

Test de obsesión: en la alimentación, imagen y peso

Yovana Figueroa Pinilla

12 de Junio de 2010

INDICE

Abstract / Resumen.....	p. 3
Introducción.....	p. 4
Método	
Muestra.....	p. 5
Procedimiento.....	p. 6
Instrumento.....	p. 6
Resultados.....	p. 7
Conclusión.....	p. 8
Referencias.....	p. 10
Anexo I	

ABSTRACT

The main objective is to check the internal consistency (reliability) and validity of an obsession test. Dependent variables would be the items of which is composed of the same and independent aspects such as age, sex, or studies conducted. One of the hypothesis from which it starts is that young women get a higher mark in food and image obsession tests. The test has been carried out among men and women between 13 and 26 years old, so there would be a negative correlation, the younger the bigger obsession.

keywords: obsession, feeding, image, test, teenagers

RESUMEN

El principal objetivo es comprobar la consistencia interna (fiabilidad) y validez de un test sobre obsesión. Las variables dependientes serían los ítems de los que está compuesto el mismo y las independientes aspectos como la edad, el sexo o los estudios realizados. Una de las hipótesis de la que se parte es que las mujeres adolescentes puntúan más alto en el test de obsesión a la alimentación y a la imagen. El test se ha pasado a mujeres y hombres de entre 13 y 26 años, por lo que habría una correlación negativa, a menor edad mayor obsesión.

Palabras clave: obsesión, alimentación, imagen, test, adolescentes.

INTRODUCCIÓN

En el libro *La obsesión por comer* de Hirschmann y Munter (1989) “Lo que preocupa a Hirschmann y Munter y a sus pacientes es la ingestión compulsiva de comida en que incurrimos muchos de nosotros, a pesar de nuestras mejores intenciones. Las autoras centran su trabajo en nuestra obsesión por la comida, en nuestra propia disconformidad con nuestros hábitos alimentarios –estamos disconformes cuando comemos y cuando no comemos-, en nuestro sentimiento de culpa y de encontrarnos fuera de control. Su objetivo es reconciliarnos con nosotros mismos, liberarnos de nuestros modelos compulsivos respecto de la comida, para alcanzar una cierta armonía con el cuerpo, y no simplemente para perder peso sin saber a qué precio.” (p. 12) y ese “perder peso sin saber a qué precio” nos lleva a desórdenes alimentarios y malos hábitos como los que se pueden apreciar en algunos de los ítems del test, como por ejemplo “A veces como mucho de todo aquello de lo que me he privado en días anteriores como galletas y chocolate”. Y es que de nuevo, cuando estamos a dieta “en vez de comer sobre la base de hambre natural o de las señales de saciedad, comemos sobre la base de cálculos calóricos o de complicadas combinaciones nutricias” (Hirschman y Munter, 1989, p.14) como en el test “mientras como trato de calcular las calorías que estoy ingiriendo”. En definitiva es un libro que no solo estudia la obsesión por la comida sino que además propone consejos para superarla.

Otros autores como Gavino y Godoy (1988) también estudiaron las obsesiones pero afirman que es un trastorno complicado a la hora de investigar por sus inconvenientes como la imposibilidad de recoger una muestra amplia de pacientes o la solicitud de ayuda de los pacientes se da mucho después de la aparición de la obsesión. Según estos autores, las obsesiones suelen darse en torno a los 15 y 20 años de ahí que la muestra que hemos cogido vaya de los 13 a los 25 años.

En cualquier caso, sea cual sea el tipo de obsesión, en todas “se parte de la afirmación de que existe un cierto grado de vulnerabilidad o de predisposición personal y una cierta sensibilidad exagerada a la crítica y a la culpabilidad” (Gavino y Godoy, 1988, p. 203) De este modo, si tuviésemos una gran sensibilidad a que nos criticaran por nuestro aspecto, este hecho podría desembocar en una obsesión con la imagen.

Una de las hipótesis de la que se parte es que las mujeres adolescentes puntúan más alto en el test de obsesión a la alimentación y a la imagen. Como demuestran algunos estudios realizados en Gran Bretaña, Estados Unidos, Suecia y Australia, el 80% de las adolescentes estaban preocupadas por su imagen corporal, considerándose obesas más del 50%, cuando las medidas antropométricas revelaron que sólo lo eran el 25%, según las tablas normalizadas de peso, altura y edad utilizadas (Crispo, R., y otros, 1996).

MÉTODO

Muestra

La muestra que se ha tomado para este estudio sobre obsesión han sido n=104, hombres y mujeres de edades comprendidas entre 13 y 26 años.

La selección de la muestra ha sido de un modo incidental o accidental. Se aprovechan las muestras disponibles como amigos, conocidos o gente cercana para poder tomar el número de sujetos deseado.

Procedimiento

Se ha proporcionado una hoja con ítems a los sujetos, éstos se han podido llevar el test a casa y rellenarlo por su cuenta y cuando han podido lo han devuelto. Esto lleva a pensar que dicho test ha podido ser realizado en condiciones diferentes para cada sujeto. Y por lo tanto, en diferentes lugares.

Es un test totalmente confidencial, el experimentador no sabe en ningún momento qué personas coinciden con cada test. Sin embargo, el hecho de que el mismo de haya podido realizar en diferentes lugares, es posible que se haya realizado en común, mostrando los datos a algún miembro de la familia. Este hecho es más probable en el caso de los sujetos menores de edad porque existe la posibilidad que sus padres hayan estado delante en la realización del mismo y no hayan sido del todo sinceros.

Instrumento

El único instrumento utilizado para la realización de esta investigación ha sido un test, con ítems que hacían referencia a dos factores: obsesión alimenticia y obsesión por la imagen. Además, para asegurarnos de que los sujetos no han caído en la deseabilidad social, se han distribuido a lo largo del test cinco ítems que hacen referencia a este factor. Al terminar de contestar a los ítems rodeando una de las cinco opciones que se dan, en una escala del uno al cinco, donde uno es nunca, tres es a veces y cinco siempre, los sujetos responden a su edad, sexo, número de hermanos, nivel económico y estudios realizados, para un mayor conocimiento de los sujetos y para saber si podemos establecer una relación con los resultados.

En el anexo I se adjunta una hoja de respuestas tal como la han recibido los sujetos.

RESULTADOS

En el análisis de fiabilidad o consistencia interna se ha obtenido una puntuación del α de Cronbach de 0,914 por lo que no eliminamos ningún ítem porque eso supondría que este índice bajase.

En cuanto al índice de calidad de los ítems ninguno baja de 0,26 lo que indica que tampoco es necesario prescindir de ningún ítem.

Inicialmente se hipotetizaron dos factores para este test sobre obsesión: alimentación e imagen. Los ítems del factor alimentación son los que pertenecen a los números 1, 4, 5, 9, 11, 15, 17, 19, 21, 23, 26, 28, 30, 31, 32, 34 y 36 con un rango de índice de calidad que va de 0,373 a 0,701. Los ítems del factor imagen son 2, 6, 8, 10, 13, 14, 18, 20, 22, 24, 25, 27, 29, 33, 35, 37 sus índices de calidad van de 0,259 a 0,626.

El análisis factorial muestra que se pueden obtener hasta ocho factores con un porcentaje de varianza explicada de 68,793%.

El número de factores del que se partía era de dos (alimentación e imagen) y se ha modificado a tres para tener una mínima varianza explicada del 47,210%.

Los factores del constructo inicial, obsesión, con los que se trabajará en adelante serán alimentación, imagen y el tercero que se añade es peso.

La clasificación de los ítems es de la siguiente forma; los que tienen que ver con el factor alimentación son 1, 4, 5, 15, 17, 19, 21, 23, 26, 28 y 34; los que pertenecen al factor imagen 2, 8, 10, 13, 14, 18, 20, 22, 24, 25, 27, 29, 33, 35, 37; y los que

pertenecen al nuevo factor peso 1, 4, 5, 6, 9, 11, 15, 23, 26, 30, 31, 32, 34, 36. Algunos ítems por su ambigüedad pertenecen a dos factores a la vez como por ejemplo el ítem 4 “prefiero comer frutas y verduras a otros alimentos por su bajo aporte calórico”, se situaría en el factor alimentación pero también en el factor peso porque destaca un aspecto que es relevante para la situación “peso” que sería el aporte calórico.

En cuanto al factor de deseabilidad social, eliminamos de los resultados a todos aquellos sujetos que puntuaron más de 4,10 cuya puntuación máxima de toda la muestra es 4,50 a los cuatro ítems que se distribuían a lo largo del test. En total solo se descartaron a 5 sujetos quedándonos con una muestra de $n=99$.

Intentando responder a la hipótesis de que las mujeres adolescentes puntúan más alto en el test de obsesión a la alimentación y a la imagen. El test se ha pasado a mujeres y hombres de entre 13 y 26 años, por lo que habría una correlación negativa, a menor edad mayor obsesión. Sin embargo, el estadístico de Pearson ($r_{xy}= 0,43$) no corrobora esta afirmación, tampoco lo hace el error de tipo I o α que es igual a 0,679.

CONCLUSIÓN

Para comprobar si las hipótesis de que el test tenía una alta consistencia interna y validez, se ha realizado el análisis de fiabilidad, el índice de α de Cronbach es elevado y los índices de calidad de los ítem aunque sean algo más bajos se encuentran en un valor “aceptable” para que se pueda afirmar que estamos hablando de un test fiable.

En cuanto a la validez, la hipótesis de dos factores en el test se ha comprobado que era errónea. Con un tercer factor se ha conseguido elevar el porcentaje de varianza explicada hasta 47.210%.

Y por último la hipótesis de que a menor edad mayor obsesión tampoco se ha cumplido, por los resultados que se aprecian en el apartado de 'Resultados'

Las limitaciones con las que nos hemos encontrado para poder generalizar es que los sujetos han completado el test en diferentes lugares y situaciones lo que puede ser un sesgo que no se ha podido controlar en la realización del mismo. Además sería conveniente realizar un muestreo probabilístico estratificado, en lugar del muestreo incidental.

Nuestro estudio puede ser una prueba para conocer el grado o si existe obsesión en algún sector de la población.

Como se ha demostrado la obsesión no está relacionada con la edad, o al menos eso es lo que refleja este estudio. Una nueva hipótesis que se puede plantear es que la obsesión esté relacionada con el sexo, las mujeres serían más obsesivas que los hombres.

Algunos estudios realizan esta afirmación, uno de ellos puede ser el citado en el apartado 'introducción' de Crispo et al.

BIBLIOGRAFÍA

CRISPO, R.; FIGUEROA, E., y GUEJAR, D. (1996): *Anorexia y bulimia: Lo que hay que saber. Un mapa para recorrer un territorio trastornado*. Barcelona, Gedisa.

HIRSCHMAN, J. R., HUNTER, C. H. (1989) *La obsesión de comer*. Barcelona, Paidós

MARTOREL, M. C. (1991) *Técnicas de evaluación psicológica. vol.4, Habilidades sociales, alcoholismo, dolor, depresión, obsesión, esquizofrenia, delincuencia*.

Valencia. Promolibro

Test

Mediante el siguiente test queremos medir la conducta alimentaria y la imagen que tienen de sí mismos los adolescentes de entre 13 y 26 años.

Es un cuestionario totalmente confidencial y anónimo, no se mide la capacidad intelectual de los sujetos y por tanto tampoco existen respuestas correctas y erróneas. Responda lo que primero le venga a la mente y con sinceridad. Una vez haya completado el test, por favor responda a las preguntas que le aparecen a continuación.

Para contestar al test rodee el número que corresponda en una escala del 1 al 5, teniendo en cuenta que 1 es nunca, 3 a veces y 5 siempre. Gracias por su colaboración.

RECUERDE:	
1= Nunca 3= A veces 5 = Siempre	
1. Antes de comer un alimento miro la tabla de valor nutricional	1 2 3 4 5
2. Lo primero que hago por las mañanas es mirarme en el espejo y buscar aquellos fallos que me vi el día anterior	1 2 3 4 5
3. Siempre cumplo con mis obligaciones	1 2 3 4 5
4. Prefiero consumir frutas y verduras a otros alimentos por su bajo aporte calórico	1 2 3 4 5
5. Cuando tengo hambre entre las comidas principales prefiero tomar chicles o infusiones	1 2 3 4 5
6. A menudo pienso que me sobran kilos	1 2 3 4 5
7. Siempre soy generoso con las personas que me rodean	1 2 3 4 5
8. Me cuesta salir de casa sin maquillar o peinarme muy concienzudamente	1 2 3 4 5
9. Evito todo tipo de bollería, chocolate o dulces porque engordan	1 2 3 4 5
10. Me pellizco la tripa o las piernas señalando la grasa que me sobra	1 2 3 4 5
11. Busco en internet las calorías que tienen dos alimentos que me gustan para elegir la próxima vez aquel que tiene menos calorías	1 2 3 4 5
12. Nunca he traicionado a un amigo	1 2 3 4 5
13. Me miro en el espejo a menos de 20 centímetros buscándome los fallos como una nariz grande, ojeras o nuevos granos	1 2 3 4 5

RECUERDE: 1= Nunca 3= A veces 5 = Siempre	
14. Me gustaría operarme de alguna parte de mi cuerpo	1 2 3 4 5
15. Mientras como trato de calcular las calorías que estoy ingiriendo	1 2 3 4 5
16. Siempre consigo lo que me propongo	1 2 3 4 5
17. Cuando me despierto por las mañanas planeo qué es lo que comeré a lo largo del día	1 2 3 4 5
18. Aunque sé que es complicado busco tener un cuerpo perfecto	1 2 3 4 5
19. He dicho que no a ir a cenar fuera con amigos/as porque sé que comeré más de lo normal y me asusta	1 2 3 4 5
20. Cuando alguien me mira por la calle pienso que se fijan en mi forma de vestir	1 2 3 4 5
21. Cuando estoy acompañado/a suelo comer menos de lo que como cuando me encuentro solo/a	1 2 3 4 5
22. No me importaría consumir algún tipo de droga si me garantiza un mejor aspecto	1 2 3 4 5
23. Intento no comer salsas y rebozados que acompañan a las comidas y trato de apartarlos	1 2 3 4 5
24. Creo que ir en chándal cuando no se está haciendo deporte es una señal de dejadez	1 2 3 4 5
25. Nunca me acerco a una persona desaliñada, no tengo amigos así	1 2 3 4 5
26. He pasado un día entero sin comer nada	1 2 3 4 5
27. Pienso que una persona guapa, delgada y que viste bien puede llegar más lejos que una persona que no lo es	1 2 3 4 5
28. Miro la comida con desprecio y soy incapaz de disfrutar de ella	1 2 3 4 5
29. Suelo juzgar a las personas por su imagen	1 2 3 4 5
30. Cuando como algún alimento demasiado calórico quiero vomitar	1 2 3 4 5
31. Los días en los que me siento hinchado/a tomo diuréticos o laxantes	1 2 3 4 5
32. Cuando como demasiado tengo sentimientos de culpa y lloro	1 2 3 4 5
33. Procuro comprar la ropa en tiendas algo más caras porque siempre se da una mejor apariencia	1 2 3 4 5
34. A veces como mucho de todo aquello de lo que me he privado en días anteriores como galletas o chocolate	1 2 3 4 5
35. Cuando consigo verme en un espejo me paro e intento retocarme el peinado o vestirme bien por ejemplo si se me ha salido la camisa	1 2 3 4 5

<p>RECUERDE:</p> <p>1= Nunca 3= A veces 5 = Siempre</p>	
36. Si en una de las comidas creo que “me he pasado”, en la siguiente comida comeré menos para compensar	1 2 3 4 5
37. Me miro en todos los espejos por los que paso ya sean escaparates, cristales...	1 2 3 4 5

Por favor conteste a las siguientes cuestiones:

1. Edad:
2. Sexo:
3. Número de hermanos:
4. Nivel económico: bajo medio alto
5. Estudios realizados: