



3. Índice de masa corporal

3. ÍNDICE DE MASA CORPORAL

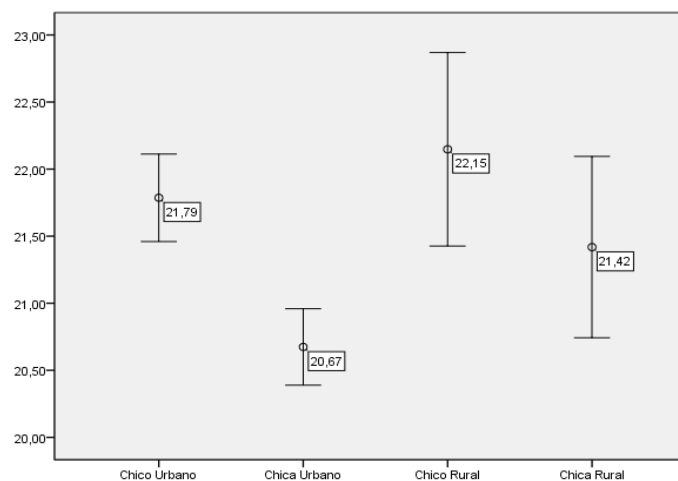
Para identificar el sobrepeso y la obesidad en los jóvenes, así como el infrapeso, se utiliza el Índice de Masa Corporal (IMC), que se calculó a partir de los datos proporcionados por ellos mismos (talla en cm y peso en Kg). También respondieron acerca de la autopercepción que cada uno tiene de su imagen corporal y se estableció la concordancia entre ambos.

La estatura media y el peso medio autorreferido son significativamente mayores en los chicos: 174,48 cm (DE 6,70) y 66,68 Kg (DE 12,10) frente a 161,91 cm (DE 6,46) y 54,66 Kg (DE 9,28) en las chicas ($p < 0,001$), sin encontrarse diferencias

estadísticamente significativas por ámbito geográfico. Sin embargo, respecto al IMC sí las hay: es significativamente mayor en el ámbito rural (21,79, DE 3,60) que en el urbano (21,23 DE 3,24) ($p=0,029$) y también mayor en chicos (21,86; DE 3,47) que en chicas (20,82; DE 3,07) ($p<0,001$).

El valor más bajo de media de IMC corresponde a las chicas de medio urbano (20,67; DE 2,87) mientras que el IMC medio más alto se observa en los chicos de medio rural (22,15; DE 3,75) (Gráfico 3.1).

Gráfico 3.1. IMC según sexo y ámbito geográfico



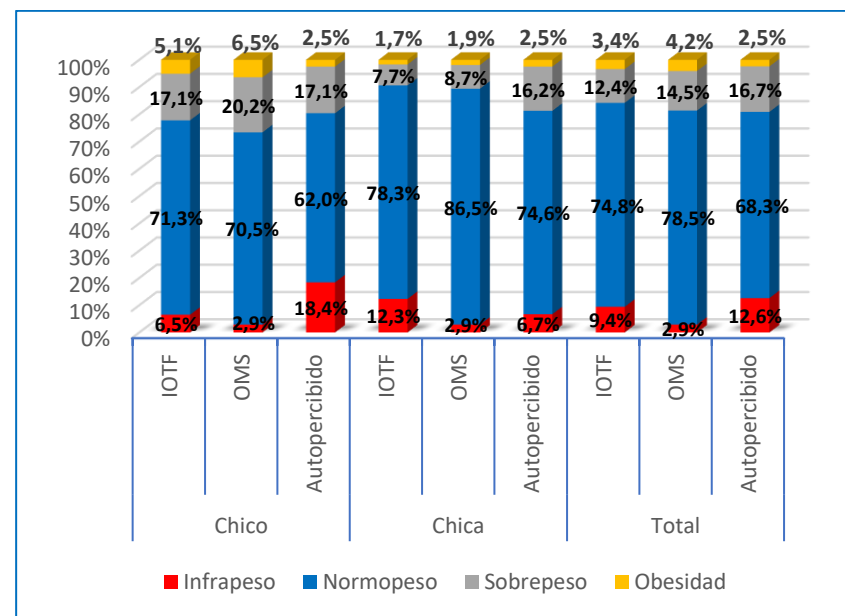
Teniendo en cuenta la clasificación del IMC según la International Obesity Task Force (IOTF)⁴ en las categorías de infrapeso, normopeso, sobrepeso y obesidad, el 78,3% de las chicas y el 71,3% de los chicos tienen un peso normal. Son más las chicas con infrapeso (12,3% en comparación con el 6,5% de los chicos), y los chicos con sobrepeso y obesidad (17,1% y 5,1% respectivamente, frente al 7,7% y el 1,7% de las chicas). Estas diferencias por sexos son significativas estadísticamente ($p < 0,001$).

Sin embargo, al clasificar el IMC según las categorías que establece la Organización Mundial de la Salud (OMS)⁵, el 2,9% de las chicas y de los chicos tienen infrapeso. El porcentaje de jóvenes con sobrepeso y obesidad aumenta levemente en ambos grupos respecto a la IOTF, siendo en los chicos de 20,2% y 6,5% respectivamente y en las chicas de 8,7% y 1,9% siendo también estas diferencias por sexos estadísticamente significativas ($p < 0,001$).

Respecto a la autopercepción de los jóvenes sobre su imagen corporal, el 62% de los chicos y el 74,6% de las chicas consideran que su peso es normal. Cabe destacar que el 18,4% de los chicos considera que su peso es inferior al normal, mientras

que sólo el 6,7% de las chicas se autoclifica en este grupo. Por otro lado, el 17,1% de los chicos y el 16,2% de las chicas consideran que su peso es algo mayor de lo normal y el 2,5% de ambos sexos lo consideran bastante mayor de lo normal ($p < 0,001$) (Gráfico 3.2).

Gráfico 3.2. Categorías de nivel de peso según la IOTF, la OMS y el peso autopercebido.



⁴ Cole TJ, Lobstein T. Extended international (IOTF) body mass index cut-offs for thinness, overweight and obesity. *Pediatr Obes.* 2012 Aug;7(4):284-94. doi: 10.1111/j.2047-6310.2012.00064.x. Epub 2012 Jun 19. PMID: 22715120.

⁵<https://www.who.int/toolkits/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/bmi-for-age>

La clasificación de la OMS detecta más sobrepeso y obesidad mientras que la escala de la IOTF detecta más infrapeso. Sin embargo, el nivel de concordancia entre ambas es bueno, con un valor kappa de 0,741 ($p < 0,001$). Para comparar las categorías de IMC autopercibido con las categorías de la IOTF y de la OMS se equipararon de la siguiente manera: infrapeso con peso “menor de lo normal”, normopeso con peso “normal”, sobrepeso con peso “algo mayor de lo normal” y obesidad con peso “bastante mayor de lo normal”. De este modo, la concordancia del IMC autopercibido con la clasificación de la IOTF es algo mayor que con la clasificación de la OMS (IOTF: kappa = 0,317; $p < 0,001$, OMS: kappa = 0,298; $p < 0,001$) aunque en ambos casos se trata de una concordancia discreta.

Tomando como referencia las categorías de nivel de peso según la clasificación de la IOTF, tanto los chicos como las chicas con normopeso son los que tienen una percepción de su peso más ajustada a la realidad (71,5% y 81,8%, respectivamente). Los adolescentes con infrapeso o sobrepeso/obesidad tienen una percepción más distorsionada de su imagen corporal, tendiendo a normalizar subjetivamente su peso.

Las chicas tienen en mayor proporción que los chicos la percepción de que su peso está por encima del real, siendo

especialmente llamativo el caso de las chicas con infrapeso, donde el 73,1% de éstas consideran que su peso es mayor que el real.

Sin embargo, en el grupo de jóvenes con obesidad, el 66,7% de las chicas considera su peso inferior al real, frente al 73,9% de los chicos. En las demás categorías de IMC son ellos los que tienen mayor percepción de que su peso es inferior al real (Gráfico 3.3).

Gráfico 3.3. Distorsión de la autopercepción del peso, por sexo

