

# IMPACTO DEL AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS E IMAGEN CORPORAL EN MUJERES CON SOBREPESO Y OBESIDAD

**Sanday, Julieta; Scappatura, M. Luz; Rutzstein, Guillermina**

IMPACTO DEL AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO SOBRE LOS HÁBITOS  
ALIMENTARIOS E IMAGEN CORPORAL EN MUJERES CON SOBREPESO Y OBESIDAD

Anuario de Investigaciones, vol. XXVII, 2020

Universidad de Buenos Aires, Argentina

**Disponible en:** <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369166429005>

# IMPACTO DEL AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS E IMAGEN CORPORAL EN MUJERES CON SOBREPESO Y OBESIDAD

IMPACT OF LOCK DOWN ON EATING HABITS  
AND BODY IMAGE IN OVERWEIGHT AND OBESE  
WOMEN

Julietta Sanday lic.julietasanday@gmail.com

*Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología., Argentina*

M. Luz Scappatura

*Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Argentina*

Guillermina Rutzstein

*Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología., Argentina*

Anuario de Investigaciones, vol. XXVII,  
2020

Universidad de Buenos Aires, Argentina

Recepción: 20 Septiembre 2020

Aprobación: 20 Octubre 2020

Redalyc: [https://www.redalyc.org/  
articulo.oa?id=369166429005](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369166429005)

**Resumen:** La pandemia de COVID-19 constituye una emergencia sanitaria a nivel mundial asociada a importantes consecuencias psicosociales. El presente trabajo tiene por objetivo conocer el impacto del aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) originado por dicha pandemia, sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad (SyOB) que residen en Argentina. Participaron del estudio 845 mujeres (edad media: 27.99 años;  $DE=8.03$ ): 289 presentaban SyOB y 556 presentaban peso saludable. Se utilizaron cuestionarios *on line* en los que se incluyeron preguntas sobre el impacto percibido del aislamiento. Resultados: las mujeres con SyOB refirieron haber aumentado la frecuencia de picoteo entre comidas, los atracones, la conducta dietante y el uso de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar, en mayor medida en comparación con las mujeres con peso saludable. Asimismo, presentaron mayor preocupación y percepción negativa de su imagen corporal.

**Palabras clave:** COVID-19, Hábitos alimentarios, Imagen corporal, Sobrepeso y Obesidad.

**Abstract:** The COVID-19 pandemic constitutes a global health emergency associated with significant psychosocial consequences. This work aims to study the impact of lock down caused by the pandemic on eating habits and body image in overweight and obese women (OW&OB). 845 women participated in the study (mean age: 27.99 years;  $SD=8.03$ ): while 289 suffered from OW&OB, the remaining 556 had a healthy weight. Surveys were used in which questions about the perceived impact of lock down were included. Results: women with OW&OB reported an increased in the frequency of snacking between meals, binge eating, dieting behavior, and the use of laxatives, diuretics, and diet pills, to a greater extent compared to women with a healthy weight. Likewise, they presented greater concern and negative perception of their body image.

**Keywords:** COVID-19, Eating habits, Body image, Overweight and Obesity.

## INTRODUCCIÓN

Distintas epidemias ocurridas en la historia de la humanidad han dejado como secuela efectos graves y duraderos sobre la salud mental (Brooks et al., 2020; Shah et al., 2020). Aunque aún no es posible predecir las consecuencias a largo plazo que acarreará la pandemia de COVID-19 y el aislamiento como medida sanitaria, las investigaciones realizadas hasta el momento señalan un incremento de síntomas de ansiedad y depresión en la población (Gao et al., 2020; Huang & Zhao, 2020; Qiu et al., 2020; Rajkumar, 2020; Wang et al., 2020).

En nuestro país, al analizar el impacto del aislamiento social preventivo obligatorio (ASPO), se halló un incremento del malestar psicológico, sintomatología psicológica clínica y un mayor riesgo de desarrollar un trastorno mental, a los dos y cuatro meses después de haber comenzado el ASPO (Etchevers et al., 2020a, 2020b). A su vez, se encontró una fuerte tendencia a la disminución de actividades saludables (Etchevers et al., 2020a, 2020b).

En lo que refiere a los efectos sobre los hábitos alimentarios, una encuesta realizada por Ammar et al. (2020) a nivel internacional arrojó resultados alarmantes. Se observó un incremento en el consumo de alimentos no saludables, sensación de pérdida de control en la alimentación, picoteo entre comidas y aumento en la cantidad de comidas diarias en población general. En dicha encuesta participaron 1.047 personas adultas de Asia, África y Europa. De igual modo, en los estudios en los que se examinaron los efectos de la pandemia en personas con trastornos alimentarios, se observaron importantes consecuencias, tales como el agravamiento de la sintomatología, el aumento de la carga y estrés para el cuidador, y la aparición de síntomas de ansiedad adicionales (Fernandez - Aranda et al., 2020; Todisco & Donini, 2020; Touyz et al., 2020; Weissman et al., 2020). Por ejemplo, en un estudio realizado luego de dos meses del comienzo de la pandemia sobre una muestra de 55 mujeres con bulimia nerviosa, se encontró que 47% de las participantes había aumentado la frecuencia de atracones. Un tercio de las mismas (36%) había incrementado los vómitos autoinducidos y casi el 10% de las participantes había aumentado el uso de laxantes y diuréticos para adelgazar (Schlegl et al., 2020).

En una encuesta llevada a cabo en nuestro país por la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN, 2020) con el objetivo de visibilizar los efectos del COVID-19 sobre la alimentación de los argentinos, se encontró un incremento de la evitación de la ingesta, de la conducta de picoteo entre comidas, y del tamaño de las porciones. A su vez, más de la mitad de los encuestados había aumentado de peso de modo significativo.

Según la Comisión Económica para América Latina y Caribe (CEPAL, 2020), uno de los efectos más importantes del COVID-19 es el aumento en el consumo de productos hipercalóricos, enlatados, empaquetados y alimentos no perecederos. Esto, sumado a un descenso en la actividad física, representa una amenaza a la salud de las personas con obesidad. Así, las personas con obesidad y/o diabetes se encuentran entre las más

afectadas por la alteración en los hábitos alimentarios, falta de actividad física y alteraciones del estado del ánimo asociadas con el aislamiento (Romo-Romo et al., 2020). Por otra parte, se ha señalado una asociación entre los hábitos alimentarios y la regulación emocional (Ambwani et al., 2014; Köster & Mojet, 2015; Oda-Montecinos et al., 2015; Varela, 2015), por lo que el estrés ocasionado por la situación de pandemia y su respectivo aislamiento podría impactar de modo particular en esta población.

El conocimiento acerca del impacto de la pandemia y el aislamiento sobre las personas con sobrepeso y obesidad es aún limitado. El presente estudio tiene como objetivo conocer el impacto del ASPO sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad.

## MÉTODO

### *Diseño y tipo de estudio*

Se trata de un estudio no experimental, descriptivo y de comparación de grupos, de corte transversal.

### *Participantes*

Las participantes fueron convocadas a través de redes sociales (Facebook e Instagram) y completaron el consentimiento informado y los instrumentos de evaluación de manera on line. Los criterios de inclusión fueron: aceptar voluntariamente participar de la investigación, autoperibirse como mujer, ser mayor de 18 años, residir en Argentina y estar cumpliendo con el ASPO. Se trató de un muestreo no probabilístico, por conveniencia.

En total, 1033 mujeres completaron los instrumentos de evaluación. Las características de dicha muestra fueron descritas en un trabajo previo (Sanday et al., 2020). Con el objetivo de comparar mujeres con sobrepeso y obesidad (SyOB) y mujeres con peso saludable, se excluyeron aquellas participantes que presentaban bajo peso. Por otra parte, debido a que al realizar la división en subgrupos existía una diferencia estadísticamente significativa en la edad media de ambos grupos (34 años vs. 28 años), se realizó un recorte de la muestra a los fines de eliminar la diferencia respecto de dicha variable.

La muestra quedó conformada por 845 mujeres quienes cumplieron los criterios de inclusión y completaron la totalidad de los instrumentos. La muestra fue dividida en dos subgrupos en función del Índice de Masa Corporal ( $IMC = \text{peso [Kg]} / \text{talla (m}^2\text{)}$ ). Los subgrupos quedaron conformados del siguiente modo: 1) 289 mujeres con SyOB ( $IMC \geq 25$ ) cuya edad media fue 28.66 años ( $DE = 8.52$ ) y 2) 556 mujeres con peso saludable ( $IMC \geq 18.5$  y  $< 25$ ), cuya edad media fue 27.61 años ( $DE = 7.74$ ).

El 72% de la muestra se encontraba realizando el ASPO en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). La mayoría de las participantes (87%) se encontraba cumpliendo con el ASPO en compañía de una o más personas.

Respecto al nivel de estudios, 90% de las participantes presentaba nivel superior completo y/o en curso. En cuanto a la situación laboral, 63% de la muestra refirió tener trabajo al momento de la evaluación.

El 81% de las participantes manifestó no haber recibido nunca un diagnóstico de algún trastorno o problema mental. Entre las participantes que habían recibido un diagnóstico de trastorno mental (n=149), 65 presentaban comorbilidades. 115 afirmaron haber sido diagnosticadas con un trastorno de ansiedad, 50 con un trastorno depresivo, 40 con un trastorno alimentario y 9 manifestaron haber recibido otros diagnósticos (trastorno límite de la personalidad, trastorno obsesivo compulsivo y/o bipolaridad).

Sólo a ocho de las participantes (1%) les habían realizado la prueba de COVID-19, obteniendo un resultado negativo

**Tabla 1.**  
Datos antropométricos de la muestra

|                                | <b>Sobrepeso y obesidad</b><br><b>M (DE)</b> | <b>Peso saludable</b><br><b>M (DE)</b> |
|--------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Talla (m)</b>               | 1.62 (.06)                                   | 1.62 (.06)                             |
| <b>Peso (kg)</b>               | 76.93 (12.99)                                | 58.03 (6.20)                           |
| <b>Índice de Masa Corporal</b> | 29.08 (4.10)                                 | 21.91 (1.72)                           |

### *Instrumentos*

¡Advertencia! Recuerde marcar el "Título del artículo" en las referencia tipo "REVISTA". Aceptar

3691 Anuario de Investigaciones Anu. investig. 0329-5885 1851-1686  
Universidad de Buenos Aires Argentina anuario@psi.uba.ar no  
369166429005 Psicología Clínica y Psicopatología IMPACTO DEL  
AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO  
SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS E IMAGEN  
CORPORAL EN MUJERES CON SOBREPESO Y OBESIDAD  
IMPACT OF LOCK DOWN ON EATING HABITS AND  
BODY IMAGE IN OVERWEIGHT AND OBESE WOMEN Julieta  
Sanday lic.julietasanday@gmail.com Universidad de Buenos Aires  
(UBA), Facultad de Psicología. Agencia Nacional de Promoción  
Científica y Tecnológica. UBACyT 20020190100153BA / PICT  
2016-1765. Email: lic.julietasanday@gmail.com Universidad de Buenos  
Aires (UBA), Facultad de Psicología. Argentina M. LuzScappatura  
Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Cátedra  
II. Clínica psicológica y Psicoterapias: Psicoterapias, emergencias e

interconsulta (Cát II). Programa de Actualización en Trastornos Alimentarios. UBACyT 20020190100153BA / PICT 2016-1765 Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología Argentina Guillermina Rutzstein Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Cátedra II. Clínica psicológica y Psicoterapias: Psicoterapias, emergencias e interconsulta (Cát II). Programa de Actualización en Trastornos Alimentarios. UBACyT 20020190100153BA / PICT 2016-1765 Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Argentina 20 09 2020 20 10 2020 January-December 2020 XXVII 33 38 La pandemia de COVID-19 constituye una emergencia sanitaria a nivel mundial asociada a importantes consecuencias psicosociales. El presente trabajo tiene por objetivo conocer el impacto del aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) originado por dicha pandemia, sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad (SyOB) que residen en Argentina. Participaron del estudio 845 mujeres (edad media: 27.99 años; DE= 8.03): 289 presentaban SyOB y 556 presentaban peso saludable. Se utilizaron cuestionarios on line en los que se incluyeron preguntas sobre el impacto percibido del aislamiento. Resultados: las mujeres con SyOB refirieron haber aumentado la frecuencia de picoteo entre comidas, los atracones, la conducta dietante y el uso de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar, en mayor medida en comparación con las mujeres con peso saludable. Asimismo, presentaron mayor preocupación y percepción negativa de su imagen corporal.

The COVID-19 pandemic constitutes a global health emergency associated with significant psychosocial consequences. This work aims to study the impact of lock down caused by the pandemic on eating habits and body image in overweight and obese women (OW&OB). 845 women participated in the study (mean age: 27.99 years; SD= 8.03): while 289 suffered from OW&OB, the remaining 556 had a healthy weight. Surveys were used in which questions about the perceived impact of lock down were included. Results: women with OW&OB reported an increased in the frequency of snacking between meals, binge eating, dieting behavior, and the use of laxatives, diuretics, and diet pills, to a greater extent compared to women with a healthy weight. Likewise, they presented greater concern and negative perception of their body image. COVID-19 Hábitos alimentarios Imagen corporal Sobrepeso y Obesidad COVID-19 Eating habits Body image Overweight and Obesity INTRODUCCIÓN Distintas epidemias ocurridas en la historia de la humanidad han dejado como secuela efectos graves y duraderos sobre la salud mental (Brooks et al., 2020; Shah et al., 2020). Aunque aún no es posible predecir las consecuencias a largo plazo que acarreará la pandemia de COVID-19 y el aislamiento como medida sanitaria, las investigaciones realizadas hasta el momento señalan un incremento de síntomas de ansiedad y depresión en la población (Gao et al., 2020; Huang & Zhao, 2020; Qiu et al., 2020; Rajkumar, 2020; Wang et al., 2020). En nuestro país, al analizar el impacto del aislamiento social preventivo obligatorio (ASPO), se halló un incremento del malestar psicológico,

sintomatología psicológica clínica y un mayor riesgo de desarrollar un trastorno mental, a los dos y cuatro meses después de haber comenzado el ASPO (Etchevers et al., 2020a, 2020b). A su vez, se encontró una fuerte tendencia a la disminución de actividades saludables (Etchevers et al., 2020a, 2020b). En lo que refiere a los efectos sobre los hábitos alimentarios, una encuesta realizada por Ammar et al. (2020) a nivel internacional arrojó resultados alarmantes. Se observó un incremento en el consumo de alimentos no saludables, sensación de pérdida de control en la alimentación, picoteo entre comidas y aumento en la cantidad de comidas diarias en población general. En dicha encuesta participaron 1.047 personas adultas de Asia, África y Europa. De igual modo, en los estudios en los que se examinaron los efectos de la pandemia en personas con trastornos alimentarios, se observaron importantes consecuencias, tales como el agravamiento de la sintomatología, el aumento de la carga y estrés para el cuidador, y la aparición de síntomas de ansiedad adicionales (Fernandez - Aranda et al., 2020; Todisco & Donini, 2020; Touyz et al., 2020; Weissman et al., 2020). Por ejemplo, en un estudio realizado luego de dos meses del comienzo de la pandemia sobre una muestra de 55 mujeres con bulimia nerviosa, se encontró que 47% de las participantes había aumentado la frecuencia de atracones. Un tercio de las mismas (36%) había incrementado los vómitos autoinducidos y casi el 10% de las participantes había aumentado el uso de laxantes y diuréticos para adelgazar (Schlegl et al., 2020). En una encuesta llevada a cabo en nuestro país por la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN, 2020) con el objetivo de visibilizar los efectos del COVID-19 sobre la alimentación de los argentinos, se encontró un incremento de la evitación de la ingesta, de la conducta de picoteo entre comidas, y del tamaño de las porciones. A su vez, más de la mitad de los encuestados había aumentado de peso de modo significativo. Según la Comisión Económica para América Latina y Caribe (CEPAL, 2020), uno de los efectos más importantes del COVID-19 es el aumento en el consumo de productos hipercalóricos, enlatados, empaquetados y alimentos no perecederos. Esto, sumado a un descenso en la actividad física, representa una amenaza a la salud de las personas con obesidad. Así, las personas con obesidad y/o diabetes se encuentran entre las más afectadas por la alteración en los hábitos alimentarios, falta de actividad física y alteraciones del estado del ánimo asociadas con el aislamiento (Romo-Romo et al., 2020). Por otra parte, se ha señalado una asociación entre los hábitos alimentarios y la regulación emocional (Ambwani et al., 2014; Köster & Mojet, 2015; Oda-Montecinos et al., 2015; Varela, 2015), por lo que el estrés ocasionado por la situación de pandemia y su respectivo aislamiento podría impactar de modo particular en esta población. El conocimiento acerca del impacto de la pandemia y el aislamiento sobre las personas con sobrepeso y obesidad es aún limitado. El presente estudio tiene como objetivo conocer el impacto del ASPO sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad. MÉTODO Diseño y tipo de estudio Se trata de un estudio no experimental, descriptivo y de comparación de grupos, de corte

transversal. Participantes Las participantes fueron convocadas a través de redes sociales (Facebook e Instagram) y completaron el consentimiento informado y los instrumentos de evaluación de manera on line. Los criterios de inclusión fueron: aceptar voluntariamente participar de la investigación, autoperibirse como mujer, ser mayor de 18 años, residir en Argentina y estar cumpliendo con el ASPO. Se trató de un muestreo no probabilístico, por conveniencia. En total, 1033 mujeres completaron los instrumentos de evaluación. Las características de dicha muestra fueron descriptas en un trabajo previo (Sanday et al., 2020). Con el objetivo de comparar mujeres con sobrepeso y obesidad (SyOB) y mujeres con peso saludable, se excluyeron aquellas participantes que presentaban bajo peso. Por otra parte, debido a que al realizar la división en subgrupos existía una diferencia estadísticamente significativa en la edad media de ambos grupos (34 años vs. 28 años), se realizó un recorte de la muestra a los fines de eliminar la diferencia respecto de dicha variable. La muestra quedó conformada por 845 mujeres quienes cumplieron los criterios de inclusión y completaron la totalidad de los instrumentos. La muestra fue dividida en dos subgrupos en función del Índice de Masa Corporal ( $IMC = \text{peso [Kg]} / \text{talla (m}^2\text{)}$ ). Los subgrupos quedaron conformados del siguiente modo: 1) 289 mujeres con SyOB ( $IMC \geq 25$ ) cuya edad media fue 28.66 años ( $DE = 8.52$ ) y 2) 556 mujeres con peso saludable ( $IMC \geq 18.5$  y  $< 25$ ), cuya edad media fue 27.61 años ( $DE = 7.74$ ). El 72% de la muestra se encontraba realizando el ASPO en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). La mayoría de las participantes (87%) se encontraba cumpliendo con el ASPO en compañía de una o más personas. Respecto al nivel de estudios, 90% de las participantes presentaba nivel superior completo y/o en curso. En cuanto a la situación laboral, 63% de la muestra refirió tener trabajo al momento de la evaluación. El 81% de las participantes manifestó no haber recibido nunca un diagnóstico de algún trastorno o problema mental. Entre las participantes que habían recibido un diagnóstico de trastorno mental ( $n=149$ ), 65 presentaban comorbilidades. 115 afirmaron haber sido diagnosticadas con un trastorno de ansiedad, 50 con un trastorno depresivo, 40 con un trastorno alimentario y 9 manifestaron haber recibido otros diagnósticos (trastorno límite de la personalidad, trastorno obsesivo compulsivo y/o bipolaridad). Sólo a ocho de las participantes (1%) les habían realizado la prueba de COVID-19, obteniendo un resultado negativo Tabla 1. Datos antropométricos de la muestra Instrumentos REFERENCIAS

Ambwani, S., Slane, J. D., Thomas, K. M., Hopwood, C. J., & Grilo, C. M. (2014). Interpersonal dysfunction and affect-regulation difficulties in disordered eating among men and women. *Eating behaviors*, 15(4), 550-554. S. Ambwani J. D. Slane K. M. Thomas C. J. Hopwood C. M. Grilo 2014 *Eating behaviors* Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., ... Hoekelmann, A. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1583-1595. <https://doi.org/10.3390/nu12061583> 2020 *Nutrients* <https://doi.org/10.3390/nu12061583>

Barry, D. T., Grilo, C. M., & Masheb, R. M. (2003). Comparison of patients with bulimia nervosa, obese patients with binge eating disorder, and nonobese patients with binge eating disorder. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 191(9), 589-594. <https://doi:10.1097/01.nmd.0000087185.95446.65>

D. T. Barry C. M. Grilo R. M. Masheb 2003 *The Journal of Nervous and Mental Disease* <https://doi:10.1097/01.nmd.0000087185.95446.65>

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. S. K. Brooks R. K. Webster L. E. Smith L. Woodland S. Wessely N. Greenberg G. J. Rubin 2020 *The Lancet*

Comisión Económica para América Latina y Caribe [CEPAL] (2020). *Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe N° 10: hábitos de consumo de alimentos y malnutrición*. 2020

Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020a). *Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico a los 7-11 y 50-55 días de cuarentena en población argentina*. Buenos Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>

M. J. Etchevers C. J. Garay N. Putrino J. Grasso V. Natalí N. Helmich 2020 *Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico a los 7-11 y 50-55 días de cuarentena en población argentina* <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>

Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020b). *100 días de cuarentena. Salud Mental, economía y gestión política*. Buenos Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>

M. J. Etchevers C. J. Garay N. Putrino J. Grasso V. Natalí N. Helmich 2020 *100 días de cuarentena. Salud Mental, economía y gestión política* <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>

Dunkley, T. L., Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36(142), 265.

T. L. Dunkley E. H. Wertheim S. J. Paxton 2001 *Adolescence*

Fernandez-Aranda, F., Casas, M., Claes, L., Bryan, D. C., Favaro, A., Granero, R., Gudiol, C., Jiménez-Murcia, S., Karwautz, A., Le Grange, D., Menchón, J. M., Tchanturia, K., & Treasure, J. (2020). COVID-19 and implications for eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 28(3), 239.

F. Fernandez-Aranda M. Casas L. Claes D. C. Bryan A. Favaro R. Granero C. Gudiol S. Jiménez-Murcia A. Karwautz D. Le Grange J. M. Menchón K. Tchanturia J. Treasure 2020 *European Eating Disorders Review*

Gao, J., Dai, J., Zheng, P., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., Wang, Y., Fu, H., & Jia, Y. (2020). Mental Health Problems and Social Media Exposure During COVID-19 Outbreak. *The Lancet*. <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3541120>

J. Gao J. Dai P. Zheng H. Chen Y. Mao S. Chen Y. Wang H. Fu Y. Jia 2020 *The Lancet* <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3541120>

ssrn.3541120 Gianini, L. M., White, M. A., & Masheb, R. M. (2013). Eating pathology, emotion regulation, and emotional overeating in obese adults with binge eating disorder. *Eating behaviors*, 14(3), 309-313. L. M. Gianini M. A. White R. M. Masheb 2013 *Eating behaviors* Groesz, L. M., McCoy, S., Carl, J., Saslow, L., Stewart, J., Adler, N., Laraia, B., & Epel, E. (2012). What is eating you? Stress and the drive to eat. *Appetite*, 58(2), 717-721. L. M. Groesz S. McCoy J. Carl L. Saslow J. Stewart N. Adler B. Laraia E. Epel 2012 *Appetite* Hruby, A., & Hu, F. (2015). The epidemiology of obesity: A big picture. *Pharmacoeconomics*, 33(7), 673-689. <http://doi:10.1007/s40273-014-0243-x> A. Hruby F. Hu 2015 *Pharmacoeconomics* <http://doi:10.1007/s40273-014-0243-x> Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 epidemic in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288 (112954) <https://www.medrxiv.org/content/medrxiv/early/2020/02/23/2020.02.19.20025395.full.pdf> Y. Huang N. Zhao 2020 *Psychiatry Research* <https://www.medrxiv.org/content/medrxiv/early/2020/02/23/2020.02.19.20025395.full.pdf> Huet, L., Delgado, I., Aouizerate, B., Castanon, N., & Capuron, L. (2019). Obesity and depression: shared pathophysiology and translational implications. In *Neurobiology of Depression* (pp. 169-183). Academic Press. L. Huet I. Delgado B. Aouizerate N. Castanon L. Capuron 2019 *Neurobiology of Depression* Kyle, T. K., Dhurandhar, E.J., & Allison, D.B. (2016). Regarding Obesity as a disease: Evolving policies and their implications. *Endocrinology Metabolism Clinics*; 45(3): 511-20. T. K. Kyle E.J. Dhurandhar D.B. Allison 2016 *Endocrinology Metabolism Clinics* Köster, E. P., & Mojet, J. (2015). From mood to food and from food to mood: A psychological perspective on the measurement of food-related emotions in consumer research. *Food Research International*, 76(2), 180-191. E. P. Köster J. Mojet 2015 *Food Research International* Leehr, E. J., Krohmer, K., Schag, K., Dresler, T., Zipfel, S., & Giel, K. E. (2015). Emotion regulation model in binge eating disorder and obesity-a systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 49, 125-134. E. J. Leehr K. Krohmer K. Schag T. Dresler S. Zipfel K. E. Giel 2015 *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* Luppino, F. S., de Wit, L. M., Bouvy, P. F., Stijnen, T., Cuijpers, P., Penninx, B. W., & Zitman, F. G. (2010). Overweight, obesity, and depression: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Archives of general psychiatry*, 67(3), 220-229. F. S. Luppino L. M. Wit P. F. Bouvy T. Stijnen P. Cuijpers B. W. Penninx F. G. Zitman 2010 *Archives of general psychiatry* Neumark-Sztainer, D. (2011). Obesity and body image in youth. *Body image: A handbook of science, practice and prevention*, (pp.180-189). Guilford Press Nueva York D. Neumark-Sztainer 2011 *Body image: A handbook of science practice and prevention* Oda-Montecinos, C., Saldana, C., & Andrés, A. V. (2015). Daily and abnormal eating behaviors in a community sample of chilean adults. *Nutricion hospitalaria*, 32(2), 590-599. C. Oda-Montecinos C. Saldana A. V. Andrés 2015 *Nutricion hospitalaria* Panchaud Cornut, M.,

Szymanski, J., Marques-Vidal, P., & Giusti, V. (2014). Identification of psychological dysfunctions and eating disorders in obese women seeking weight loss: cross-sectional study. *International Journal of Endocrinology*. <https://doi.org/10.1155/2014/356289>

M. Panchaud Cornut J. Szymanski P. Marques-Vidal V. Giusti 2014 *International Journal of Endocrinology* <https://doi.org/10.1155/2014/356289>

Petrova, D., Salamanca-Fernández, E., Barranco, M. R., Pérez, P. N., Moleón, J. J., & Sánchez, M. J. (2020). La obesidad como factor de riesgo en personas con COVID-19: Posibles mecanismos e implicaciones. *Atención Primaria*, 52(7), 496-500. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.05.003>

D. Petrova E. Salamanca-Fernández M. R. Barranco P. N. Pérez J. J. J. Moleón M. J. Sánchez 2020 *Atención Primaria* <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.05.003>

Qiu, J., Zhao, B., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2). <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>

J. Qiu B. Zhao Z. Wang B. Xie Y. Xu 2020 *General Psychiatry* <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>

Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 52, e102066. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>

R. P. Rajkumar 2020 *Asian Journal of Psychiatry* <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>

Romo-Romo, A., Reyes-Torres, C. A., Janka-Zires, M., & Almeda-Valdes, P. (2020). El rol de la nutrición en la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). *Revista Mexicana de Endocrinología, Metabolismo & Nutrición*, 7, 132-43.

A. Romo-Romo C. A. Reyes-Torres M. Janka-Zires P. Almeda-Valdes 2020 *Revista Mexicana de Endocrinología Metabolismo & Nutrición*

Rosen J, Compás B, Tacy B. (1993) The relation among stress, psychological symptoms, and eating disorder symptoms: A prospective analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 14(2), 153-62.

C Rosen J 1993 *International Journal of Eating Disorders*

Sanday, J., Scappatura, M.L & Rutzstein, G. (2020) Impacto de la pandemia por covid-19 en los hábitos alimentarios y la imagen corporal. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXVII Jornadas de Investigación y XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, Ciudad de Buenos Aires, 25 al 27 de noviembre de 2020. Publicado en las Memorias del Congreso.

J. Sanday M.L Scappatura G. Rutzstein 2020 XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXVII Jornadas de Investigación y XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR

Schlegl, S., Meule, A., Favreau, M., & Voderholzer, U. (2020). Bulimia nervosa in times of the COVID 19 pandemic—Results from an online survey of former inpatients. *European Eating Disorders Review*. <https://doi.org/10.1002/erv.2773>

S. Schlegl A. Meule M. Favreau U. Voderholzer 2020 *European Eating Disorders Review* <https://doi.org/10.1002/erv.2773>

Schwenke, M., Löbner, M., Riedel-Heller, S., & Luppá, M. (2020). Obesity and

Depression in Primary Care-Results from the INTERACT Study. *Psychiatrische Praxis*. <http://doi: 10.1055/a-1144-7035> M. Schwenke M. Löbner S. Riedel-Heller M. Lupp 2020 *Psychiatrische Praxis* <http://doi:10.1055/a-1144-7035> Shah, K., Kamrai, D., Mekala, H., Mann, B., Desai, K., & Patel, R. S. (2020). Focus on mental health during the coronavirus (COVID-19) pandemic: applying learnings from the past outbreaks. *Cureus*, 12(3):e 7405. <https://doi.org/10.7759/cureus.7405>. K. Shah D. Kamrai H. Mekala B. Mann K. Desai R. S. Patel 2020 *Cureus* Sociedad Argentina de Nutrición [SAN] (14 de mayo de 2020). Más comida, menos ejercicio. Más de la mitad de los argentinos aumentó de peso en cuarentena: cuántos kilos subieron. *Clarín*. Recuperado de: [https://www.clarin.com/buena-vida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilos-subieron\\_0\\_WMEZUU5F1.html](https://www.clarin.com/buena-vida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilos-subieron_0_WMEZUU5F1.html) 2020 *Clarín* [https://www.clarin.com/buena-vida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilos-subieron\\_0\\_WMEZUU5F1.html](https://www.clarin.com/buena-vida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilos-subieron_0_WMEZUU5F1.html) Sonnevile, K. R., Calzo, J. P., Horton, N. J., Haines, J., Austin, S. B., & Field, A. E. (2012). Body satisfaction, weight gain and binge eating among overweight adolescent girls. *International journal of obesity*, 36(7), 944-949. K. R. Sonnevile J. P. Calzo N. J. Horton J. Haines S. B. Austin A. E. Field 2012 *International journal of obesity* Todisco, P., & Donini, L. M. (2020). Eating disorders and obesity (ED&O) in the COVID-19 storm. *Eating and Weight Disorders*, 1-4. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00938-z> P. Todisco L. M. Donini 2020 *Eating and Weight Disorders* <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00938-z> Touyz, S., Lacey, H., & Hay, P. (2020). Eating disorders in the time of COVID-19. *Journal of Eating Disorders*, 8(19). <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00295-3> S. Touyz H. Lacey P. Hay 2020 *Journal of Eating Disorders* <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00295-3> Varela, P., & Ares, G. (2015). Special issue title: "Food, emotions and food choice". *Food Research International*, 76(2), 253-260. <http://doi10.1016/j.foodres.2015.08.007> P. Varela G. Ares 2015 *Food Research International* <http://doi10.1016/j.foodres.2015.08.007> Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729> C. Wang R. Pan X. Wan Y. Tan L. Xu C. S. Ho R. C. Ho 2020 *International Journal of Environmental Research and Public Health* <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729> Weissman, R. S., Bauer, S., & Thomas, J. J. (2020). Access to evidence-based care for eating disorders during the COVID-19 crisis. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 369-376. <https://doi.org/10.1002/eat.23279> R. S. Weissman S. Bauer J. J. Thomas 2020 *International Journal of Eating Disorders* <https://doi.org/10.1002/eat.23279>

Fecha de publicación: 30 de noviembre de 2020 <!-- /  
 \* Font Definitions \*/ @font-face {font-family:"Cambria Math";

panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4;} @font-face {font-family:Calibri;  
panose-1:2 15 5 2 2 2 4 3 2 4;} @font-face {font-family:Times;  
panose-1:0 0 0 0 0 0 0 0 0 0;} /\* Style Definitions  
\*/ p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {margin:0cm;  
margin-bottom:.0001pt; font-size:12.0pt; font-family:"Calibri",sans-  
serif;} p.h1, li.h1, div.h1 {mso-style-name:h1; margin:0cm;  
margin-bottom:.0001pt; line-height:120%; text-autospace:none;  
font-size:20.0pt; font-family:"Arial",sans-serif; color:black; font-  
weight:bold;} p.p, li.p, div.p {mso-style-name:p; margin:0cm;  
margin-bottom:.0001pt; text-align:justify; line-height:17.0pt; text-  
autospace:none; font-size:11.0pt; font-family:"Arial",sans-serif;  
color:black;} p.h2, li.h2, div.h2 {mso-style-name:h2; margin:0cm;  
margin-bottom:.0001pt; line-height:120%; text-autospace:none; font-  
size:17.0pt; font-family:"Arial",sans-serif; color:black; font-style:italic;}  
p.h3, li.h3, div.h3 {mso-style-name:h3; margin:0cm; margin-  
bottom:.0001pt; line-height:120%; text-autospace:none; font-  
size:11.0pt; font-family:"Arial",sans-serif; color:black; font-style:italic;}  
p.h5, li.h5, div.h5 {mso-style-name:h5; margin:0cm; margin-  
bottom:.0001pt; line-height:120%; text-autospace:none; font-  
size:8.0pt; font-family:"Arial",sans-serif; color:black; font-style:italic;}  
p.h6, li.h6, div.h6 {mso-style-name:h6; margin:0cm; margin-  
bottom:.0001pt; line-height:120%; text-autospace:none; font-size:8.0pt;  
font-family:"Arial",sans-serif; color:black;} p.NoParagraphStyle,  
li.NoParagraphStyle, div.NoParagraphStyle {mso-style-name:"\[No  
Paragraph Style\]"; margin:0cm; margin-bottom:.0001pt; line-  
height:120%; text-autospace:none; font-size:12.0pt; font-family:Times;  
color:black;} p.cuadros, li.cuadros, div.cuadros {mso-style-  
name:cuadros; margin:0cm; margin-bottom:.0001pt; line-height:120%;  
page-break-after:avoid; text-autospace:none; font-size:8.5pt; font-  
family:"Arial",sans-serif; color:black;} .MsoChpDefault {font-  
family:"Calibri",sans-serif;} @page WordSection1 {size:612.0pt  
792.0pt; margin:36.0pt 36.0pt 36.0pt 36.0pt;} div.WordSection1  
{page:WordSection1;} /\* List Definitions \*/ ol {margin-bottom:0cm;} ul  
{margin-bottom:0cm;} -->

## IMPACTO DEL AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS E IMAGEN CORPORAL EN MUJERES CON SOBREPESO Y OBESIDAD

### IMPACT OF LOCK DOWN ON EATING HABITS AND BODY IMAGE IN OVERWEIGHT AND OBESE WOMEN

Sanday, Julieta<sup>1</sup>; Scappatura, M. Luz<sup>2</sup>; Rutsztein, Guillermina<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología. Agencia Nacional de Promoción Científica y Tecnológica. UBACyT 20020190100153BA / PICT 2016-1765. Email: lic.julietasanday@gmail.com

<sup>2</sup>Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Cátedra II. Clínica psicológica y Psicoterapias: Psicoterapias, emergencias

e interconsulta (Cát II). Programa de Actualización en Trastornos Alimentarios. UBACyT 20020190100153BA / PICT 2016-1765

## RESUMEN

La pandemia de COVID-19 constituye una emergencia sanitaria a nivel mundial asociada a importantes consecuencias psicosociales. El presente trabajo tiene por objetivo conocer el impacto del aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) originado por dicha pandemia, sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad (SyOB) que residen en Argentina. Participaron del estudio 845 mujeres (edad media: 27.99 años; DE= 8.03): 289 presentaban SyOB y 556 presentaban peso saludable. Se utilizaron cuestionarios on line en los que se incluyeron preguntas sobre el impacto percibido del aislamiento. Resultados: las mujeres con SyOB refirieron haber aumentado la frecuencia de picoteo entre comidas, los atracones, la conducta dietante y el uso de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar, en mayor medida en comparación con las mujeres con peso saludable. Asimismo, presentaron mayor preocupación y percepción negativa de su imagen corporal.

Palabras clave:

COVID-19 - Hábitos alimentarios - Imagen corporal - Sobrepeso y Obesidad

## ABSTRACT

The COVID-19 pandemic constitutes a global health emergency associated with significant psychosocial consequences. This work aims to study the impact of lock down caused by the pandemic on eating habits and body image in overweight and obese women (OW&OB). 845 women participated in the study (mean age: 27.99 years; SD= 8.03): while 289 suffered from OW&OB, the remaining 556 had a healthy weight. Surveys were used in which questions about the perceived impact of lock down were included. Results: women with OW&OB reported an increased in the frequency of snacking between meals, binge eating, dieting behavior, and the use of laxatives, diuretics, and diet pills, to a greater extent compared to women with a healthy weight. Likewise, they presented greater concern and negative perception of their body image.

Keywords:

COVID-19 - Eating habits - Body image - Overweight and Obesity

## INTRODUCCIÓN

Distintas epidemias ocurridas en la historia de la humanidad han dejado como secuela efectos graves y duraderos sobre la salud mental (Brooks et al., 2020; Shah et al., 2020). Aunque aún no es posible predecir las consecuencias a largo plazo que acarreará la pandemia de COVID-19 y el aislamiento como medida sanitaria, las investigaciones realizadas hasta el momento señalan un incremento de síntomas de ansiedad y depresión en la población (Gao et al., 2020; Huang & Zhao, 2020; Qiu et al., 2020; Rajkumar, 2020; Wang et al., 2020).

En nuestro país, al analizar el impacto del aislamiento social preventivo obligatorio (ASPO), se halló un incremento del malestar psicológico, sintomatología psicológica clínica y un mayor riesgo de desarrollar un

trastorno mental, a los dos y cuatro meses después de haber comenzado el ASPO (Etchevers et al., 2020a, 2020b). A su vez, se encontró una fuerte tendencia a la disminución de actividades saludables (Etchevers et al., 2020a, 2020b).

En lo que refiere a los efectos sobre los hábitos alimentarios, una encuesta realizada por Ammar et al. (2020) a nivel internacional arrojó resultados alarmantes. Se observó un incremento en el consumo de alimentos no saludables, sensación de pérdida de control en la alimentación, picoteo entre comidas y aumento en la cantidad de comidas diarias en población general. En dicha encuesta participaron 1.047 personas adultas de Asia, África y Europa. De igual modo, en los estudios en los que se examinaron los efectos de la pandemia en personas con trastornos alimentarios, se observaron importantes consecuencias, tales como el agravamiento de la sintomatología, el aumento de la carga y estrés para el cuidador, y la aparición de síntomas de ansiedad adicionales (Fernandez - Aranda et al., 2020; Todisco & Donini, 2020; Touyz et al., 2020; Weissman et al., 2020). Por ejemplo, en un estudio realizado luego de dos meses del comienzo de la pandemia sobre una muestra de 55 mujeres con bulimia nerviosa, se encontró que 47% de las participantes había aumentado la frecuencia de atracones. Un tercio de las mismas (36%) había incrementado los vómitos autoinducidos y casi el 10% de las participantes había aumentado el uso de laxantes y diuréticos para adelgazar (Schlegl et al., 2020).

En una encuesta llevada a cabo en nuestro país por la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN, 2020) con el objetivo de visibilizar los efectos del COVID-19 sobre la alimentación de los argentinos, se encontró un incremento de la evitación de la ingesta, de la conducta de picoteo entre comidas, y del tamaño de las porciones. A su vez, más de la mitad de los encuestados había aumentado de peso de modo significativo.

Según la Comisión Económica para América Latina y Caribe (CEPAL, 2020), uno de los efectos más importantes del COVID-19 es el aumento en el consumo de productos hipercalóricos, enlatados, empaquetados y alimentos no perecederos. Esto, sumado a un descenso en la actividad física, representa una amenaza a la salud de las personas con obesidad. Así, las personas con obesidad y/o diabetes se encuentran entre las más afectadas por la alteración en los hábitos alimentarios, falta de actividad física y alteraciones del estado del ánimo asociadas con el aislamiento (Romo-Romo et al., 2020). Por otra parte, se ha señalado una asociación entre los hábitos alimentarios y la regulación emocional (Ambwani et al., 2014; Köster & Mojet, 2015; Oda-Montecinos et al., 2015; Varela, 2015), por lo que el estrés ocasionado por la situación de pandemia y su respectivo aislamiento podría impactar de modo particular en esta población.

El conocimiento acerca del impacto de la pandemia y el aislamiento sobre las personas con sobrepeso y obesidad es aún limitado. El presente estudio tiene como objetivo conocer el impacto del ASPO sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad.

## MÉTODO

#### Diseño y tipo de estudio

Se trata de un estudio no experimental, descriptivo y de comparación de grupos, de corte transversal.

#### Participantes

Las participantes fueron convocadas a través de redes sociales (Facebook e Instagram) y completaron el consentimiento informado y los instrumentos de evaluación de manera on line. Los criterios de inclusión fueron: aceptar voluntariamente participar de la investigación, autoperibirse como mujer, ser mayor de 18 años, residir en Argentina y estar cumpliendo con el ASPO. Se trató de un muestreo no probabilístico, por conveniencia.

En total, 1033 mujeres completaron los instrumentos de evaluación. Las características de dicha muestra fueron descriptas en un trabajo previo (Sanday et al., 2020). Con el objetivo de comparar mujeres con sobrepeso y obesidad (SyOB) y mujeres con peso saludable, se excluyeron aquellas participantes que presentaban bajo peso. Por otra parte, debido a que al realizar la división en subgrupos existía una diferencia estadísticamente significativa en la edad media de ambos grupos (34 años vs. 28 años), se realizó un recorte de la muestra a los fines de eliminar la diferencia respecto de dicha variable.

La muestra quedó conformada por 845 mujeres quienes cumplieron los criterios de inclusión y completaron la totalidad de los instrumentos. La muestra fue dividida en dos subgrupos en función del Índice de Masa Corporal ( $IMC = \text{peso [Kg]} / \text{talla (m}^2\text{)}$ ). Los subgrupos quedaron conformados del siguiente modo: 1) 289 mujeres con SyOB ( $IMC \geq 25$ ) cuya edad media fue 28.66 años ( $DE = 8.52$ ) y 2) 556 mujeres con peso saludable ( $IMC \geq 18.5$  y  $< 25$ ), cuya edad media fue 27.61 años ( $DE = 7.74$ ).

El 72% de la muestra se encontraba realizando el ASPO en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). La mayoría de las participantes (87%) se encontraba cumpliendo con el ASPO en compañía de una o más personas.

Respecto al nivel de estudios, 90% de las participantes presentaba nivel superior completo y/o en curso. En cuanto a la situación laboral, 63% de la muestra refirió tener trabajo al momento de la evaluación.

El 81% de las participantes manifestó no haber recibido nunca un diagnóstico de algún trastorno o problema mental. Entre las participantes que habían recibido un diagnóstico de trastorno mental ( $n = 149$ ), 65 presentaban comorbilidades. 115 afirmaron haber sido diagnosticadas con un trastorno de ansiedad, 50 con un trastorno depresivo, 40 con un trastorno alimentario y 9 manifestaron haber recibido otros diagnósticos (trastorno límite de la personalidad, trastorno obsesivo compulsivo y/o bipolaridad).

Sólo a ocho de las participantes (1%) les habían realizado la prueba de COVID-19, obteniendo un resultado negativo.

**Tabla 1**  
Datos antropométricos de la muestra

|                         | <b>Sobrepeso y obesidad</b><br><b>M (DE)</b> | <b>Peso saludable</b><br><b>M (DE)</b> |
|-------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------|
| Talla (m)               | 1.62 (.06)                                   | 1.62 (.06)                             |
| Peso (kg)               | 76.93 (12.99)                                | 58.03 (6.20)                           |
| Índice de Masa Corporal | 29.08 (4.10)                                 | 21.91 (1.72)                           |

### *Instrumentos*

- Cuestionario sociodemográfico: se trata de un cuestionario que incluía preguntas con el objetivo de recabar datos sociodemográficos como edad, talla y peso, nivel de estudios, grupo conviviente y lugar de residencia. Además, se incluyeron preguntas sobre diagnósticos de salud mental y realización de prueba de COVID-19.

- Cuestionario de impacto sobre hábitos alimentarios e imagen corporal: se trata de un cuestionario que incluía preguntas sobre hábitos generales de alimentación, tales como cantidad de comidas, calidad, porciones y picoteo, y sobre hábitos relacionados con riesgo de un trastorno alimentario como la realización de dietas para bajar de peso, conductas purgativas y atracones. Además, el cuestionario incluía preguntas sobre cambios en la percepción de su imagen corporal, preocupación por la imagen, y frecuencia de conductas de mirarse al espejo. Todas las preguntas tenían un formato de respuesta de “antes” y “durante” las condiciones de aislamiento.

### *Procedimiento*

El presente estudio comenzó en el mes de abril, luego de la segunda semana de ASPO decretado para la República Argentina. Las participantes fueron convocadas entre los días 2 y 30 de abril de 2020, completando los instrumentos de manera virtual. Se les brindó información sobre los objetivos del estudio y aceptaron participar en forma voluntaria a través del consentimiento informado, en el que se explicitó la confidencialidad de la investigación. Luego de recabar los datos se procedió al armado de la base de datos y el procesamiento de los mismos a través del Paquete estadístico SPSS en su versión 25 en español. Las participantes fueron agrupadas según el Índice de Masa Corporal (IMC), el cual fue calculado a partir del peso y talla reportados por las participantes. El análisis de diferencias entre los grupos se realizó mediante prueba de proporciones.

## RESULTADOS

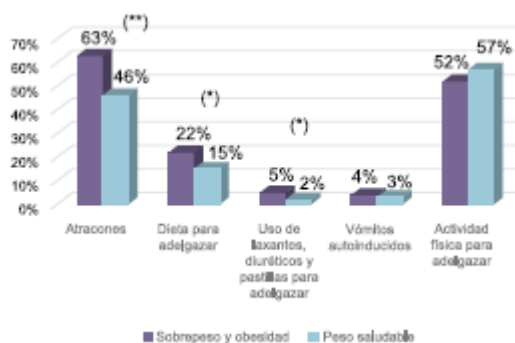
### *Impacto del aislamiento sobre los hábitos alimentarios*

La mayoría de las participantes refirió haber sufrido cambios en los hábitos alimentarios durante el ASPO (94% del grupo de mujeres con SyOB y 91% del grupo con peso saludable). Entre los cambios mayormente mencionados se encuentran los relacionados con la cantidad de comidas, el tamaño de las porciones, la duración y la calidad de las comidas. En lo que respecta a la cantidad de comidas diarias y el tamaño de las porciones, el porcentaje de mujeres con SyOB que refirieron dichos cambios fue mayor que el de mujeres con peso saludable (41% vs. 34% [ $\chi^2 (1) = 3.812, p = .05$ ], y 33% vs. 25% [ $\chi^2 (1) = 5.885, p = .015$ ] respectivamente). No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos respecto de los cambios relacionados con la duración y la calidad de las comidas.

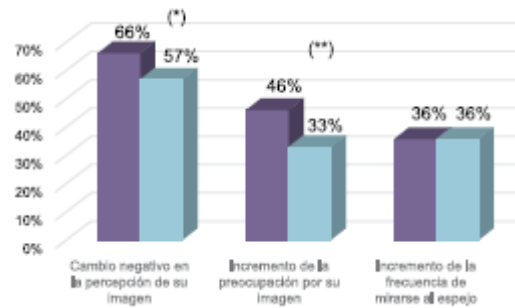
Además, el 72% de las mujeres con SyOB, refirió presentar conducta de picoteo entre comidas más que antes del ASPO, siendo dicha proporción significativamente mayor que la de las participantes con peso saludable (62%); [ $\chi^2 (1) = 7.993, p = .005$ ].

En lo referido a las conductas relacionadas con el riesgo de trastorno alimentario, las mujeres con SyOB refirieron un mayor incremento en la frecuencia de atracones y el consumo de laxantes, diuréticos y pastillas para bajar de peso en comparación con sus pares con peso saludable, siendo la diferencia de proporciones estadísticamente significativa. Se consideró la presencia de atracones ante la ingesta de una gran cantidad de comida, en un tiempo corto y acompañada de la sensación de pérdida de control. Además, una mayor proporción de mujeres con SyOB refirieron haber comenzado a realizar dieta para adelgazar durante el aislamiento. La diferencia respecto del grupo con peso saludable fue estadísticamente significativa (Ver Fig. 1).

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos respecto del incremento de vómitos autoinducidos y realización de actividad física para el descenso de peso durante el ASPO (Ver Fig. 1).



**Figura 1**  
Hábitos relacionados con riesgo de trastorno alimentario



**Figura 2**

Efectos en la percepción de la imagen corporal

### *Impacto del aislamiento sobre la imagen corporal*

Las mujeres con SyOB manifestaron haber experimentado un cambio negativo en la percepción de su imagen corporal a partir del ASPO en mayor medida que las mujeres con peso saludable [ $\chi^2 (1) = 6.283$ ,  $p = .012$ ] (Ver Fig. 2).

Las mujeres con SyOB manifestaron haber experimentado un cambio negativo en la percepción de su imagen corporal a partir del ASPO en mayor medida que las mujeres con peso saludable [ $\chi^2 (1) = 6.283$ ,  $p = .012$ ] (Ver Fig. 2).

Además, se observó una mayor preocupación por la imagen corporal en el grupo con SyOB al compararlo con el grupo con peso saludable, siendo la diferencia de proporciones entre ambos grupos estadísticamente significativa [ $\chi^2 (1) = 13.244$ ,  $p = .000$ ] (Ver Fig. 2).

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos respecto de la frecuencia con la que se miraban en el espejo (Ver Fig. 2).

## DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo conocer el impacto del ASPO frente a la pandemia de COVID-19 sobre los hábitos alimentarios y la imagen corporal en mujeres con sobrepeso y obesidad residentes en Argentina.

Los resultados obtenidos sobre los cambios observados a partir del ASPO son similares a los hallados en otros estudios. Al igual que en la presente investigación, Ammar et al. (2020) también encontraron un incremento en la cantidad de comidas diarias en la población general como consecuencia de la pandemia por COVID-19. A su vez, en ella como en otras investigaciones, también se ha observado un incremento en hábitos considerados de riesgo para el desarrollo de trastornos alimentarios, tales como atracones, dieta para bajar de peso, consumo de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar (Ammar et al., 2020; SAN, 2020).

En el presente estudio, el incremento de hábitos poco saludables o asociados al riesgo de trastornos alimentarios fue mayor entre las mujeres con SyOB. El porcentaje de atracones hallado en el grupo de mujeres con SyOB resultó ser muy superior al de las participantes con peso saludable. Dicho porcentaje fue incluso superior al hallado en un estudio realizado con pacientes con diagnóstico de bulimia nerviosa (Schlegl et al., 2020), lo cual pone de manifiesto la magnitud del problema.

En diversos estudios, los atracones han sido considerados respuestas de afrontamiento a situaciones de estrés (Gianini et al., 2013; Leehr et al., 2015; Neumark-Sztainer, 2011). En esta línea, es posible pensar que el grupo de mujeres con SyOB es más propenso a utilizar los atracones como modo de regulación emocional frente al estrés producido por la pandemia y el aislamiento.

El comienzo de dieta para adelgazar durante el ASPO también fue superior en el grupo de mujeres con SyOB. La realización de dietas para adelgazar suele asociarse con el malestar o preocupación por la imagen corporal ya que se presenta como un modo de modelar el cuerpo (Panchaud Cornut et al., 2014). A su vez, la presencia de atracones también se asocia con mayores niveles de preocupación por la imagen corporal (Groesz, et., 2012; Sonnevile et al., 2012). En esta línea, los resultados que indican un mayor incremento de la preocupación por la imagen corporal en las mujeres con SyOB durante el ASPO son consistentes con el incremento de dichas conductas de riesgo en este subgrupo. En otras investigaciones, la preocupación por la imagen también fue mayor en mujeres con SyOB, aunque no en contexto de pandemia (Dunkley et al., 2001; Neumark-Sztainer, 2011).

Los factores que pueden contribuir al incremento de hábitos alimentarios de riesgo y a una mayor preocupación relacionada con la imagen corporal durante el confinamiento son diversos. Entre ellos, pueden mencionarse las dificultades en el acceso a tratamientos nutricionales y las limitaciones para realizar actividad física debido a restricciones horarias o de los espacios para realizarla (Petrova et al., 2020). Por otra parte, las alteraciones alimentarias suelen asociarse con la presencia de condiciones estresantes (Rosen et al., 1993), por lo que puede considerarse al estrés relacionado con la pandemia y el aislamiento como un factor de relevancia en sí mismo. Sobre este punto, cabe destacar que, si bien el contexto de pandemia es general y afecta tanto a las mujeres con SyOB como a aquellas con peso saludable, se ha observado que las personas con obesidad son particularmente vulnerables al estrés (Gianini et al., 2013; Leehr et al., 2015; Neumark-Sztainer, 2011).

En la actualidad se considera a la obesidad como una enfermedad multideterminada, con múltiples factores intervinientes (Hruby & Hu, 2015; Kyle et al., 2016). Por lo tanto, diversos factores habitualmente asociados con el sobrepeso y la obesidad podrían ser responsables de las diferencias halladas entre los grupos. Por ejemplo, en distintos estudios se han observado mayores niveles de malestar psicológico en personas con obesidad (Barry et al., 2003; Huet et al., 2019; Luppino et al., 2010; Schwenke et al., 2020). De este modo, las diferencias halladas entre los

grupos respecto de los hábitos alimentarios y la imagen corporal podrían estar relacionadas con diferencias vinculadas con dicha variable. De igual modo, las diferencias entre los grupos podrían asociarse con distintos grados de insatisfacción corporal en mujeres con SyOB y mujeres con peso saludable, ya que también se trata de una característica presente en mayor medida en población con obesidad.

Entre las limitaciones del presente estudio, puede mencionarse el carácter transversal de la investigación. El impacto de la pandemia y/o el aislamiento sobre los hábitos alimentarios y las actitudes relacionadas con la imagen corporal fue referido por las participantes, y no evaluado de modo longitudinal. Un estudio de tipo longitudinal permitiría además evaluar el efecto de la persistencia del aislamiento. Por otro lado, la división de la muestra en subgrupos fue realizada en función del IMC calculado a partir del peso y talla reportados por las participantes. Por último, se menciona como limitación el carácter univariado de los análisis realizados. En relación con esto, como línea futura de investigación, podría considerarse la inclusión y control de otras variables que podrían estar asociadas con el impacto de la pandemia sobre mujeres con SyOB. Por otra parte, habiendo transcurrido cuatro meses desde la recolección de datos del presente estudio, sería interesante realizar un nuevo relevamiento a los fines de conocer el estado actual.

## REFERENCIAS

- Ambwani, S., Slane, J. D., Thomas, K. M., Hopwood, C. J., & Grilo, C. M. (2014). Interpersonal dysfunction and affect-regulation difficulties in disordered eating among men and women. *Eating behaviors*, 15(4), 550-554.
- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., ... Hoekelmann, A. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1583-1595. <https://doi.org/10.3390/nu12061583>
- Barry, D. T., Grilo, C. M., & Masheb, R. M. (2003). Comparison of patients with bulimia nervosa, obese patients with binge eating disorder, and nonobese patients with binge eating disorder. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 191(9), 589-594. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000087185.95446.65>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*.
- Comisión Económica para América Latina y Caribe [CEPAL] (2020). Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe N° 10: hábitos de consumo de alimentos y malnutrición.
- Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020a). Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico a los 7-11 y 50-55 días de cuarentena en población argentina. Buenos Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada,

- Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>
- Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020b). 100 días de cuarentena. Salud Mental, economía y gestión política Buenos Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>
- Dunkley, T. L., Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36(142), 265.
- Fernandez-Aranda, F., Casas, M., Claes, L., Bryan, D. C., Favaro, A., Granero, R., Gudiol, C., Jiménez-Murcia, S., Karwautz, A., Le Grange, D., Menchón, J. M., Tchanturia, K., & Treasure, J. (2020). COVID-19 and implications for eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 28(3), 239.
- Gao, J., Dai, J., Zheng, P., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., Wang, Y., Fu, H., & Jia, Y. (2020). Mental Health Problems and Social Media Exposure During COVID-19 Outbreak. *The Lancet*. <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3541120>
- Gianini, L. M., White, M. A., & Masheb, R. M. (2013). Eating pathology, emotion regulation, and emotional overeating in obese adults with binge eating disorder. *Eating behaviors*, 14(3), 309-313.
- Groesz, L. M., McCoy, S., Carl, J., Saslow, L., Stewart, J., Adler, N., Laraia, B., & Epel, E. (2012). What is eating you? Stress and the drive to eat. *Appetite*, 58(2), 717-721.
- Hruby, A., & Hu, F. (2015). The epidemiology of obesity: A big picture. *Pharmacoeconomics*, 33(7), 673-689. <http://doi:10.1007/s40273-014-0243-x>
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 epidemic in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288 (112954) <https://www.medrxiv.org/content/medrxiv/early/2020/02/23/2020.02.19.20025395.full.pdf>
- Huet, L., Delgado, I., Aouizerate, B., Castanon, N., & Capuron, L. (2019). Obesity and depression: shared pathophysiology and translational implications. In *Neurobiology of Depression* (pp. 169-183). Academic Press.
- Kyle, T. K., Dhurandhar, E.J., & Allison, D.B. (2016). Regarding Obesity as a disease: Evolving policies and their implications. *Endocrinology Metabolism Clinics*; 45(3): 511-20.
- Köster, E. P., & Mojet, J. (2015). From mood to food and from food to mood: A psychological perspective on the measurement of food-related emotions in consumer research. *Food Research International*, 76(2), 180-191.
- Lehr, E. J., Krohmer, K., Schag, K., Dresler, T., Zipfel, S., & Giel, K. E. (2015). Emotion regulation model in binge eating disorder and obesity-a systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 49, 125-134.
- Luppino, F. S., de Wit, L. M., Bouvy, P. F., Stijnen, T., Cuijpers, P., Penninx, B. W., & Zitman, F. G. (2010). Overweight, obesity, and depression: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Archives of general psychiatry*, 67(3), 220-229.

- Neumark-Sztainer, D. (2011). Obesity and body image in youth. *Body image: A handbook of science, practice and prevention*, (pp.180-189). Guilford Press Nueva York
- Oda-Montecinos, C., Saldana, C., & Andrés, A. V. (2015). Daily and abnormal eating behaviors in a community sample of Chilean adults. *Nutrición hospitalaria*, 32(2), 590-599.
- Panchaud Cornut, M., Szymanski, J., Marques-Vidal, P., & Giusti, V. (2014). Identification of psychological dysfunctions and eating disorders in obese women seeking weight loss: cross-sectional study. *International Journal of Endocrinology*. <https://doi.org/10.1155/2014/356289>
- Petrova, D., Salamanca-Fernández, E., Barranco, M. R., Pérez, P. N., Moleón, J. J., & Sánchez, M. J. (2020). La obesidad como factor de riesgo en personas con COVID-19: Posibles mecanismos e implicaciones. *Atención Primaria*, 52(7), 496-500. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.05.003>
- Qiu, J., Zhao, B., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2). <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 52, e102066. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Romo-Romo, A., Reyes-Torres, C. A., Janka-Zires, M., & Almeda-Valdes, P. (2020). El rol de la nutrición en la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). *Revista Mexicana de Endocrinología, Metabolismo & Nutrición*, 7, 132-43.
- Rosen J, Compás B, Tacy B. (1993) The relation among stress, psychological symptoms, and eating disorder symptoms: A prospective analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 14(2), 153-62.
- Sanday, J., Scappatura, M.L & Rutzstein, G. (2020) Impacto de la pandemia por covid-19 en los hábitos alimentarios y la imagen corporal. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXVII Jornadas de Investigación y XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, Ciudad de Buenos Aires, 25 al 27 de noviembre de 2020. Publicado en las Memorias del Congreso.
- Schlegl, S., Meule, A., Favreau, M., & Voderholzer, U. (2020). Bulimia nervosa in times of the COVID 19 pandemic—Results from an online survey of former inpatients. *European Eating Disorders Review*. <https://doi.org/10.1002/erv.2773>
- Schwenke, M., Löbner, M., Riedel-Heller, S., & Lupp, M. (2020). Obesity and Depression in Primary Care-Results from the INTERACT Study. *Psychiatrische Praxis*. <http://doi:10.1055/a-1144-7035>
- Shah, K., Kamrai, D., Mekala, H., Mann, B., Desai, K., & Patel, R. S. (2020). Focus on mental health during the coronavirus (COVID-19) pandemic: applying learnings from the past outbreaks. *Cureus*, 12(3):e7405. <https://doi.org/10.7759/cureus.7405>
- Sociedad Argentina de Nutrición [SAN] (14 de mayo de 2020). Más comida, menos ejercicio. Más de la mitad de los argentinos aumentó de peso en cuarentena: cuántos kilos subieron. *Clarín*. Recuperado

- de: [https://www.clarin.com/buena-vida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilos-subieron\\_0\\_WMEZUU5F1.html](https://www.clarin.com/buena-vida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilos-subieron_0_WMEZUU5F1.html)
- Sonneville, K. R., Calzo, J. P., Horton, N. J., Haines, J., Austin, S. B., & Field, A. E. (2012). Body satisfaction, weight gain and binge eating among overweight adolescent girls. *International journal of obesity*, 36(7), 944-949.
- Todisco, P., & Donini, L. M. (2020). Eating disorders and obesity (ED&O) in the COVID-19 storm. *Eating and Weight Disorders*, 1-4. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00938-z>
- Touyz, S., Lacey, H., & Hay, P. (2020). Eating disorders in the time of COVID-19. *Journal of Eating Disorders*, 8(19). <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00295-3>
- Varela, P., & Ares, G. (2015). Special issue title: "Food, emotions and food choice". *Food Research International*, 76(2), 253-260. <http://doi10.1016/j.foodres.2015.08.007>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Weissman, R. S., Bauer, S., & Thomas, J. J. (2020). Access to evidence-based care for eating disorders during the COVID-19 crisis. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 369-376. <https://doi.org/10.1002/eat.23279>