



# ASPECTOS PSICOLÓGICOS EN LA OBESIDAD



DR. JESUS REYNALDO CRUZ CRUZ  
DIC-2013

# DEFINICIÓN DE OBESIDAD

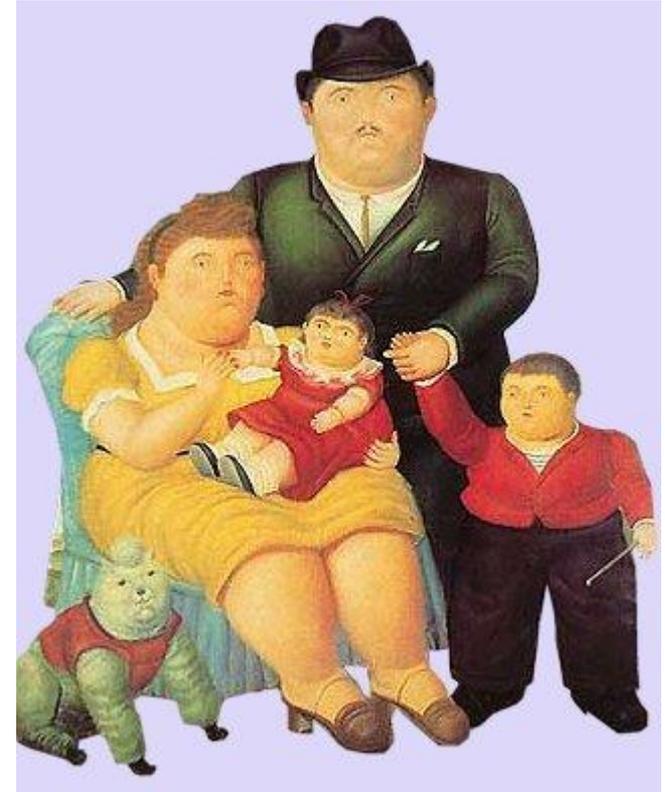
Enfermedad caracterizada por el exceso de tejido adiposo en el organismo

- Adultos con  $IMC \geq a 30 \text{ kg/m}^2$
- Adultos de estatura baja  $IMC \geq a 25 \text{ kg/m}^2$ .
- Menores de 19 años,  $IMC$  se encuentra desde la percentila 95 en adelante.

$$IMC = \frac{PESO}{ALTURA^2}$$

## Factores:

- Genéticos
- Endocrinos
- Neurológicos
- Psicológicos
- Socio-ambientales



# OBESIDAD POR GRUPOS DE EDAD

- Recién Nacido
- Infancia
- Adolescencia
- Adulto
- Embarazo
- Adulto mayor



# PSICOLOGIA EN LA OBESIDAD

*“el tamaño corporal excesivo se convierte en el órgano de expresión de un conflicto”*



# PSICOLOGIA EN LA OBESIDAD

*“El hambre es un fenómeno constitucionalmente «impreso» en el ser humano, quien aprende a diferenciarla de otras necesidades y tensiones”*



# OBESIDAD Y LA FAMILIA

*“Si te portas bien, te doy un dulce”*

*“vamos a comer para celebrar”*

*“No llores y te doy una paleta”*

*“no te preocupes mejor vamos a comer”*

*“En tu cumpleaños te llevo a comer donde quieras”*

*“las penas con pan son buenas”*

*“panza llena, corazón contento”*

# OBESIDAD Y LA FAMILIA



## Castigos

- *Chantaje*
- *Manipulación*
- *Agresión pasiva*
- *Familias sobreprotectoras*

## Premios

- *Festejos*
- *Logros*
- *Afecto*
- *socialización*

# PSICOLOGIA EN LA OBESIDAD



***“Centrar el interés en el sujeto obeso y no en la obesidad Solamente”***



## DELGADO

*“Enfermo contagioso”*

*“discriminado”*

*“poco acceso al  
alimento”*





**“GORDITO”**

*“símbolo de salud”*

*“ideal estético”*

*“apetecible”*

*“sano para vivir y  
concebir muchos hijos”*  
*“opulencia económica”*

# CONTRADICCIÓN PSICOLOGICA

## SALUD

*“cánones estéticos de delgadez”*

*“salud y peso deseable”*

*“promoción a la salud”*



## COMUNICACIÓN

*“acceso a productos hipercalóricos”*

*“grandes cantidades”*

*“ropa de tallas pequeñas”*



## ➤ **CONDUCTA ADICTIVAS** (conflicto y dependencia)

- Impulsivas.- Avidez y descontrol
- Compulsivas.- culpa y racionalización



## ➤ **CONDUCTA REPARATORIAS**

- Abstinentes.- Control y ayuda
- Sobrias.- Autocontrol y conductas sublimadas

# CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

## ➤ **PERSONALIDAD** (no específica)

- Ansiosa
- Depresiva
- Adictiva
- Neurótica



- ✓ Dificultad para el manejo de impulsos
- ✓ Desvalorización
- ✓ Autoagresión
- ✓ Vacío interior



# CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

## ➤ **ADICCIÓN** (Personalidad adictiva)

Necesidad físico química, estado emocional particular

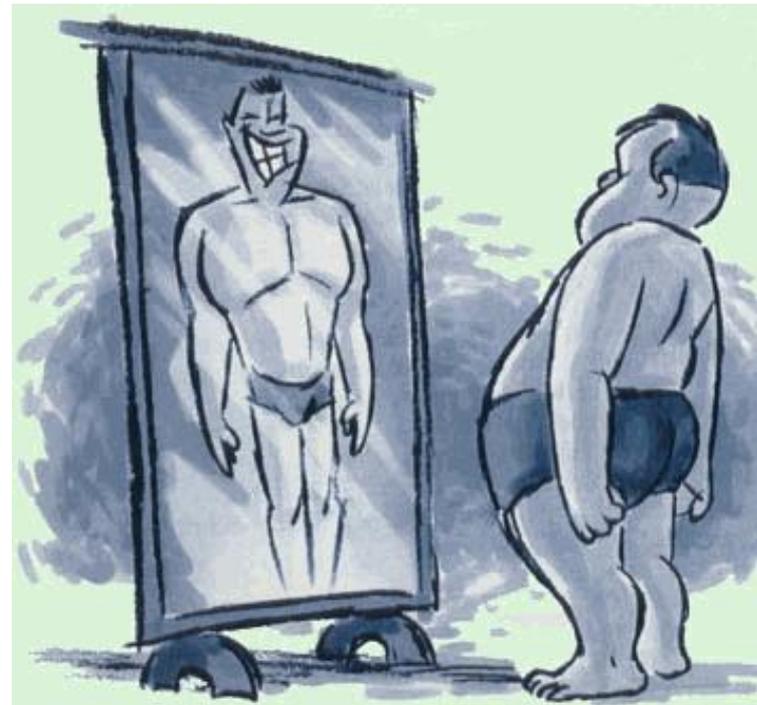
- **Objeto droga:** en exceso
- **La persona:** sin límites
- **La familia:** fomento
- **Sociocultural:** aprobación



“La comida no es adictiva. Sí lo es la conexión del individuo con ella”

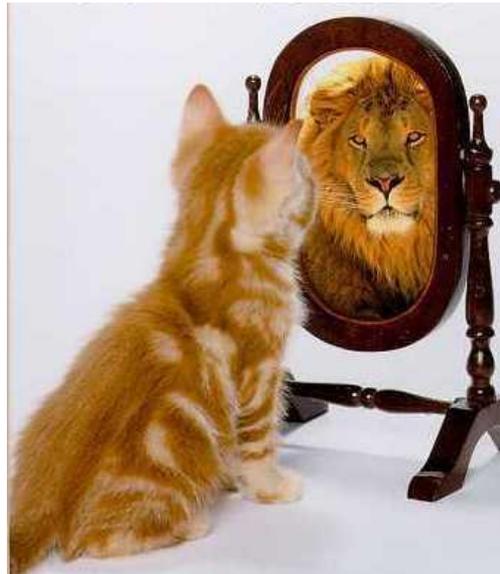
- **IMAGEN CORPORAL**

Representación mental que se tiene del cuerpo y el sentimiento del mismo.



- **IMAGEN CORPORAL**

- **Forma:** distorsión del tamaño corporal
- **Contenido:** alteración en hambre y saciedad
- **Significado:** apariencia social



# TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

bulimia



anorexia



Atracón



pica



Comedor nocturno



TANE

## ➤ **Insatisfacción sexual:**

- amortiguar la insatisfacción sexual

## ➤ **Miedo a las relaciones sexuales**

- Infidelidad
- Vida sexual activa
- Adicción al sexo
- Dependencia
- Sin deseo



## CONDUCTAS COMPENSATORIAS

Perdida de un  
ser querido



Agresión al  
compañero

## CONDUCTAS COMPENSATORIAS

- Simbolismo de los alimentos



- Miedo a estar delgado

## CONDUCTAS COMPENSATORIAS

Evitar situaciones Deseables



Satisfacciones e insatisfacciones

## CONDUCTAS COMPENSATORIAS

### ➤ Forma de castigo



### ➤ Mecanismo de evasión

# OBESIDAD RECOMENDACIONES

- Levantarse de la mesa al terminar de comer
- Evitar llamadas telefónicas, televisión al comer
- Evitar discusiones y regaños
- Cada uno decide cuanto come
- Evitar ayunos prolongados
- Canalizar los estados emocionales de forma adecuada
- Involucrar a la familia o personas mas cercana

# CONCLUSIONES

- No hay una causa Psicológica primaria
- No hay una personalidad específica
- Existen fallas parciales de la personalidad
- Alteraciones psicológicas combinadas
- Evaluar al paciente no a la obesidad
- Manejo con equipo multidisciplinario

Psicológicamente deberá abordarse considerando la **etiología** y **el mantenimiento**, y con enfoque a variables **cognitivas** (creencias), **afectivas** (manejo de emociones), **ambientales** (costumbres, hábitos familiares entre otros).