oposición entre ambos cuerpos.

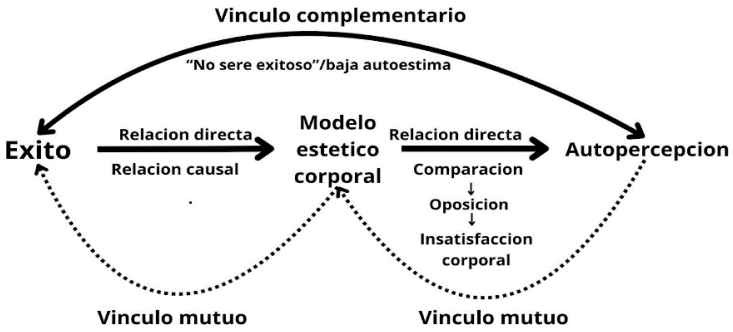
En el primer caso, la consecuencia será positiva: al percibir el propio cuerpo como similar o acorde a los cánones de belleza, es probable que se experimente un nivel más alto de autoestima. En el segundo caso, si se construye una relación de oposición, la consecuencia será una discrepancia entre la figura actual y la que se considera ideal o "elegida entre una serie de siluetas". En otras palabras, esto resultará en un grado de insatisfacción corporal (Baile Ayensa et al. 2002).

A esto mismo se refería Baile Ayensa en 2002 cuando argumenta que: “la insatisfacción corporal se deriva de un proceso cognitivo de comparación, autoevaluación y autorechazo, los cuales son susceptibles de educación y de orientación” (p. 441).

Cabe recordar, que la valoración de los estímulos no está ligada meramente a sus propiedades físicas, si no a propiedades arbitrarias, en este caso la similitud del propio cuerpo con el cuerpo ideal es un claro ejemplo, permitiendo que una persona que cumpla en gran parte con los cánones de belleza vigentes, de igual forma, pueda percibirse alejada de estos y viceversa.

He aquí los 3 estímulos que están involucrados en la relación de vínculo complementario que da como posible resultado la insatisfacción corporal; éxito, modelo estético corporal y autopercepción. Permitiendo aprender las siguientes relaciones entre estímulos indirectamente: “Si para ser exitoso, se debe tener un físico acorde al modelo estético corporal, y mi cuerpo no está en concordancia con dicho modelo, entonces por conclusión no seré exitoso, o al contrario seré un fracaso”.

Como bien afirma Crispo et al. en 1997: “en estas últimas décadas, se espera que la mujer considere la belleza y la delgadez como sinónimos y que crea que el éxito es inversamente proporcional al peso: cuantos menos kilos, más logros” (p.40).



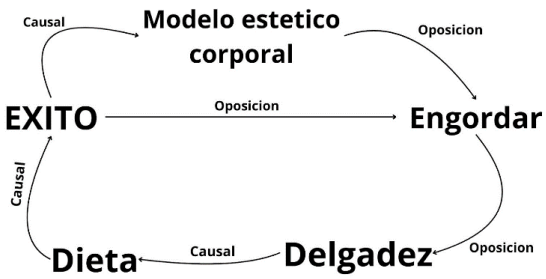
3.2.6 Contexto relacional

Una vez se obtiene la capacidad para establecer vínculos combinatorios, a partir de 3 estímulos y dos relaciones, en paralelo, se obtendrá la capacidad para comenzar a agregar más estímulos y relaciones a estos vínculos, dando como resultado la construcción de “redes relacionales”, o en otras palabras contextos relacionales (Crel) (Gómez et al. 2006).

Con anterioridad ya se ha desarrollado acerca de la gran popularidad que tienen las dietéticas en la sociedad actual, y de cómo el hecho de realizar dieta tiene una connotación muy positiva en dicho contexto, este fenómeno también puede explicarse mediante la relación derivada de distintos vínculos complementarios que dan lugar a un contexto relacional (Crel).

Está claro que el modelo estético corporal está en una relación de concordancia con la delgadez, a su vez, la delgadez se encuentra en una relación de oposición con el hecho de engordar, es aquí donde juegan un papel muy importante las dietas y la conducta alimentaria en general.

Todo este contexto relacional compuesto por una cadena de vínculos combinatorios da como resultado final una connotación positiva hacia las dietas, debido a que estas se encuentran en relación de concordancia/causalidad con el éxito (Sandoz y DuFrene, 2011).



López Madrid y Sellás Tenas (2005) argumentan que en la sociedad actual: “de alguna forma ser gordo o gorda es equivale a ser una persona descuidada, perezosa o, lo

que es lo mismo, tener poco autocontrol, ser enfermiza y, evidentemente, poco atractiva” (p. 30) y agregan que “el masivo seguimiento de dietas en nuestra sociedad va estrechamente ligado a la valoración negativa que se le otorga a la grasa y al estar gordo” (p. 34).

En conclusión, en nuestra sociedad se promueve la idea de que el éxito personal y profesional se alcanza a través del "autocontrol". En este contexto, la acción de "no comer" se percibe como una manifestación de dicho autocontrol. Asociado a la obesidad, el acto de comer y las señales físicas resultantes del consumo de alimentos son vistos como poderosos estímulos condicionados negativamente (Carrasco y Luna, 2000).

3.2.7 Contexto funcional

Sin embargo, aquí solo se puede apreciar cómo el hecho de hacer dieta o presentar una restricción alimenticia obtiene una connotación positiva para las personas influenciadas por el modelo estético corporal debido a su contexto relacional. Aunque esto es un avance, no es suficiente para explicar la realización o no de la conducta restrictiva en sí. Para ello, se necesita considerar otras variables contextuales que determinan la utilidad o el funcionamiento de los estímulos, denominadas contexto funcional (Cfun). En otras palabras, el Crel determina los pensamientos acerca de determinados estímulos, mientras que el Cfun determinará específicamente la conducta ante esos mismos estímulos, debido a que la conducta no siempre va en relación con el Crel, ya que pueden existir otras variables contextuales que lleven a priorizar otra red relacional (Gómez et al. 2006).

Siguiendo los aportes del Törneke (2016) una persona que padece de bulimia nerviosa, probablemente contenga dentro de sus redes relacionales una red muy similar a la anteriormente planteada, la cual dotaría a la realización de dietas una connotación positiva. No obstante, esta misma persona con el mismo contexto relacional, ante una emoción negativa podría optar por “romper” con su dieta para aliviar su malestar, al punto de

presentar un episodio de atracón, realizando una conducta completamente opuesta a lo que sus redes relacionales le indican que haga.

Los pensamientos y redes relacionales de esta persona acerca de la dieta no cambiaron durante el episodio de atracón, sino que las claves contextuales se modificaron de tal manera que el estímulo “comida” pasó de tener una función discriminativa de aversión y evitación a tener una función de aproximación y alivio de malestar, en otras palabras, lo que se modificó no fue el contexto relacional (Crel) sino el contexto funcional (Cfun) (Gómez et al. 2006).

A este fenómeno en donde las variables contextuales logran modificar las funciones aprendidas de los estímulos la RFT lo denomina “transformación de funciones de los estímulos” (Törneke, 2016).

Del mismo modo en que la transformación de función de estímulos puede explicar como una persona que está a dieta puede pasar a tener un episodio de atracón, también se puede explicar cómo los alimentos pueden pasar a tener una función de aproximación a una función aversiva o de evitación (Törneke, 2016), debido a la constante presencia e influencia del modelo estético corporal como estímulo contextual, y por ende a la presencia de un alto nivel de insatisfacción corporal.

Es así como aprendemos a sentirnos mal o incómodos con el sobrepeso, la obesidad se transforma en un estímulo condicionado aversivo, lo cual significa que cualquier conducta que contribuya al aumento de peso desencadena en nosotros una fuerte reacción emocional negativa (Froján Parga et al. 2006).

En un contexto donde prima el modelo estético corporal, las dietas están en relación de coordinación/causal con el éxito personal. Por ende, la acción de comer sin control se encuentra en relación de oposición con el éxito personal, adquiriendo de esta forma una

relación aversiva evitativa. Esto sin mencionar los extremos, porque si se profundiza un poco más, se podría pensar que una persona con una extrema insatisfacción corporal podría construir la siguiente relación: Si hacer dieta está relacionado con el éxito, y comer sin control está relacionado con el fracaso, entonces, si el 'hacer dieta' es sinónimo de 'comer menos', la conclusión final a la que llegara es que, mientras menos coma, más rápido alcanzará su cuerpo ideal y, por ende, más rápido logrará el éxito personal que tanto anhela (López Madrid y Sallés Tenas, 2006).

Esta relación surgiría a través de una relación de comparación cuantitativa, pudiendo llegar a relacionar a la restricción absoluta de nutrientes como la forma más rápida para conseguir el éxito personal imaginario, dando como conclusión el comienzo de un posible cuadro de anorexia nerviosa o algún otro tipo de TCA restrictivo (Meyer, 2008; Slade, 1982).

Los comportamientos anoréxicos según Forjan Parga et al. (2006) no son más que una forma de adaptarse a un medio en el cual los medios de comunicación imponen un criterio de delgadez (Forjan Parga et al. 2006).

Desde una perspectiva conductual, los TCA no solo se desarrollan en un contexto inmediato donde el cuerpo y la comida tienen un control aversivo, sino también en un contexto histórico que dio origen a esas funciones aversivas. Si una persona presenta desórdenes alimentarios, se asume que históricamente estos comportamientos le han sido útiles. Los factores socioculturales, interpersonales y familiares han creado un entorno en el que los trastornos alimentarios le han servido para evitar algo insoportable (Sandoz y DuFrene, 2011).

Como bien argumenta Törneke (2016): "la función de un estímulo no es una cualidad inherentemente dada del estímulo. Su función puede ser determinada sólo a través de un

análisis de la situación entendida de modo más amplio (contexto) y las respuestas individuales" (p.107).

Además de que los estímulos no siempre afectan de la misma manera a un sujeto, sino que su efecto dependerá en primera instancia de la historia de aprendizaje del propio sujeto, y, en segundo lugar, del contexto en el cual el estímulo ocurra (Törneke 2016).

Ahora bien, si añadimos que, debido a la implementación de la Ley 27.642 en Argentina, la mayoría de los alimentos presentan al menos una advertencia nutricional en su frente, la situación se vuelve aún más compleja. Estas advertencias, al discriminar alimentos con exceso de calorías, grasas, sodio, entre otros, favorecen indirectamente a una visión negativa del consumo de ciertos alimentos, debido a que, los alimentos que presentan advertencias nutricionales en su frente, irían en contra de los ideales de delgadez del modelo estético corporal y podrían llegar a reforzar distorsiones cognitivas que evalúan la restricción alimentaria como algo positivo.

Por otro lado, esta normativa podría llegar a favorecer a la construcción de categorizaciones no saludables de los alimentos, típicas de aquellas personas que presentan un extremo nivel de insatisfacción corporal, como el hecho de diferenciar entre alimentos "peligrosos" o "seguros", "permitidos" o "prohibidos", lo que lleva a una inflexibilidad en el accionar en relación a la comida, donde Incluso los alimentos seguros no son apetitivos, o solo son seguros en cantidades particulares, e incluso pueden ser peligrosos cuando parecían seguros (Sandoz y DuFrene, 2011).

Esta categorización de los alimentos se basaría en una relación derivada de comparación, en donde los alimentos categorizados como "sanos" están en relación de concordancia con el modelo estético corporal, o al menos en una relación de mayor cercanía a la delgadez, al contrario de aquellos alimentos definidos como "peligrosos", los

cuales probablemente presenten algún tipo de advertencia nutricional característica de la Ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, lo que podría conllevar a que estos alimentos presenten una mayor probabilidad de ser rechazados/evitados, o incluso de generar conductas compensatorias luego de su ingesta.

3.3 La advertencia nutricional como una regla que ordena la evitación

Para este último apartado, se debe recurrir al concepto propuesto por Skinner en 1966 de "conducta gobernada por regla" o "RGB", el cual consiste en definir como ciertos antecedentes funcionan como reglas o instrucciones, al permitir prever las consecuencias de una conducta antes de que estas sucedan.

Algunos autores definen a las reglas que controlan la conducta como "un estímulo que altera, o establece funciones psicológicas de eventos basados en transformación de funciones a través de marcos relacionales, y normalmente implicando claves relacionales de coordinación, de comparación, temporales y/o de causalidad" (D. Barnes-Holmes, Hayes, & Dymond, 2001).

Un claro ejemplo de esto son las advertencias de todo tipo, ya sean mediante estímulos visuales o auditivos, como, por ejemplo, el típico cartel de "cuidado piso resbaloso" que puede verse en distintos lugares cuando una persona está limpiando el piso. Una persona al percibir tal estímulo, probablemente modifique su conducta posterior, ya sea caminando con un mayor cuidado o que directamente evitando caminar por el sector señalado.

En resumen, un estímulo antecedente puede modificar la función de otro y, por ende, nuestra conducta si proporciona la suficiente información sobre las posibles consecuencias de nuestros actos en relación con dicho estímulo. Para que esto ocurra y estos estímulos funcionen como reglas, es necesario que quien los perciba sea capaz de

relacionar estímulos de coordinación, de manera que las diferentes partes de la regla, ya sean sonidos o palabras escritas, tengan significado y sean comprensibles. Además, se requiere que el receptor de la advertencia también pueda relacionar estímulos de manera temporal y causal, estableciendo una conexión entre las conductas y sus consecuencias, tal como se manifiesta en la regla (Barnes-Holmes et al. 2006).

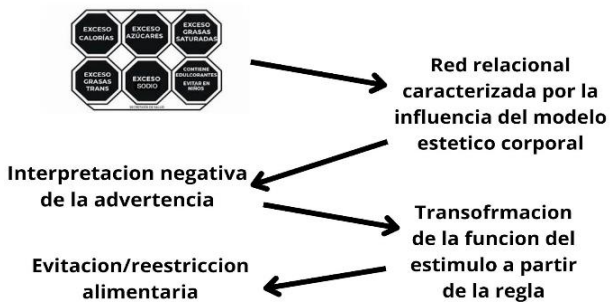
Las reglas pueden provenir del mundo exterior como también del mundo interno de la propia persona. Las personas con un extremo grado de insatisfacción corporal probablemente ya presenten reglas intrapersonales que tengan como contenido el “cómo” deben actuar en relación a los alimentos. Mientras que, por otro lado, el mundo externo también le presenta reglas en relación a qué alimentos debe consumir y cuáles no en forma de advertencias nutricionales, como, por ejemplo, la típica advertencia de “exceso en grasas saturadas”.

Además, las reglas, o determinadas partes de estas, pueden ser implícitas, no todo lo que altera las funciones de estímulo debe ser explícitamente expresado en la regla, debido a que una regla pone a quien la percibe en contacto con una red relacional que transforma las funciones de estímulos que están relacionados con la red (Barnes-Holmes et al. 2006).

Este es el caso de las advertencias nutricionales, donde, por ejemplo, la advertencia “exceso en calorías” que algunos productos llevan no está expresando explícitamente “si consumes este producto engordaras”, o siguiendo los anteriores planteamientos, “si consumes esto no tendrás éxito, o serás un fracaso”. Además, la mayoría de las personas que deciden no consumir estos alimentos no tienen conocimiento sobre los procesos bioquímicos que ocurren en su organismo al consumir una gran cantidad de calorías. Sin embargo, al leer la advertencia “exceso en calorías”, rápidamente piensan que ese producto

es nocivo para su salud o que, si lo consumen, seguramente engordarán, y que, por ende, se alejarán aún más de alcanzar determinados logros personales.

Esta asociación que realiza una persona rápidamente se debe a que se conecta automáticamente con su red relacional, la cual, al estar influenciada por el modelo estético corporal, lleva a que dicha advertencia sea interpretada como un riesgo a lo que está anhela, dando como conclusión la transformación de la función del estímulo del determinado producto alimenticio, pasando de una función de acercamiento/consumo a una función de evitación/aversiva (Froján Parga et al. 2006).



En síntesis, una conducta natural e indispensable como alimentarse puede adquirir una connotación negativa dependiendo de las redes relacionales construidas por la persona. Por ejemplo, un niño que siempre ha rechazado comer verduras puede cambiar su actitud si su madre, una figura de credibilidad para él, le dice: "¡Si te comes las verduras, serás grande y fuerte!". Desde ese momento, el niño comienza a consumir verduras. Las propiedades reforzantes de ser grande y fuerte transforman las propiedades aversivas previas de comer verduras. Así, comer verduras (su textura, olor y sabor) pasa a significar acercarse al reforzador, en este caso, ser grande y fuerte. Este tipo de conductas gobernadas por reglas, en las que una red relacional determina la función del estímulo al que se refiere la regla, se denomina "augmenting" (Luciano et al. 2012).

Sin embargo, cabe aclarar que una regla sea percibida e interpretada correctamente no garantiza que esta tenga un efecto verdadero en el comportamiento de la persona, o, en otras palabras, que una persona sea capaz de interpretar una regla no asegura su cumplimiento.

El cumplimiento de la regla dependerá de si la consecuencia del comportamiento que esta incentiva a realizar se adecua a los valores personales de quien percibe tal regla, en otras palabras, el cumplimiento de la regla se dará siempre y cuando esté en relación con cosas valiosas para la persona (Luciano et al. 2012).

En el ejemplo anterior, aunque el niño entendió la relación entre comer verduras y convertirse en grande y fuerte, si esta consecuencia no fuera relevante para él, entonces el sabor aversivo de la verdura no estaría transformado como discriminativo por comer verduras. Sin embargo, la transformación podría ocurrir más tarde en su vida si grande y fuerte estuviera conectado a algo que él valora.

Retomando y teniendo como base el aporte de Esposito, D. H. en 2015, en donde partir de su investigación titulada “Influence of prevalent aesthetic body model and body dissatisfaction in high school students” pudo determinar que a mayor influencia del modelo estético corporal mayor es la insatisfacción corporal percibida por la persona, es como se puede concluir que una persona con un gran nivel de insatisfacción corporal, muy probablemente considere un acto valioso el conseguir/mantener un cuerpo delgado, y por ende será mucho más probable que su comportamiento se adecue a las reglas que establecen las advertencias nutricionales.

A partir de todo lo anteriormente desarrollado, se puede llegar a la conclusión de que las advertencias nutricionales características de la Ley de Etiquetado Frontal (27.642), llevan a una mayor probabilidad de evitación de los productos que las presentan en

personas con una extrema insatisfacción corporal, debido a que tales advertencias funcionan como una regla que es interpretada como una amenaza al cumplimiento de los cánones de belleza implantados por el modelo estético corporal, y por ende una amenaza al logro de su éxito personal.

El hecho de siempre comportarse en base a determinadas reglas produce que las personas repitan continuamente una conducta en particular, sin importar que hubiese otras posibles conductas. Llevando así al desarrollo de una de las características más destacadas de la psicopatología, la “inflexibilidad o rigidez psicológica” (Gómez et al. 2007).

Una persona fuertemente influenciada por el modelo estético corporal, y, por ende, con un alto grado de insatisfacción con su cuerpo, puede llegar a basar casi todas sus experiencias en cómo estas afectan su apariencia física. Su percepción de sí misma en términos de cualidades, roles y relaciones pierde importancia a medida que su identidad corporal adquiere más relevancia. La vivencia de su cuerpo se restringe a percepciones relacionadas con el mantenimiento de una apariencia específica. Sus conceptos de lo que es bueno se enfocan cada vez más en la belleza, definida progresivamente por el peso y la forma. La vida de este individuo se estrecha a medida que sus pensamientos, sentimientos y atención se centran en el cuerpo, organizando su comportamiento en torno a la evitación de su imagen corporal, cambiando su apariencia, evitando verse a sí misma, recurriendo a dietas, ejercicio o incluso evitando interacciones sociales (Sandoz y DuFrene, 2011).

Es así como paulatinamente comienza a desarrollarse una inflexibilidad psicológica, en la cual predominan funciones aversivas/evitativas en relación a los alimentos, sobre aquellas funciones apetitivas. Los trastornos alimentarios y las conductas relacionadas se caracterizan por este tipo de rigidez psicológica.

METODOLOGÍA

Diseño de Estudio

Para poder corroborar las hipótesis anteriormente planteadas se llevó a cabo una investigación de tipo cuantitativa, debido a que se recurrió a instrumentos psicométricos de tipo cuestionario para la recolección de datos cuantificables, a su vez el diseño del estudio fue no experimental, trasversal – descriptivo – correlacional, ya que este tuvo como propósito evaluar la existencia de una relación entre las variables de estudio, en un momento único, sin intervención del investigador sobre la población de estudio (Hernández et al. 2016).

Muestra

La muestra está compuesta por 215 adultos argentinos de diversas provincias, como Neuquén, Río Negro, Buenos Aires, Córdoba, Santa Fe, Mendoza y Santiago del Estero. Del total, el 23% (50 personas) son de género masculino y el 77% (165 personas) de género femenino. Las edades de los participantes oscilan entre 18 y 81 años, con un promedio de 31 años.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados en la presente investigación fueron:

Cuestionario sociodemográfico: Indaga variables como la edad, género, nivel educativo, realización de actividad física, conocimiento nutricional y seguimiento de dietas.

Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ): Diseñado por Cooper et al. en 1987 y adaptado a la población española por Raich et al. (1996), este cuestionario autoadministrable explora la autopercepción de la imagen corporal e identifica la insatisfacción con esta. Consta de 34 que podrán ser respondidos a partir de una escala Likert de 6 puntos. Según el puntaje total, se establecen 4 categorías de insatisfacción

corporal: no hay insatisfacción (puntuación < 81), leve insatisfacción (81-110), moderada (111-140) y extrema insatisfacción (>140).

Cuestionario "Influencia de la Ley de Etiquetado Frontal": Este cuestionario, diseñado por el investigador, busca determinar el impacto que tienen las advertencias nutricionales octagonales de la Ley 27.642 en las conductas, pensamientos y emociones de las personas expuestas a estos símbolos. Consta de 37 ítems, que podrán ser respondidos mediante una escala Likert de 6 opciones que va desde nunca (1) hasta siempre (6). Los primeros 27 ítems de este cuestionario están focalizados a determinar la probabilidad que tienen los participantes de consumir ciertos alimentos envasados con advertencias y sin ellas, permitiendo entre ambos formatos. Los 10 ítems restantes tienen como fin evaluar la frecuencia de en la que los participantes experimentan pensamientos, emociones y conductas en relación con las advertencias.

Procedimiento

Los participantes accedieron a la investigación mediante la difusión de esta vía redes sociales, donde se les invitó a participar, se les brindó información sobre el proyecto y se les aseguró el anonimato y confidencialidad de sus datos a través del consentimiento informado. Teniendo en cuenta la información recolectada, se contrastan los datos obtenidos con el planteamiento del problema y las hipótesis. Finalmente, se establece una propuesta de intervención para la temática planteada.

Análisis de Datos

Los resultados de los cuestionarios fueron traducidos a datos numéricos y posteriormente transcritos a una planilla de Microsoft Excel para llevar a cabo un análisis descriptivo y estadístico a través de gráficos.

RESULTADOS

Teniendo en cuenta los objetivos e hipótesis planteadas, se detallan brevemente los resultados encontrados en relación a los objetivos planteados.

En cuanto a la variable de insatisfacción con la imagen corporal, evaluada a través del cuestionario BSQ. Los resultados han arrojado una media para el conjunto de los encuestados de 87.10, lo cual los ubica dentro de la categoría leve insatisfacción acerca de la imagen corporal. Sin embargo, a través de la comparación de datos se estableció que la variable “género” se relaciona en gran medida con los niveles de insatisfacción corporal, ya que las mujeres se encuentran significativamente más insatisfechas con su imagen corporal en comparación a los varones, quienes el 76% no presenta insatisfacción corporal alguna; mientras que, en el caso de las mujeres, el porcentaje sin insatisfacción desciende a 37%. En las restantes categorías, un 28% de las mujeres presenta una leve insatisfacción corporal, un 18% muestra una insatisfacción moderada y un 17% presenta insatisfacción extrema.

Este dato toma aún más relevancia cuando se lo compara con los varones, de los cuales el 18% de los 24% restantes que si presentan algún tipo de grado de insatisfacción se encuentran en el rango leve de la variable, un 4% en el rango moderado, y un 2% representado por una única persona en el rango extremo de dicha variable.

A su vez el 40% del total de las mujeres exceden el punto de corte establecido para identificar población de riesgo de TCA en la versión original del instrumento. Este porcentaje excede la media (53%) si solo se tiene en cuenta a aquellas mujeres que se encuentran entre los 18 y 31 años, presentando un puntaje total promedio de 107. En contraparte, sólo el 10% de los hombres encuestados exceden este punto de corte (Cooper et al. 1987).

En el primer apartado del “Cuestionario de Influencia de la Ley de Etiquetado Frontal”, aunque la mayoría de los alimentos fueron elegidos con mayor frecuencia en su formato sin advertencias octagonales comparado con su presentación con dichas

advertencias, las diferencias en los puntajes entre ambos formatos no son lo suficientemente drásticas para considerarlas relevantes. Esto sugiere que las diferencias podrían no deberse únicamente al impacto de las advertencias, sino a otras variables subjetivas, como la estética o el atractivo de las imágenes. Además, las diferencias de este primer apartado no aumentan significativamente en relación con los niveles de insatisfacción corporal o el género de los encuestados.

No obstante, si se han descubierto datos de gran relevancia en la segunda sección del cuestionario, en donde el puntaje promedio del total de la muestra fue de 2,26, lo cual los ubica dentro de la categoría “casi nunca”. No obstante, al separar y comparar los resultados obtenidos dependiendo del género de los participantes, se puede apreciar una gran diferencia entre ambos grupos, en donde los encuestados pertenecientes al género masculino presentan una puntuación promedio de 2,1, lo cual los ubica levemente por debajo de la puntuación promedio general, sin embargo en el caso de las mujeres sucede todo lo contrario, debido a que presentan una puntuación promedio de 3, lo cual las ubica considerablemente por encima de la puntuación promedio general.

De igual manera, los datos más relevantes arrojados por esta investigación se encuentran a la hora de comparar los resultados dependiendo del grado de insatisfacción corporal presente en los participantes. Al realizar tal comparación se puede observar claramente como el impacto de las advertencias nutricionales va aumentado conforme lo hacen los valores presentados por los participantes en el cuestionario BSQ. Por una parte, los encuestados pertenecientes al grupo “sin insatisfacción corporal” presentaron un puntaje de respuesta promedio de 2,05 en los ítems correspondientes a la segunda sección del cuestionario “Influencia de la Ley de Etiquetado Frontal”, lo cual los ubica por debajo del puntaje de respuesta promedio general. Por otra parte, el grupo con leve insatisfacción corporal presentó un promedio de respuesta de 2,66, ubicándose por encima del promedio y entre las categorías de respuesta “casi nunca” y “raramente”. Siguiendo con el grupo con

moderada insatisfacción corporal, la puntuación promedio de dicho grupo fue de 3.00, situándose en la categoría “raramente” y presentando ya una puntuación considerablemente por encima del promedio. Finalmente, quienes presentaban una extrema insatisfacción corporal presentaron una puntuación promedio de respuesta de 3.75, obteniendo de esta manera el puntaje promedio más alto entre los grupos, ubicándose en el margen de respuesta entre “raramente” y “a menudo”.

Estas diferencias entre los grupos se vuelven más evidentes cuando se los compara ítem por ítem y por sus respectivos porcentajes de respuestas, donde se puede observar cómo a medida que la variable de insatisfacción corporal aumenta también va disminuyendo el porcentaje de la muestra que elige las opciones de menor frecuencia (nunca, casi nunca y raramente) y aumentan las de mayor valor de frecuencia (a menudo, casi siempre y siempre).

A continuación, se presentarán algunos de los resultados más relevantes en relación a la contrastación de las hipótesis planteadas, enfocándose en la comparación de los porcentajes entre los polos opuestos de la variable de insatisfacción corporal (grupo sin insatisfacción corporal y grupo con extrema insatisfacción corporal).

El primer ítem evalúa la atención que los encuestados prestan a las advertencias nutricionales octogonales a la hora de comprar productos alimentarios. Casi la mitad de las personas sin insatisfacción corporal (49%) afirmaron nunca o casi nunca prestar atención a estas advertencias, y solo un 8% dijo prestar atención siempre. En cambio, entre quienes presentan un nivel extremo de insatisfacción corporal, el 32% aseguró prestar atención siempre o casi siempre a los octógonos nutricionales, mientras que solo un 14% afirmó nunca prestarles atención.

En concordancia con lo anteriormente expuesto, el 21% de los participantes que presentaban un grado extremo de insatisfacción corporal aseguraron “siempre” evitar comprar alimentos que presenten varias advertencias nutricionales, y solo un 11% afirmó

“nunca” presentar tal conducta evitativa en su vida cotidiana, al contrario del grupo representado por personas sin insatisfacción corporal, quienes más de la mitad (54%) declararon que “nunca” o “casi nunca” presentaban algún tipo de evitación en relación a tales productos.

Además, ante la afirmación de “a la hora de comprar alimentos, me produce malestar/ansiedad ver que la mayoría de estos llevan advertencias nutricionales”, el 70% de los participantes sin insatisfacción argumentaron “nunca” o “casi nunca” experimentar tal vivencia en su día a día, mientras que, por otro lado, el 36% del grupo de encuestados con extrema insatisfacción corporal afirmaron “siempre o casi siempre” vivenciar dicho malestar.

En cuanto al momento posterior a la consumición de alimentos que presentan algún tipo de advertencia nutricional característica de la Ley 27.642, un 75% de los encuestados sin insatisfacción corporal declararon “nunca” o “casi nunca” haber sentido arrepentimiento por lo consumido, e incluso un 71% afirmaron “nunca” haber presentado sentimientos relacionados a la culpa o a la vergüenza. Lo contrario sucede en el grupo de encuestados con extrema insatisfacción corporal, donde el 54% de estos manifiesta experimentar “siempre” o “casi siempre” sentimientos de arrepentimiento luego de consumir tales productos y un 25% afirma “siempre” experimentar sentimientos relacionados a la culpa y a la vergüenza.

Uno de los datos más relevante es el aumento de la insatisfacción corporal en personas con extrema insatisfacción corporal posterior a haber consumido alimentos con varias advertencias nutricionales. El 50% de este grupo manifestó sentirse “siempre” o “casi siempre” más disconforme con su cuerpo tras tal ingesta. En contraste, el 91% de las personas sin insatisfacción corporal afirmaron “nunca” o “casi nunca” experimentar tal vivencia luego de haber consumido alimentos con sellos de advertencias nutricionales.

Esto último se relaciona con la presencia de pensamientos acerca de conductas compensatorias después de consumir alimentos con advertencias nutricionales. Solo un 2%

de los encuestados con extrema insatisfacción corporal afirma “nunca” tener tales pensamientos, en contraste con el 73% de este grupo que se encuentra en los 3 valores de frecuencia más altos: 36% "siempre", 11% "casi siempre" y 36% "a menudo". Además, el 46% de este grupo declaró “siempre o casi siempre” realizar conductas compensatorias luego de consumir productos con advertencias octogonales.

En cambio, el 98% de los encuestados sin insatisfacción corporal se posicionaron en los valores más bajos de frecuencia en relación a experimentar pensamientos sobre conductas compensatorias después de consumir alimentos con advertencias nutricionales de la Ley 27.642. De estos, el 71% eligió "nunca", el 14% "casi nunca" y el 13% "raramente", mientras que el 2% restante se dividió en partes iguales entre "raramente" y "siempre". Por último, un 82% de las personas sin insatisfacción corporal indicaron “nunca” o “casi nunca” realizar conductas compensatorias después de consumir estos alimentos.

En síntesis, a partir de todos los datos recolectados se puede afirmar que la correlación entre las variables “insatisfacción corporal” e “influencia de las advertencias nutricionales características de la Ley 27.642, mejor conocida como Ley de Etiquetado Frontal, es significativa, debido a que obtuvo un coeficiente de correlación de 0.5 ($r = 0.5$, $p < 0.001$), siendo 0.5 el límite divisorio entre correlaciones moderadas y fuertes.

DISCUSIÓN

Las nuevas advertencias nutricionales impuestas por la Ley Nacional N° 27.642 tienen como objetivo prevenir la malnutrición, a partir de concientizar a la población acerca de los componentes nocivos para la salud que pueden llegar a presentar los productos alimentarios, no obstante, mediante la presente investigación, se ha demostrado que dichas advertencias nutricionales tienen un gran efecto negativo en aquellas personas que se sienten insatisfechas con su imagen corporal.

Antes de centrarse en dicha relación entre variables, es de destacar que los resultados recolectados en relación a la insatisfacción corporal, mediante la administración del cuestionario BSQ, han sido consistentes en comparación con otras investigaciones realizadas en Argentina en donde este mismo cuestionario ha sido aplicado (Murawski et al. 2009; Esposito, 2015). Los datos obtenidos no solo afirman que las mujeres presentan una puntuación media significativamente mayor a la de los varones, sino que también manifiestan un considerable incremento en los puntajes globales en comparación a las investigaciones anteriormente citadas. En relación con, diversos autores señalan un constante incremento en los niveles de insatisfacción corporal a partir de los años 2000 (Cortés et al. 2008).

En la actualidad, luego de más de 20 años de dicha fecha, se sigue manifestando dicha escalada en los niveles de insatisfacción corporal. A partir de los datos recolectados y de lo anteriormente expuesto se puede argumentar que la preocupación e insatisfacción por la imagen corporal se ha convertido en una problemática de alcance general y no una característica reservada únicamente para poblaciones clínicas, sobre todo para el caso de las mujeres.

En cuanto al impacto que tienen los sellos nutricionales, se pudo determinar consistentemente como este varía dependiendo del género y, sobre todo del grado de insatisfacción corporal que la persona presente, siendo en el primer caso las mujeres

quienes se ven mayormente influidas por dichas advertencias. Mientras que en cuanto a la insatisfacción corporal se puede observar claramente como el impacto que tienen las advertencias nutricionales escala conforme a mayor sea el grado de insatisfacción que las personas presenten. Este segundo dato tal vez podría considerarse como la base causal del primero, ya que al ser las mujeres quienes presentan los valores más altos de insatisfacción corporal, esto explicaría porque a su vez son estas mismas son quienes se ven mayormente afectadas por las advertencias. Lo mismo podría decirse en cuanto a la variable “edad” en donde se observó cómo las personas entre los 18 y 25 años son las más afectadas por las advertencias nutricionales, siendo este el rango etario con mayor insatisfacción corporal.

Por ende, el desarrollo posterior se centrará únicamente en la relación entre las advertencias nutricionales y el grado de insatisfacción corporal, ya que las diferencias que puedan darse en relación a las variables de género y edad se considerarán causadas por las diferencias surgidas en relación a la insatisfacción corporal entre un grupo y otro (masculino-femenino, 18-25-otros grupos etarios).

En primera instancia, en cuanto a los momentos previos a la ingesta de alimentos que presentan advertencias nutricionales características de la nueva “Ley de Etiquetado Frontal”, a partir del presente trabajo se comprobó cómo las personas que presentan un extremo, o incluso moderado grado de insatisfacción corporal, presentan puntuaciones significativamente mayores en ítems relacionados a la evitación de consumición e incluso evitación de compra de este tipo de alimentos. Dichas conductas evitativas van aumentando considerablemente conforme lo hace la insatisfacción corporal presente en la muestra, lo cual permite afirmar que aquellas personas que presentan altos grados de insatisfacción corporal tenderán a evitar o consumir menos cantidades de aquellos alimentos que presenten sellos de advertencias nutricionales en comparación con aquellas personas que no presenten dicha insatisfacción corporal o que la presenten en un grado más leve.

No obstante, las personas con una leve insatisfacción corporal, suelen evitar ciertos alimentos, no tanto como quienes presentan un valor extremo de la variable, ni tan poco como aquellos que no presentan dicha insatisfacción, sin embargo, las puntuaciones de la muestra con un grado leve de la variable si se asemejan a quienes presentan un grado moderado de la misma.

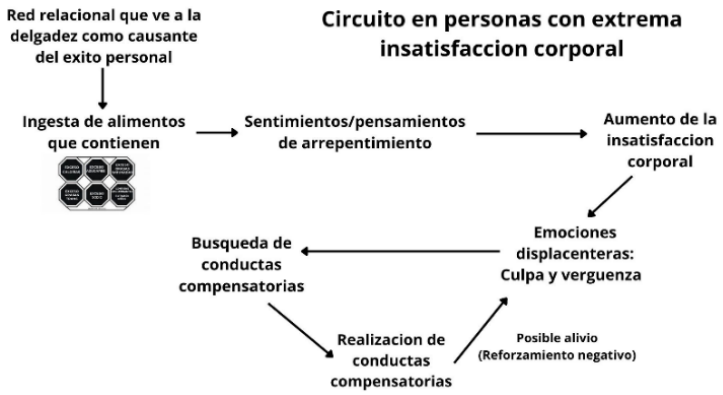
Sin embargo, las diferencias entre los grupos se acentúan considerablemente cuando se focaliza en los momentos posteriores a la ingesta de los alimentos sellados y en los sentimientos negativos y malestares emocionales experimentados. En dichos ítems, se puede observar cómo los datos se radicalizan, tanto para un extremo como para otro, debido a que las personas sin insatisfacción corporal o con un leve grado de dicha variable presentan puntajes aún más bajos que cuando se indagaba acerca de la evitación o la atención que presentaban a dichas advertencias, mientras que por otro lado, las personas con moderada o extrema insatisfacción corporal presentan puntajes mayormente altos, sobre todo en aquellos ítems que hacen referencia a sentimientos de arrepentimiento por lo consumido y el aumento de la insatisfacción corporal posterior a dicha consumición.

Este último dato es de gran importancia, debido a que permite afirmar que no solo la influencia por parte de las advertencias nutricionales aumenta conforme al grado de insatisfacción corporal, sino que estas variables podrían llegar a retroalimentarse mutuamente, debido a que las personas con extrema insatisfacción corporal comúnmente experimentan un aumento en dicha insatisfacción luego de consumir alimentos que presentan sellos advertencias octogonales nutricionales. Esta posible retroalimentación mutua es un dato de gran relevancia, ya que abre la posibilidad de ver indirectamente a la influencia de las advertencias nutricionales como un factor predisponente de los TCA, ya que al ser la insatisfacción corporal un factor predisponente a dichos trastornos, y por otro lado, se ha comprobado que las advertencias nutricionales pueden llegar a incrementar dicha insatisfacción corporal, esto permite pensar que una considerable influencia de la “Ley

de Etiquetado Frontal” aumenta indirectamente el riesgo o la predisposición a la instauración de dichos trastornos al aumentar la insatisfacción con la propia imagen corporal.

Además, esta relación entre los TCA y el impacto que tienen las advertencias nutricionales se relaciona altamente con los últimos dos ítems del cuestionario, los cuales hacen referencia a pensamientos relacionados a conductas compensatorias y sus respectivas llevadas a cabo, donde se ve aún más la radicalización entre los 4 grupos, donde aproximadamente el 75% de los encuestados con leve o sin insatisfacción corporal no piensan ni realizan conductas compensatorias luego de consumir alimentos que contengan advertencias nutricionales, mientras que este dato se invierte completamente al hablar de personas con extrema insatisfacción corporal, donde el 90% piensa en realizar conductas compensatorias y más de un 50% las lleva a cabo.

Todo este circuito presentado en base a los resultados (sentimientos de arrepentimiento - culpa/vergüenza - aumento de la insatisfacción corporal - pensamientos relacionados a compensaciones - conductas compensatorias) se corresponde con los circuitos desarrollados en apartados anteriores a partir de la “Teoría de los Marcos Relacionales” (RFT), en donde los pensamientos y sentimientos de arrepentimiento que una persona con extrema insatisfacción corporal experimenta, se presentan luego de realizar una conducta que según sus redes relacionales la aleja de sus logros, o del tan anhelado éxito personal. Producto de dichos pensamientos es que estas personas perciben un aumento en su insatisfacción corporal y por ende comienzan a experimentar emociones displacenteras, y por último con el fin de deshacerse de dicho malestar, comienzan a pensar en maneras de compensar dicha ingesta, pudiendo finalmente llegar al punto de recurrir y reforzar (R-) conductas desadaptativas que tengan como fin compensar la ingesta de determinados alimentos.



En base a las construcciones teóricas desarrolladas a lo largo del presente trabajo, y a su posterior corroboración empírica mediante datos objetivos y observables, es que se puede concluir y afirmar que, no solo las personas que presenten mayor grado de insatisfacción corporal tenderán a consumir menos cantidad o incluso evitar aquellos alimentos que presenten sellos de advertencias nutricional característicos de la “Ley de Etiquetado Frontal” , sino que también, en caso de que estas mismas personas consuman dichos alimentos, será muy probable que presenten pensamientos de arrepentimiento, emociones displacenteras como la “culpa” o vergüenza” y que por ende piensen y recurran a conductas que tengan como fin compensar dicha ingesta, lo cual podría indicar una predisposición a padecer de algún tipo de trastorno de la conducta alimentaria.

APORTES Y CONTRIBUCIONES DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación aporta una gran cantidad de hallazgos significativos al campo de la psicología de la alimentación, caracterizándose por su originalidad, debido a que aborda una problemática que previamente no ha sido estudiada.

Los datos de esta investigación demuestran que las advertencias nutricionales de la "Ley de Promoción de Alimentación Saludable" pueden afectar negativamente las cogniciones, emociones y conductas alimenticias en personas con insatisfacción corporal.

Posicionándose desde una perspectiva crítica, esta investigación resalta cómo este tipo de políticas públicas pueden tener consecuencias negativas en el estado de bienestar

psicofísico en personas vulnerables a desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, a partir de haber demostrado cómo las advertencias nutricionales, aunque bien intencionadas, pueden exacerbar problemas de insatisfacción corporal y desencadenar comportamientos alimentarios perjudiciales en individuos vulnerables.

Dicha visibilización es crucial para la formulación de políticas de salud pública más inclusivas y comprensivas, que consideren el impacto psicológico y no solo físico de las intervenciones nutricionales.

Por último y no menos importante, la investigación realiza aportes teóricos y prácticos en la relación entre la insatisfacción corporal y el comportamiento alimentario, mostrando cómo las personas con insatisfacción corporal pueden ser más receptivas a las advertencias nutricionales y actuar en consecuencia.

LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Una de las limitaciones de esta investigación es que, si bien se han obtenido datos de las diferentes provincias de Argentina, no se ha logrado cubrir la totalidad del país, dejando fuera algunas provincias como Chaco, Tierra del Fuego y Catamarca, entre otras.

No obstante, la principal limitación de esta investigación es la evaluación de la insatisfacción corporal en hombres, ya que la mayoría de los instrumentos disponibles están diseñados para mujeres con trastornos alimentarios. Esto ha generado un sesgo que dificulta una evaluación precisa en hombres. Por lo tanto, los hallazgos sobre la población masculina deben interpretarse con cautela, dado que los ideales de belleza en hombres valoran un cuerpo esbelto y musculoso, a diferencia de las mujeres, que enfrentan ideales de delgadez. Lo cual diferenciara en gran medida la construcción de aquella figura fantaseada, y, por ende, en los hábitos alimentarios que cada genero adoptara para conseguir tal figura, siendo el caso de los hombres, consumir grandes cantidades de

proteínas para ganar masa muscular, al punto de que en la actualidad se hable sobre “anorexia inversa” para el caso del género masculino.

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN FUTURAS

Como resultado de las limitaciones y hallazgos de esta investigación, se proponen varias direcciones para futuras investigaciones que profundicen aún más en la temática.

Una futura línea de investigación podría medir cómo estas políticas han mejorado la calidad de la alimentación y la salud, reduciendo enfermedades no transmisibles y la obesidad. Esto permitiría evaluar la efectividad de las advertencias nutricionales y comparar los beneficios en la prevención de enfermedades con los impactos negativos en personas con insatisfacción corporal. Así, se podría determinar si los beneficios compensan los efectos nocivos en personas vulnerables a trastornos alimentarios.

Asimismo, se sugiere evaluar el impacto que tienen los octógonos nutricionales específicamente en poblaciones con TCA, sobre todo aquellas tendientes al autocontrol y a la restricción alimentaria, para evaluar tanto su impacto en la persona como también si tales advertencias conllevan mayores dificultades para el proceso de tratamiento y recuperación de un patrón alimentario saludable.

Por último, y en base a las limitaciones del presente trabajo, será crucial desarrollar investigaciones que tengan como objetivo evaluar la insatisfacción corporal en la población masculina. Esto permitirá diseñar y validar instrumentos específicos para medir esta variable en hombres, para de esta manera superar las limitaciones que tiene tanto el presente estudio como el área diagnóstica de la psicología en esta población.

PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN

En base a los resultados obtenidos mediante los instrumentos utilizados y las respectivas conclusiones, se formula las siguientes propuestas de intervención:

1) **Modificación de las Advertencias Nutricionales de la Ley 27.642:**

Se propone una modificación de las advertencias nutricionales establecidas por la Ley de Promoción de Alimentación Saludable (27.642), la cual deberá estar orientada a evitar que los sellos de advertencia se focalicen únicamente en los aspectos negativos de los productos alimenticios, sino que también se incluya información sobre los aspectos positivos de estos. Esta modificación podría proyectar una visión más equilibrada y completa de los alimentos, destacando tanto los nutrientes beneficiosos como las sustancias en exceso.

2) **Intervenciones Públicas de Educación Nutricional:**

Es crucial implementar intervenciones públicas que eduquen a la población sobre cómo interpretar las advertencias nutricionales de manera objetiva, sin dejarse llevar por pensamientos negativos o creencias personales (redes relacionales). Estas intervenciones deben enfatizar que consumir un producto con una advertencia de "exceso en" no implica necesariamente que uno se va a exceder en dicha sustancia, sino que esto dependerá de la cantidad consumida. Es importante desliteralizar los sellos, enseñando a las personas que estas advertencias son guías para un consumo responsable y no prohibiciones absolutas.

3) **Intervenciones Terapéuticas para Pacientes con Trastornos Alimentarios:**

En el área clínica, se propone indagar acerca de la relación que tienen los pacientes con trastornos de la conducta alimentaria con las advertencias nutricionales. En caso de que se identifique una visión perjudicial respecto a estas, se deberán realizar intervenciones que tengan como fin mejorar esas cogniciones, enfocándose sobre todo en poder conseguir que los pacientes aprendan a ver las advertencias nutricionales como lo que realmente son: guías informativas sobre ciertos aspectos del producto, y no como un sinónimo de engordar, fomentando una percepción más equilibrada y constructiva de dichas advertencias, y promoviendo una relación más saludable con la alimentación.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Aguad, Y., Araya, N., Elías, J., Hidalgo-Alcázar, C., & Leger, P. (2020). Impacto del etiquetado nutricional en el comportamiento de los consumidores de la IV Región, Chile. *Revista de Investigación Aplicada en Ciencias Empresariales, 9*(1), 7-26.

Altare, L. I., Correche, M. S., & Robles Ridi, P. E. (2012). Imagen corporal y hábitos alimentarios en estudiantes de la Universidad Nacional de San Luis según el género. En *IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Alzate Colorado, D., Castrillón Taba, M., & Castillo Parra, H. (2015). Las etiquetas nutricionales: una mirada desde el consumidor. *Revista En-Contexto, 3*(3), 121–140.

Arana, J. M., Meilán, J. J. G., & Pérez, E. (2010). Toma de decisiones en la anorexia nerviosa.

Atencio, P. L., Prado, J. R., Montilla, M., Viana, Z. M., Da Silva, G., & Arteaga, F. (2008). Insatisfacción por la imagen corporal y baja autoestima por la apariencia física en estudiantes de la facultad de medicina de la Universidad de los Andes del Estado Mérida Venezuela. *MHSalud: Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud, 5*(1).

Baile, J. I. (2003). ¿Qué es la imagen corporal? *Cuadernos del Marqués de San Adrián: Revista de Humanidades, (2)*, 53-70.

Baile, J. I., Guillén Grima, F., & Garrido, E. (2002). Insatisfacción corporal en adolescentes medida con el Body Shape Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud, 2*(3), 439-450.

Briones, M. F. B., Macías, L. A. P., Murillo, J. L. R., & Muñoz, D. Z. V. (2019). Las emociones y su impacto en la alimentación. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales (RCS), (7)*, 15.

Carrasco, T. J., & Adame, M. L. (2000). Análisis funcional de la anorexia y bulimia nerviosa. En *Trastornos de la conducta alimentaria: Del tratamiento a la prevención* (pp. 65-89). Universidad de Vigo.

Carrasquilla, R. (2001). Efectos del etiquetado nutricional en los hábitos alimentarios de los consumidores. *Revista de Nutrición Humana y Dietética, 14*(3), 21-34.

Castrillón Moreno, D., Luna Montaño, I., Avendaño Prieto, G., & Pérez-Acosta, A. M. (2007). Validación del Body Shape Questionnaire (Cuestionario de la Figura Corporal) BSQ para la población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología, 10*(1), 15-23.

Casas Caruajulca, E., & Muguruza Sánchez, L. J. (2022). Percepción del etiquetado nutricional, compras y consumo de alimentos ultraprocesados durante la cuarentena por COVID-19 en la población peruana.

Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders, 6*(4), 485-494.

Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., ... & Arancibia, M. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios, 7*(2), 116-124.

Cortés, I., Solé, A., Luque, A., & López, A. (2008). Estudio de insatisfacción corporal. *Zainak, 30*, 147-159.

Crispo, R., Figueroa, E., & Guelar, D. (1997). *Anorexia y bulimia: Lo que hay que saber*. Gedisa.

Espósito, D. H. (2015). Influence of prevalent aesthetic body model and body dissatisfaction in high school students. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios, 6*(2), 91-96.

Froján Parga, M. X., González Lacson, M., & Cristóbal Fresnillo, R. (2006). *Qué es la anorexia*. Biblioteca Nueva.

Gómez-Martín, S., López-Ríos, F., & Mesa-Manjón, H. (2007). Teoría de los marcos relacionales: Algunas implicaciones para la psicopatología y la psicoterapia.

Honorable Congreso de la Nación Argentina. (2021, 11 de noviembre). Ley 27.642. Promoción de la Alimentación Saludable. https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/356607/texto

Lameiras, M., Calado, M., Rodríguez, Y., & Fernández, M. (2003). Hábitos alimentarios e imagen corporal en estudiantes universitarios sin trastornos alimentarios. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud, 3*(1), 23-33.

Leiderman, E. A., & Triskier, F. J. (2004). Actitudes, conductas alimentarias y rasgos obsesivo-compulsivos en adolescentes de la ciudad de Buenos Aires. *ERTE, 15*(57), 174.

Llorca, G., Cabrejas, B., Gallego, T., Fernández-Fernández, R., Bueno, G., & Diez, M. A. (2010). Psicopatología alimentaria: Disconformidad corporal y género. *Recuperado el, 12*, 145-152.

Luciano, C., Valdivia-Salas, S., & Ruiz, F. J. (2012). The self as the context for rule-governed behavior. En L. McHugh & I. Stewart (Eds.), *The self and perspective taking: Research and applications* (pp. 143-160).

Madrid, J. M. L., & Tenas, N. S. (2005). *Prevención de la anorexia y la bulimia: Educación en valores para la prevención de los trastornos del comportamiento alimentario*. Nau Llibres.

Maero, F. (2018). Innovaciones en los modelos cognitivo–conductuales. En E. L. Keegan, *Terapia de Aceptación y Compromiso* (págs. 113–152). Buenos Aires, Argentina: Akadia.

Mairal, J. B. (2016). La década de las Terapias Contextuales. *Análisis y Modificación de Conducta, 42*(165-66).

Meyer, S. B. (2008). Functional analysis of eating disorders. *Journal of Behavior Analysis in Health, Sports, Fitness and Medicine, 1*(1), 26.

Ministerio de Salud. (2021). *Manual de aplicación rotulado nutricional frontal. Aplicación de la Ley N°27642 y el decreto 151/22.2021*.

Murawski, B. M., Elizathe, L., & Rutsztein, G. (2009). Hábitos alimentarios e insatisfacción con la imagen corporal: Un estudio comparativo entre mujeres y varones estudiantes de escuelas secundarias. *Anuario de Investigaciones, 16*, 65-72.

Sandoz, E., Wilson, K., & DuFrene, T. (2011). *Acceptance and Commitment Therapy for Eating Disorders: A Process-Focused Guide to Treating Anorexia and Bulimia*. New Harbinger Publications.

Santos-Antonio, G., Bravo-Rebatta, F., Velarde-Delgado, P., & Aramburu, A. (2019). Efectos del etiquetado nutricional frontal de alimentos y bebidas: Sinopsis de revisiones sistemáticas. *Revista Panamericana de Salud Pública = Pan American Journal of Public Health*.

Slade, P. (1982). Towards a functional analysis of anorexia nervosa and bulimia nervosa. *The British Journal of Clinical Psychology, 21*(Pt 3), 167–179.

Soriano, M. C. L., & Salas, M. S. V. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (ACT). Fundamentos, características y evidencia. *Papeles del Psicólogo, 27*(2), 79-91.

Subires, L. L., del Pueyo Aliaga, I., & Abad, L. C. El impacto de la publicidad en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.

Suclupe García, K. M. (2018). Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de una institución educativa femenina, Lambayeque, 2018.

Törneke, N. (2016). *Aprendiendo TMR: Una introducción a la Teoría del Marco Relacional y sus aplicaciones clínicas*. Didacbook.

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

ANEXOS

Consentimiento informado

Me ha sido explicado que Lautaro Ibáñez, estudiante de la Facultad de Psicología de UFLO Universidad, desea conocer la influencia de las advertencias nutricionales octagonales en personas con diferentes grados de insatisfacción corporal.

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se me presentarán a continuación.

La participación en esta investigación es completamente y estrictamente voluntaria, por lo que puede retirarse en cualquier momento.

Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar (o equipo responsable).

Tomando ello en declaración, yo mayor de edad, manifiesto que he tenido la oportunidad de leer esta declaración de consentimiento informado, y decidir sobre mi participación.

Nombre y Apellido	_____
Otorgo mi consentimiento	SI/NO

Cuestionario sobre datos sociodemográficos

Datos	**Opciones**
Edad	A completar
Género	Masculino/Femenino/Otro
Nivel educativo	Primario/Secundario/Terciario
Provincia	Todas las provincias de Argentina
¿Con qué frecuencia realiza actividad física?	Nunca- 1 una vez por semana- 2/3 veces por semana- 4/5 veces por semana- Todos los días
¿Cuál es el motivo por el que realiza actividad física?	Diversión y pasar el tiempo- Encontrarse con amigos- Porque es saludable- Porque le gusta el deporte- Para mantener/bajar de peso- Otra razón
¿Actualmente usted está realizando algún tipo de dieta?	SI/NO
Cuento con el suficiente conocimiento nutricional como para poder comprender lo que me quieren comunicar las advertencias nutricionales	SI/NO

Cuestionario de imagen corporal (BSQ)

Conteste al siguiente cuestionario lo más exactamente posible. Cada pregunta tiene seis posibles respuestas: 1 (Nunca), 2 (Rara vez), 3 (Algunas veces), 4 (A menudo), 5 (Muy a menudo), 6 (Siempre).	opción del 1 al 6
1- ¿Se sintió o se siente enfadada al hacer examen sobre su figura?	
2- ¿Se sintió o se siente tan preocupada por su figura que pensó o piensa que debería ponerse a dieta?	
3- ¿Pensó o piensa que sus nalgas, caderas o muslos eran demasiado grandes en relación al resto de su cuerpo?	
4- ¿Sintió temor a volverse gorda o a engordar?	

5- ¿Se sintió preocupada porque su carne no era lo bastante firme?	
6- ¿La sensación de plenitud (por ej. Después de una comida) le hizo o le hace sentirse gorda?	
7- ¿Se sintió o se siente tan mal con su figura que tuvo o tiene que gritar cuando se ve?	
8- ¿Evitó o evita correr a causa de que su carne puede tambalearse? 9- ¿El hecho de estar junto a una mujer delgada le hizo o le hace tomar conciencia sobre su figura?	
10- ¿Se sintió o se siente preocupada por la parte de sus muslos que quedan visibles al sentarse?	
11- ¿El hecho de comer incluso una pequeña cantidad de comida le hace sentirse gorda?	
12- ¿El hecho de tener conocimiento de la figura de otra mujer le hace sentir la suya comparada desfavorablemente?	
12- ¿El hecho de tener conocimiento de la figura de otra mujer le hace sentir la suya comparada desfavorablemente?	
13- ¿El hecho de pensar en su figura interfiere en su capacidad para concentrarse (por ej. mientras ve la tele, o lee)?	
14- ¿El estar desnuda (por ej. al tomar un baño) le hace sentirse gorda?	
15- ¿Evita ponerse ropas que realzan su figura corporal?	
16- ¿Imagina desprenderse de determinadas partes de su cuerpo?	
17- ¿El hecho de comer pasteles, caramelos u otros productos de valor calórico alto le hace sentirse gorda?	
18- ¿No asiste a reuniones sociales (por ej. fiestas) a causa de que se sintió mal con su figura?	
19- ¿Se siente excesivamente rechoncha o gruesa?	
20- ¿Se siente avergonzada de su cuerpo?	
21- ¿La preocupación por su figura le hace estar a dieta?	

22- ¿Se siente más feliz con su figura cuando su estómago está vacío (por ej. por la mañana)?	
23- ¿Piensa que la causa de su figura es la falta de autocontrol?	
24- ¿Se siente preocupada por que otras personas vean sus michelines en su cintura o estómago?	
25- ¿Siente que no es justo que otras mujeres sean más delgadas que usted?	
26- ¿Vomito con la intención de sentirse más ligera?	
27- ¿En compañía con otras personas se siente preocupada por ocupar demasiado espacio (por ej. sentada en un sofá o en el asiento del autobús)?	
28- ¿Se siente preocupada por el hecho de que se le formen hoyuelos en la piel?	
29- ¿El verse reflejada (por ej. en un espejo o en un escaparate) le hace sentirse mal con su figura?	
30- ¿Pellizco zonas de su cuerpo para ver cuánta grasa contiene?	
31- ¿Evita situaciones donde otras personas podrían haber visto su cuerpo (por ej. vestuarios comunitarios piscinas)?	
32- ¿Toma laxantes para sentirse más ligera?	
33- ¿Tomó especial conciencia de su figura en compañía de otras personas?	
34- ¿La preocupación por su figura le hace sentir que debería hacer ejercicio?	

Influencia de las advertencias octagonales características de la Ley 26.462

Conteste los siguientes ítems dependiendo de la respuesta que más se adapte a usted, respuestas posibles: 1 (nunca) - 2 (rara vez) - 3 (algunas veces) - 4 (a menudo) - 5 (muy a menudo) - 6 (siempre).	opción del 1 al 6
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma?	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma?	

Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma?	

Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el alimento presentado a continuación, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	
Cuando usted tiene la posibilidad de consumir el siguiente alimento, ¿qué tan probable sería que lo consuma? 	