



Enfermería Clínica

www.elsevier.es/enfermeriaclinica



ORIGINAL

Factores psicosociales y conductuales en la regulación del peso: autorregulación, autoeficacia y locus control[☆]

Lara Menéndez-González^{a,*} y María Isabel Orts-Cortés^{b,c}

^a Centro de Salud El Llano, Servicio de Salud del Principado de Asturias

^b Departamento de Enfermería, Universidad de Alicante, Alicante, España

^c Unidad de Investigación en Cuidados de Salud (Investen-ISCIII), Instituto de Salud Carlos III, Madrid, España

Recibido el 25 de octubre de 2017; aceptado el 11 de febrero de 2018

PALABRAS CLAVE

Obesidad;
Autoeficacia;
Autorregulación;
Control
interno-externo;
Conducta;
Índice de masa
corporal

Resumen

Objetivo: Identificar la relación y el comportamiento de la autorregulación, autoeficacia y locus control en la regulación del peso, en población adulta con obesidad, sobrepeso y normopeso.

Método: Se realizó un estudio transversal en el Centro de Salud del Coto (Gijón) entre el 1 de abril al 30 de julio de 2015. La muestra estuvo formada por personas entre 18-65 años que contaran con un registro del índice de masa corporal en los dos últimos años. Los criterios de exclusión fueron: enfermedad médica grave, trastornos de la alimentación o mujeres embarazadas. Se midieron variables conductuales: autorregulación del peso corporal (Inventario de autorregulación del peso corporal), autoeficacia percibida en la regulación del peso (Inventario autoeficacia percibida en la regulación del peso) y locus control en la regulación del peso (Inventario Locus control en la regulación del peso). Variables antropométricas: peso (kg) y talla (m), índice de masa corporal.

Resultados: Se incluyeron 106 participantes: 32 con obesidad, 28 con sobrepeso y 46 con normopeso. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los 3 grupos de estudio para las variables escala total de autoeficacia ($F = 61,77$; $p < 0,01$), escala total de autorregulación ($F = 45,97$; $p < 0,01$), locus control interno ($F = 13,92$; $p = 0,019$), locus control otros poderosos ($F = 9,21$; $p < 0,01$) y locus control azar ($F = 3,50$; $p = 0,011$).

Conclusiones: La existencia de una relación entre el índice de masa corporal y las variables conductuales de autoeficacia, autorregulación y locus control, plantea a los profesionales sanitarios la necesidad de incluir los factores psicológicos o conductuales en cualquier actividad preventiva y de intervención dirigida al control del peso.

© 2018 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

[☆] Los datos que contempla la publicación provienen del trabajo fin de máster del Máster en Ciencias de la Enfermería de la Universidad Jaume I, coordinado por la Prof. Dra. Isabel Orts y cuyo protocolo de investigación fue presentado en el XIX Encuentro Internacional de Investigación en Cuidados.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: laramendezgonzalez@gmail.com (L. Menéndez-González).

<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.02.005>

1130-8621/© 2018 Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

KEYWORDS

Obesity;
Self efficacy;
Self-control;
Internal-external
control;
Behaviour;
Body mass index

Psychosocial and behavioural factors in the regulation of weight: Self-regulation, self-efficacy and locus control

Abstract

Objective: To identify the relationship and behaviour of the variables of self-control, self-efficacy and locus control in weight regulation of obese, overweight and normal weight adults. **Method:** Transversal study undertaken in the Health Centre of El Coto (Gijón) from 1st April to 30th July 2015. **Participants:** Subjects between 18-65 years of age with a body mass index recording within the last two years. **Exclusions:** serious medical illness, eating disorders or pregnant women. **Main measurements:** Behavioural variables: self-regulation of body weight (Inventory of self-control of body weight), perceived self-efficacy in weight regulation (Inventory of perceived self-efficacy in weight regulation) and locus control in weight regulation (Inventory of locus control in weight regulation). **Anthropometric variables:** weight (kg) and height (m), body mass index.

Results: One hundred and six participants were included: 32 were obese, 28 overweight and 46 normal weight. Significant differences were found between the 3 study groups for total scale of self-efficacy ($F=61.77$; $p<.01$), total scale of self-regulation ($F=45.97$; $p<.01$), internal locus control ($F=13.92$; $p=.019$), other weighty influences of locus control ($F=9.21$; $p<.01$) and random locus control ($F=3.50$; $p=.011$).

Conclusions: The relationship between body mass index and behavioural variables of self-efficacy, self-regulation and locus control, suggests the need for healthcare professionals to include psychological factors of behaviour in any preventive action and intervention directed at weight control.

© 2018 Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

¿Qué se conoce?

En la obesidad, así como en otros procesos crónicos, el 90% del manejo está a cargo del paciente y los factores psicológicos son determinantes en el cumplimiento y el éxito de programas del control de peso. Las personas tienden a relacionar atribuciones causales o externas cuando un evento es negativo, como cuando se encuentran con un problema de salud tan importante como la obesidad. Pocos estudios han relacionado las variables locus control, autorregulación y autoeficacia para el control del peso centrándose tanto en la alimentación como en el ejercicio físico y comparándolas con población con personas con normopeso.

¿Qué aporta?

La existencia de una relación entre el peso y las variables psicosociales y conductuales de autoeficacia, autorregulación y locus control, plantea a los profesionales sanitarios la necesidad de incluir los factores psicológicos de la conducta en cualquier actividad preventiva y de intervención dirigida al control del peso. Las personas obesas tienen poca capacidad para autorregular el peso sobre todo en lo que se refiere a práctica de actividad física.

Introducción

La obesidad es una enfermedad crónica multifactorial y considerada uno de los principales problemas de salud pública a nivel mundial (OMS)¹.

Aunque es conocida la influencia del ambiente en la génesis del problema de la obesidad^{2,3}, es indiscutible el papel que juegan las conductas individuales en el proceso de control de peso, por lo que el estudio de las variables personales sigue siendo parte importante en la búsqueda de la solución de este problema mundial⁴.

Las principales variables conductuales implicadas en el manejo del peso son: la autorregulación, la autoeficacia y el locus control en la regulación del peso⁴. La autorregulación del comportamiento es entendida como «la capacidad de la persona para motivarse y actuar con base a criterios internos y reacciones autoevaluadoras de sus propios comportamientos»⁵. La creencia popular es que las personas obesas carecen de autorregulación, debido a que no pueden resistirse a la gratificación inmediata que produce el sabor de los alimentos, la saciedad que produce la comida y el contexto social en el que se come⁶. La autoeficacia, se refiere a la evaluación de la confianza en la capacidad de uno mismo, por ejemplo, para resistir a los alimentos en situaciones de alto riesgo como reuniones sociales o situaciones estresantes⁷. Según Bandura⁸, si una persona cree que no es capaz de aplicar las destrezas exitosamente, entonces probablemente no llevará a cabo el proceso de autorregulación. El locus de control por su parte, se refiere a las creencias que tienen los individuos en la cantidad de control sobre

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8568726>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8568726>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)