



## Obesidad, estigma de peso y variables relacionadas

### *Obesity, weight stigma and related variables*

En el reciente informe de la OMS de la Región Europea (1) la obesidad se ha identificado como un problema grave de salud pública a nivel mundial y como un factor determinante de discapacidad y muerte. Según este informe el sobrepeso y la obesidad afectan a casi el 60 % de los adultos y a casi uno de cada tres niños (29 % de los niños y 27 % de las niñas), sugiriendo que el sobrepeso y la obesidad son el cuarto factor de riesgo más común de enfermedades no transmisibles. También es el principal factor de riesgo de discapacidad, causando el 7 % del total de años vividos con discapacidad. Además la obesidad está relacionada con una mayor morbilidad y mortalidad por COVID-19.

Las personas con sobrepeso y obesidad están afectadas por el estigma de peso consistente en la suposición no probada de que su peso corporal se deriva principalmente de una falta de autodisciplina y responsabilidad personal, lo cual no es apoyado por la evidencia científica, cuyos resultados muestran que la regulación del peso corporal está determinada por múltiples factores (biológicos, genéticos y ambientales) que influyen en la obesidad (2). Además, produce consecuencias negativas, tales como, malestar psicológico, discriminación social, baja calidad de vida, etc.

Por ello, es importante estudiar la relación entre la obesidad, el estigma de peso y otras variables relacionadas, especialmente, según Aschner (3), en el contexto latinoamericano, donde la investigación en el tópico es escasa, a pesar de que se estima que en el año 2030, el sobrepeso y la obesidad afectarán al 50 % de los hombres y al 60 % de las mujeres en América Latina. En el presente número de la revista *Nutrición Hospitalaria* se muestra evidencia empírica de este tópico en el contexto que señala este autor. Vilugrón y cols. estudian la prevalencia del estigma relacionado con el peso y analizan su asociación con la obesidad y la percepción de la calidad de vida en una muestra de 262 estudiantes universitarios (18-29 años) de Valparaíso (Chile) (4). La prevalencia del estigma relacionado con el peso fue mayor en mujeres (29,5 %) y en los jóvenes que presentaban obesidad (68,0 %). El análisis de regresión logística múltiple (ajustado por edad y sexo) mostró que en los jóvenes que presentaban estigma relacionado con el peso se observaba peor calidad de vida (peor percepción de salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente) respecto a los estudiantes no estigmatizados. Los autores concluyen que el estigma relacionado con el peso, más que la obesidad en sí misma, se asoció con una peor calidad de vida en los estudiantes expuestos a situaciones estigmatizantes relacionadas con el peso. Estos resultados apoyan la evidencia empírica existente.

Ortiz-Rodríguez y cols. (5) estudiaron la relación entre el estigma de peso y la alimentación emocional, que se refiere a la tendencia a comer en exceso en respuesta a emociones negativas y se ha demostrado que está asociada tanto con el aumento de peso como con las dificultades para perder peso y mantenerlo (6). La muestra estuvo compuesta por 332 participantes mayores de 50 años residentes de la región de La Araucanía (Chile), de los cuales el 57,8 % fueron mujeres. Para analizar las relaciones causales entre las variables proponen un modelo que contrastan mediante el análisis de ecuaciones estructurales. Se encontraron relaciones directas, entre las que cabe mencionar la relación del *estigma* de peso y *alimentación* emocional. Así, cuanto mayor es el estigma de peso mayor es la alimentación emocional. Esta relación está mediada por la internalización del sesgo de peso y el malestar psicológico. La internalización del sesgo de peso se define como la internalización

## editorial

de actitudes negativas basadas en el peso que conducen a la autodevaluación al respaldar prejuicios sobre las personas con obesidad, independientemente del propio peso objetivo (7). Respecto al malestar psicológico, este factor estuvo compuesto por los indicadores de sintomatología ansiosa y sintomatología depresiva. Se encontraron otros efectos directos entre las variables que pueden consultarse en el presente número. El modelo tuvo buenos indicadores de bondad del ajuste y explicó un 85 % de la varianza de la variable alimentación emocional. Estos resultados aportan evidencia empírica que puede ser útil para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad con un enfoque multidisciplinar. Para concluir, como sugieren otros autores (8), el estigma del peso en el campo de la obesidad es un factor psicosocial relevante para su prevención y tratamiento que requiere más atención. Por otro lado, los adolescentes pueden ser especialmente vulnerables a las consecuencias sociales y emocionales negativas del estigma relacionado con el peso (9). Es necesaria una mayor investigación que aporte nueva evidencia empírica para mejorar el bienestar y la calidad de vida tanto en adultos como en jóvenes con obesidad y estigma de peso.

---

*Conflictos de interés: los autores declaran no tener conflicto de interés.*

María Teresa Anarte Ortiz

*Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Universidad de Málaga.  
Instituto de Investigación Biomédica de Málaga. IBIMA. Málaga*

## Bibliografía

1. WHO European Regional Obesity Report 2022. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2022. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/353747/9789289057738-eng.pdf>
2. Sánchez-Carracedo D. El estigma de la obesidad y su impacto en la salud: una revisión narrativa. *Endocrinol Diabetes y Nutr* 2022;69:868-77. DOI: 10.1016/j.endinu.2021.12.002
3. Aschner P. Obesity in Latin America. In: Ahima RS, editora. *Metabolic Syndrome*. 2016. Springer, Cham; 2016. p. 33-9. DOI: 10.1007/978-3-319-11251-0\_4
4. Vilugrón Aravena F, Cortés M, Valenzuela J, Rojas C, Gutiérrez P. Obesidad, estigma relacionado con el peso y su asociación con la percepción de la calidad de vida en estudiantes universitarios chilenos. *Nutr Hosp* 2023;40(3):543-50. DOI: 10.20960/nh.04338
5. Ortiz Rodríguez B, Gómez Pérez D, Ortiz Parada M. Relación entre estigma de peso y alimentación emocional: una aproximación desde el modelo de ecuaciones estructurales. *Nutr Hosp* 2023;40(3):521-8. DOI: 10.20960/nh.04159
6. Frayn M, Knäuper B. Emotional eating and weight in adults: A review. *Curr Psychol* 2018;37(4):924-33. DOI: 10.1007/s12144-017-9577-9
7. Durso L, Latner J. Understanding self-directed stigma: Development of the weight bias internalization scale. *Obesity* 2008;16(2):80-6. DOI: 10.1038/oby.2008.448
8. Puhl RM, Himmelstein MS, Pearl RL. Weight stigma as a psychosocial contributor to obesity. *American Psychologist* 2020;75(2):274-89. DOI: 10.1037/amp0000538
9. Langford R, Davies A, Howe L, Cabral C. Links between obesity, weight stigma and learning in adolescence: a qualitative study. *BMC Public Health* 2022;22:109. DOI: 10.1186/s12889-022-12538-w