



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

Afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso

**Trabajo de Titulación para optar al título de Licenciada en
Enfermería**

Autores:

Bonilla Pérez Evelyn Tatiana

Espinoza Orozco Maritairy Yanela

Tutor:

MsC. Espinoza Guacho Gabriela

Riobamba, Ecuador. 2025

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Nosotros Evelyn Tatiana Bonilla Pérez y Maritairy Yanela Espinoza Orozco, con cédula de ciudadanía 0604733261 y 0604641399, autores del trabajo de investigación titulado: Afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso, certificamos que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de nuestra exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedemos a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de nuestra entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 28 de noviembre de 2025.



Evelyn Tatiana Bonilla Pérez
C.I:0604733261



Maritairy Yanela Espinoza Orozco
C.I: 0604641399

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, Gabriel Estefanía Espinoza Guacho catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Salud por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: Afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso, bajo la autoría de Evelyn Tatiana Bonilla Pérez y Maritairy Yanela Espinoza Orozco; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 25 días del mes de noviembre de 2025



Gabriel Estefanía Espinoza Guacho
C.I:0606048015


CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación Afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso por Evelyn Tatiana Bonilla Pérez y Maritairy Yanela Espinoza Orozco, con cédula de identidad número 0604733261 y 0604641399, bajo la tutoría de Mgs. Gabriela Estefanía Espinoza Guacho; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 28 de noviembre de 2025.

Mgs. Carla Cristina Calderón Cabezas

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Cielito del Rosario Betancourt Jimbo.

MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Paola Maricela Machado Herrera

MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO





CERTIFICACIÓN

Que, Evelyn Tatiana Bonilla Pérez y Maritairy Yanela Espinoza Orozco con CC: 0604733261 y 0604641399, estudiante de la Carrera Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado " Afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso", cumple con el 8 %, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio Compilatio, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 25 de noviembre de 2025



Mgs. Gabriel Estefania Espinoza Guacho
TUTOR(A)

DEDICATORIA

Este trabajo le dedico en especial a Dios por ser mi guía constante, por darme fortaleza en los momentos de dificultad y por iluminar cada paso de este camino académico. A mis padres por su amor incondicional, su apoyo incansable y por enseñarme con su ejemplo el valor del esfuerzo, la responsabilidad y la fe. Gracias por creer en mí incluso cuando yo dudaba. A mis hermanitos, a quienes dedico este logro con todo mi corazón. Ustedes son mi motor, mi alegría y mi mayor motivación para seguir adelante. Que este paso les inspire a luchar por sus propios sueños con valentía y perseverancia. Este trabajo es para todos ustedes, con profundo amor y gratitud.

Evelyn

Dedico mi tesis principalmente a Dios, por darme salud y vida para culminar esta meta, ayudándome a perseverar hasta este punto y poder lograr mis objetivos. A mis padres que han sido el pilar fundamental de mi vida, fomentando buenos sentimientos, hábitos y valores, con su amor, apoyo incondicional y siendo un ejemplo a seguir, lo cual me ha ayudado a continuar con mis estudios, cumpliendo con mis logros. A mis hermanas por siempre brindarme su cariño, por estar presente en cada momento, por ser mi inspiración y mis ganas de seguir adelante. A mi pareja por ser una guía para seguir en este camino, creyendo en mí siempre, brindándome su amor, cariño y comprensión. A todos ellos dedico este presente trabajo porque me han ayudado en mi formación, creyendo en mí incluso en los momentos en que yo dudaba y permitirme lograr el deseo de superación y triunfo en la vida. Gracias por su valioso amor y apoyo incondicional.

Maritairy

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, expresamos nuestra gratitud a Dios, por ser guía constante en nuestro camino, brindándonos salud, fortaleza, fe y sabiduría para culminar esta etapa tan importante de nuestra formación académica y personal.

A nuestros padres, quienes, con su amor incondicional, esfuerzo y apoyo han sido el pilar fundamental en nuestra vida, impulsándonos siempre a alcanzar nuestras metas. A nuestros hermanos, que con palabras de aliento y compañía nos han motivado a no rendirnos ante las dificultades.

De manera especial, agradecemos a nuestra tutora MsC. Gabriela Espinoza, por su orientación, paciencia y dedicación en cada paso del proceso investigativo, contribuyendo significativamente a la culminación de este trabajo.

Extendemos también nuestro sincero reconocimiento a la Universidad Nacional de Chimborazo, en especial a la Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera de Enfermería y a todos los docentes que durante nuestra formación nos compartieron sus conocimientos, valores y experiencias, convirtiéndose en una inspiración para nuestro crecimiento profesional.

Este logro no habría sido posible sin el apoyo, enseñanza y acompañamiento de todos quienes han formado parte de este camino.

ÍNDICE GENERAL:

DERECHOS DE AUTORÍA

ACEPTACIÓN DEL TUTOR

DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR Y MIEMBROS DE TRIBUNAL

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

AGRADECIMIENTO

DEDICATORIA

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....	11
CAÍTULO II. MARCO TEORICO	12
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA.....	17
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	18
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.	21
BIBLIOGRAFÍA	27
ANEXOS.....	28

RESUMEN

Las afecciones psicológicas en los adolescentes con sobrepeso y obesidad se han convertido en un problema de salud pública a nivel mundial, afectando no solo el bienestar físico sino también el equilibrio psicológico. Generando cambios corporales, emocionales y sociales que afectan su calidad de vida y las relaciones interpersonales. En este contexto resultó imprescindible identificar las afecciones psicológicas asociadas al sobrepeso y obesidad en adolescentes, así como sus implicaciones sociales, además se identificó las estrategias de prevención. Se realizó un estudio descriptivo de tipo documental, mediante la revisión de 95 documentos publicados en distintas bases de datos electrónicos. Los resultados evidencian que la principal afección psicológica vinculada a la obesidad y el sobrepeso es la baja autoestima, que constituye un factor determinante en el desarrollo psicosocial del adolescente. Esta condición se relaciona con la percepción negativa de la propia imagen corporal influenciada por factores sociales y culturales, lo que puede derivar en trastornos psicoemocionales como ansiedad y depresión. Asimismo, la investigación resalta el papel fundamental del profesional de enfermería como educador y facilitador, desempeñando un rol clave en el diseño e implementación de estrategias preventivas tanto en el ámbito clínico como en los contextos educativo y familiar.

Palabras claves: adolescentes, ansiedad, autoimagen, depresión, enfermería, obesidad, sobrepeso.

ABSTRACT

Psychological conditions in overweight and obese adolescents have become a global public health problem, affecting not only physical well-being but also psychological balance. These conditions generate physical, emotional, and social changes that affect their quality of life and interpersonal relationships. In this context, it was essential to identify the psychological conditions associated with overweight and obesity in adolescents, as well as their social implications, and to identify prevention strategies. A descriptive documentary-type study was conducted by reviewing 95 published documents in various electronic databases. The results show that the main psychological condition linked to obesity and overweight is low self-esteem, which is a determining factor in the psychosocial development of adolescents. This condition is related to a negative perception of one's own body image, influenced by social and cultural factors, which can lead to psycho-emotional disorders such as anxiety and depression. The research also highlights the fundamental role of nursing professionals as educators and facilitators, playing a key role in the design and implementation of preventive strategies in clinical, educational, and family contexts.

Keywords: adolescents, anxiety, self-image, depression, nursing, obesity, overweight.



Reviewed by:

Mg. María Alejandra Cruz Torres.

Competencias Lingüísticas Proffesor.

C.I: 0603936717.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) determina que el sobrepeso y la obesidad son condiciones relacionadas a un almacenamiento excesivo de grasa corporal que perjudica a la salud. Estas condiciones representan un problema de salud pública en crecimiento, pues están asociadas con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades de larga duración como diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial y trastornos cardiovasculares.⁽¹⁾

En un estudio publicado en el portal Diario Salud y la OMS mencionan que, durante las últimas décadas, los casos de obesidad incrementan sus cifras con mayor rapidez a nivel mundial y con valores más alarmantes en niños y adolescentes. En 2022 se presentaron más de 390 millones de niños y adolescentes de 5 a 19 años tenían sobrepeso, 160 millones eran obesos lo que significa un riesgo para su salud al ser considerada una enfermedad crónica y compleja.^(1,2)

De la misma manera en otro estudio realizado por Rivas menciona que, aproximadamente 158 millones de adolescentes en todo el mundo viven con obesidad, y se proyecta que esta cifra aumente a 250 millones en la próxima década, además indica que los adolescentes con obesidad tienen un mayor riesgo de experimentar trastornos de salud mental, incluyendo baja autoestima, ansiedad, depresión, dismorfia corporal y alteraciones de la conducta alimentaria.⁽³⁾

En la actualidad la UNICEF menciona que, la región de las Américas registra la mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad a nivel mundial, con un 62,5% de personas de 18 años con sobrepeso y un 28,6% por obesidad. En Argentina, según datos recientes, el 41,1% de la población entre 5 y 17 años presenta obesidad. Asimismo, países como Chile, México y Bahamas reportan las tasas más altas de prevalencia, con un 63%, 64% y 69% respectivamente. De los cuales se determinó que el 80% de este grupo de estudio presenta frecuentemente trastornos psicológicos mientras que en un 44,3% presentan niveles bajos de autoestima.⁽⁴⁾

En América Latina y el Caribe, se estima que al menos 3 de cada 10 niños, niñas y adolescentes entre 5 y 19 años viven con sobrepeso, afectando a casi 50 millones de jóvenes, con problemas psicológicos como la ansiedad y depresión. Según un estudio realizado en México detalla que en el 2023 se ha duplicado la obesidad en adolescentes a un 17.5% este aumento podría estar contribuyendo al incremento de problemas de salud mental.⁽⁴⁾

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) Ecuador, realiza en 2018 por el Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos (INEC), menciona que aproximadamente 678 mil niños y niñas de entre 5 y 11 años presentan sobrepeso u obesidad además se considera que pueden mantenerse en su adolescencia y adultez. De igual manera, el portal Diario de Salud,

en un estudio con adolescentes desarrollado en Machala determino que el 59,20% tienen obesidad y no están conformes con su cuerpo, lo que implica la presencia de trastornos psicológicos.⁽⁵⁾

Así mismo en una investigación realizada por el Departamento de Nutrición y Dietética de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo en niños y adolescentes del área urbana de Riobamba evidenciaron la presencia de sobrepeso y obesidad en escolares con un 27,7% y en adolescentes se presenta en un 21,5%, por otra parte, existen datos de un 2% con problemas de delgadez.⁽²⁾ Estos datos son alarmantes, si bien es cierto, pueden traer consigo consecuencias biológicas y afecciones psicológicas que, en su mayoría, son desencadenadas por la sensación de inferioridad, rechazo, baja autoestima e inseguridad; lo que conlleva acoso, agresiones físicas y verbales, conocidas actualmente como bullying.⁽⁶⁾

El sobrepeso y la obesidad en adolescentes es un problema a nivel mundial, no se toma en cuenta solo sus consecuencias físicas, sino también los problemas psicológicos que conllevan, entre estos tenemos la baja autoestima, ansiedad, depresión y dificultad en la interacción social. Estas afecciones influyen negativamente en la calidad de vida de los adolescentes, repercutiendo en el desarrollo emocional, académico y social, lo que demuestra la necesidad de un análisis profundo de esta problemática. Por tal razón, la presente investigación se realizó con el objetivo general de identificar las afecciones psicológicas asociadas a la obesidad y el sobrepeso en adolescentes y sus implicaciones sociales.

Para dar cumplimiento a este objetivo se analiza en la literatura científica las afecciones psicológicas asociadas a los trastornos nutricionales por exceso, al igual que sus implicaciones sociales; y se logra reconocer las estrategias de prevención y abordaje planteadas por diferentes autores para mitigar las afecciones psicológicas, y así aportar al diseño de intervenciones de enfermería en el ámbito clínico, educativo y familiar. De esta forma, el estudio busca generar pruebas útiles que contribuyan tanto al sistema de salud como al ámbito educativo, fortaleciendo las acciones preventivas y de promoción de la salud en este grupo vulnerable.

Por esta razón nos hemos planteado la siguiente pregunta que guíara el proceso Investigativo:

¿Cuáles son las afecciones psicológicas que presentan los adolescentes con obesidad y sobrepeso?

CAÍTULO II. MARCO TEORICO

La OMS manifiesta que para valorar el estado nutricional y determinar si el adolescente se encuentra en sobrepeso u obesidad es importante calcular el Índice de Masa Corporal (IMC), para ello es necesario contar con datos de peso en kilogramos (kg) y de la talla en metros (m²).

La fórmula utilizada de este cálculo es: peso en kilogramos dividido para la talla en metros cuadrados obteniendo resultados que van desde bajo peso, normal, sobrepeso y obesidad.⁽⁷⁾

Es importante considerar que en los adolescentes entre 10 a 19 años, el IMC depende de otros parámetros tales como el sexo y la edad, pues la composición corporal cambia al igual que la grasa corporal y esta diferente entre hombre y mujeres. De igual manera existe otra herramienta planteada por la OMS como es la curva de crecimiento para una correcta valoración y diagnóstico en este grupo etario.^(8,9)

FACTORES DE RIESGO

Las afecciones psicológicas se producen por la presión estética impuesta por los medios de comunicación y las redes sociales, las cuales promueven un ideal de cuerpo delgado como sinónimo de éxito, belleza y aceptación, lo cual puede generar en los adolescentes con obesidad un sentimiento constante de rechazo, vergüenza corporal y baja autoestima.⁽¹⁰⁾

Por otro lado, la falta de apoyo emocional en el entorno familiar, los estilos de crianza autoritarios o negligentes, así como la presencia de dinámicas familiares conflictivas, pueden reforzar sentimientos de inseguridad, estrés y aislamiento en los adolescentes. Además, en muchos, casos, los hábitos alimenticios y los patrones de sedentarismo son compartidos en el núcleo familiar, dando origen a problemas físicos y emocionales.⁽¹⁰⁾

En el contexto socioeconómico, factores como la pobreza, bajo consumo de alimentos saludables, espacios seguros para realizar actividad física y el escaso acceso a servicios de atención psicológica. Además, las condiciones de inequidad social aumentan su vulnerabilidad y reducen las posibilidades de adoptar los estilos de vida saludables, tanto en el ámbito física como emocional.⁽¹⁰⁾

El sedentarismo se ha transformado en un problema de salud pública que afecta principalmente a jóvenes, estando estrechamente relacionado con el uso inadecuado del tiempo libre. La creciente dependencia de la tecnología, como los videojuegos, computadoras e internet, ha llevado a una disminución en la realización de actividad física. Como consecuencia, este estilo de vida sedentario impacta negativamente en el rendimiento académico, provocando distracción en el aula, mala conducta y en muchos casos, sobrepeso, lo que aumenta el riesgo a largo plazo.⁽¹¹⁾

Además, los medios de comunicación influyen significativamente en esta problemática, debido a la publicidad, las cuales fomentan estándares de belleza en ocasiones inalcanzables que asocian la delgadez con el éxito, reforzando así la estigmatización del cuerpo con sobrepeso en lugar de ejercicio y la escasa difusión de sus beneficios contribuyen a que los jóvenes prefieran actividades sedentarias, aumentando el riesgo de problemas de salud a futuro.⁽¹¹⁾

La herencia genética también puede estar relacionada con el desequilibrio hormonal y algunos problemas específicos como el síndrome de Prader Willi, aumentando la probabilidad de desencadenar esas alteraciones, con cualidades personales, como el temperamento ansioso o los rasgos de personalidad con baja tolerancia al estrés o impulsividad. Dentro del factor ambiental entre sus causas destacan: alta accesibilidad a comida procesada, falta de control en el uso de pantallas, hábitos que ayudan a la vida sedentaria conjuntamente con una alimentación poco balanceada y la inseguridad que se vive en nuestro país.⁽¹²⁻¹⁴⁾

Los factores socioculturales influyen negativamente por ciertas costumbres y/o tradiciones que promueven el exceso alimentario como por ejemplo la presión social, bajo nivel socioeconómico y la limitada educación nutricional en el hogar. Los cuales influyen en los hábitos alimentarios desde edades tempranas. Así mismo, el estilo de vida juega un papel clave, pues una mala alimentación, rica en grasas y azúcares junto con trastornos del sueño o alteraciones emocionales, contribuyen considerablemente al aumento de peso.⁽¹⁵⁾

En conjunto, estos factores interactúan de manera compleja, influyendo directamente en la salud de los adolescentes con obesidad y sobrepeso. Esta interacción no solo afecta su bienestar psicológico generando ansiedad, depresión y baja autoestima, sino que también provocan consecuencias físicas y metabólicas significativamente.⁽¹⁶⁾

COMPLICAICONES

El sobrepeso y la obesidad en los adolescentes constituyen un problema de salud pública que tiene graves consecuencias físicas y psicológicas, las cuales pueden aparecer a corto o largo plazo. El exceso de peso en este grupo etario no solo aumenta la probabilidad de padecer trastornos metabólicos como la diabetes mellitus tipo 2 y la hipertensión arterial, sino que también propicia la aparición de desórdenes hormonales y afecciones cardiovasculares que alteran el equilibrio endocrino y el desarrollo durante la pubertad. Asimismo, las afecciones ortopédicas que resultan de una carga corporal excesiva limitan la movilidad y empeoran el malestar físico.

Estas complicaciones están relacionadas con la vulnerabilidad emocional en el plano psicológico, lo cual impacta en la imagen corporal, baja autoestima y relaciones sociales. Esto puede provocar que aparezcan trastornos de ansiedad, conductas alimentarias inadecuadas y trastornos efectivos. En general, estas advertencias forman un círculo vicioso que mantiene el deterioro mental y físico del adolescente, lo cual impide su bienestar y calidad de vida.

Hipertensión arterial: Es una enfermedad crónica no transmisible que se puede presentar en los adolescentes por sobrepeso, mala alimentación o falta de actividad física. Para un diagnóstico de hipertensión se utiliza los parámetros establecidos de la presión arterial sistólica o diastólica igual o mayor al percentil 95, por lo cual debe ser medida en tres diferentes momentos.⁽¹⁵⁾

Diabetes mellitus tipo 2: Es un trastorno metabólico de larga duración donde el organismo no utiliza la insulina de forma adecuada, resultando en una concentración alta de glucosa en sangre. En jóvenes con exceso de peso, la resistencia a la insulina surge por un aumento en la cantidad de grasa, especialmente en el área abdominal. Si no se trata, puede originar problemas como daño a los nervios, fallos renales, dificultades visuales y trastornos cardíacos. Esta patología aparece más rápido en la etapa joven que en la adulta.⁽¹⁷⁾

Enfermedades cardiovasculares: incluyen un conjunto de condiciones que perjudican el corazón y los vasos sanguíneos, tales como la aterosclerosis, enfermedad coronaria, insuficiencia del corazón y derrames cerebrales. Que se encuentra asociadas con el exceso de peso y la obesidad, las cuales contribuyen a la inflamación persistente y al estrés oxidativo, lo que puede afectar la salud del sistema cardiovascular desde una edad temprana.⁽¹⁷⁾

Problemas ortopédicos: el incremento de peso puede generar una presión adicional sobre los huesos y las articulaciones, ocasionando molestias en las rodillas, cadera y espalda, además de facilitar el surgimiento de condiciones como la escoliosis o la aparición temprana de la osteoartritis. En jóvenes con sobrepeso, el desarrollo de huesos y músculos aún está en curso, lo que puede resultar en deformaciones o problemas de movilidad.⁽¹⁸⁾

Trastornos hormonales: Un exceso de grasa en el cuerpo puede afectar la producción hormonal, lo que podría llevar a desajustes en el ciclo menstrual de las adolescentes, síndrome de ovario poliquístico y alteraciones en el desarrollo puberal en ambos géneros. Adicionalmente, niveles altos de insulina y leptina pueden obstaculizar el crecimiento y el metabolismo adecuado.⁽¹⁹⁾

SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES

El desarrollo psicológico en esta etapa es un proceso difícil que se caracteriza por cambios físicos, emocionales, sociales y cognitivos, que se ven alterados por la pubertad. En el transcurso de esta etapa, el adolescente busca independizarse, construye su identidad personal, moral, sexual y vocacional, además desarrolla relaciones más complejas en el ambiente en el que se encuentra. Los factores claves para el bienestar psicológico incluyendo la autoestima, el autoconcepto y el apoyo familiar y social.⁽¹⁹⁾

En esta etapa los jóvenes atraviesan grandes cambios hormonales y neurológicos que alteran el estado de ánimo y el equilibrio emocional. Este proceso natural y los factores familiares como el apoyo insuficiente, violencia intrafamiliar o la falta de la figura paterna, genera e incrementa inseguridad y baja autoestima. De la misma forma la presión social, como el acoso escolar, discriminación y el descontrol en el uso de redes sociales, provocan vulnerabilidad psicológica.⁽¹⁹⁾

Por otro lado, existen factores individuales como el perfeccionismo excesivo y falta de estrategias para enfrentar situaciones adversas, sumando a esto las experiencias traumáticas, como el abuso físico, sexual o emocional, así como el consumo de sustancias psicoactivas

agravan aún más esta vulnerabilidad. Ante este panorama, resulta esencial el acompañamiento cercano de la familia y el apoyo profesional oportuno.⁽²⁰⁾

AFECCIONES PSICOLÓGICAS ASOCIADAS A LA OBESIDAD Y SOBREPESO.

La baja autoestima está estrechamente relacionada con la insatisfacción corporal, acompañada de sentimiento de inseguridad, ansiedad e inestabilidad emocional. En los adolescentes esta condición puede verse afectada por varios factores, tales como las experiencias personales, comparación con los demás, el entorno familiar y social. Estas dimensiones se vuelven relevantes, en este grupo poblacional, puesto que agravan los efectos del sobrepeso, generando un ciclo en el que el malestar emocional fomenta hábitos poco saludables que perpetúan la obesidad, por lo que su imagen corporal se convierte en un motivo de rechazo social y estigmatización.⁽²¹⁾

Asimismo, la depresión está asociada con un mayor riesgo de desarrollar alteraciones mentales en los adolescentes siendo una de las principales causas de morbilidad y discapacidad y en casos graves puede derivar en suicidio. Esta patología es considerada como un trastorno del estado de ánimo que se caracteriza por sentimientos de tristeza, irritabilidad y pérdida del interés en las actividades cotidianas, la cual se ve potenciada por el estigma social. Acoso escolar e insatisfacción de la imagen corporal, ante esto los jóvenes suelen sentirse rechazados frente a los ideales de delgadez lo que disminuye su autoestima y genera malestar emocional, interfiriendo en la capacidad para llevar una vida normal.⁽²²⁾

Al igual, la ansiedad es otra alteración psicoemocional común en adolescentes con sobrepeso y obesidad, que afecta su vida diaria. Sus causas varían según el tipo de trastorno, ya sea ansiedad generalizada, de pánico, obsesivo-compulsiva, fobia o por estrés postraumático. Estos trastornos pueden contribuir al desarrollo y mantenimiento de los problemas nutricionales, al comer por ansiedad o a su vez recurrir al consumo de alimentos de manera descontrolada como un refugio emocional, generando un impacto significativo en la salud de los adolescentes.⁽²³⁾

CONSECUENCIAS

Los trastornos de la conducta alimentaria representan una de las manifestaciones psicológicas más preocupantes en adolescentes con obesidad y sobrepeso. Estas alteraciones como, la bulimia nerviosa, alimentación emocional y trastorno alimentario compulsivo suelen originarse por factores como la baja autoestima, la presión social y el estigma corporal. En muchos casos, la comida se convierte en un mecanismo de escape ante emociones negativas, lo que perpetúa un ciclo de culpa y malestar. Esta relación disfuncional como la alimentación agrava tanto el estado emocional como físico del adolescente. Por ello, su detección es clave para una intervención integral y efectiva.⁽²⁴⁾

Bulimia nerviosa: afecta significativo ente a los adolescentes como obesidad y sobrepeso, puesto que genera un ciclo perjudicial de atracones y purgar que deteriora tanto su salud física como mental. Esta conducta alimentaria descontrolada puede agravar los problemas metabólicos preexistentes, aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares y provocar desequilibrio electrolíticos. Además, la constante insatisfacción corporal y la presión social intensifican sentimientos de culpa, ansiedad y baja autoestima. En muchos casos, la bulimia en este grupo se mantiene oculta, lo que retrasa su diagnóstico y tratamiento adecuado.⁽²⁶⁾

Acoso escolar (bullying): relacionado con el peso, conocido como *weight-related bullying* genera efectos psicológicos profundos en adolescentes, quienes suelen ser blanco frecuente de burla, exclusión y humillación. Esta experiencia negativa incrementa la vulnerabilidad emocional. Además, el estigma del peso en el entorno escolar deteriora la autoestima y la percepción del propio cuerpo, afectando el rendimiento académico y la integración social de igual manera estos adolescentes desarrollan una imagen corporal distorsionada que puede derivar en conductas alimentarias desordenadas como la bulimia o el trastorno por atracón. La interacción prologada al bullying en la escuela crea un ambiente hostil que influye directamente en su bienestar emocional y desarrollo psicosocial.⁽²⁶⁾

Por otra parte, el estigma del peso internalizado lleva a los adolescentes a aceptar las creencias negativas impuestas por su entorno, lo que agrava su salud mental y limita su capacidad de afrontamiento. Otros estudios señalan que este fenómeno no solo afecta la autopercepción, sino que también puede generar ideaciones suicidas y aislamiento crónico. Por ello, es imprescindible implementar programas educativos inclusivos que promuevan la empatía, diversidad corporal y respeto. La intervención temprana y el acompañamiento psicológico son claves para mitigar los daños del acoso escolar en esta población vulnerable.⁽²⁷⁾

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA.

La presente información se caracterizó por ser un estudio descriptivo de tipo documental, diseño no experimental a través de una revisión bibliográfica con el objetivo de identificar las afectaciones psicológicas asociadas a la obesidad y el sobrepeso en adolescentes, reconociendo sus implicaciones sociales, para contribuir al diseño de estrategias de intervención efectivas en el ámbito clínico, educativo y familiar y así contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los adolescentes.

La muestra de estudio se determinó cuidadosamente seleccionado aquellos artículos relevantes para el tema investigación. Se recopiló información de artículos científicos obtenidos de bases de datos reconocidas en el área de Ciencias de salud, así como de revistas especializadas. La estrategia de búsqueda se desarrolló de manera exhaustiva utilizando bases de datos internacionales reconocidos como: SciELO, Scopus, PubMed, ProQuest, Sialnet, Redalyc. La estrategia de búsqueda incluyó el uso de Google académico y visitas en sitios web de la OMS, Organización Panamericana de Salud (OPS) y Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MDP).

Se ampliaron términos de referencia específicos, tomados de los descriptores en la Ciencia de la Salud (DeCS) como la: salud mental, sobrepeso, obesidad, cuidados de enfermería prevención, factores protectores: estas categorías fueron empleadas en frases breves utilizando operadores booleanos: AND y OR. En total se identificaron 95 artículos relevantes, de los cuales se eliminaron 71 por ser documentos duplicados que no cumplían con los criterios de inclusión o se encontraban con alguno de exclusión, mientras que los 24 artículos restantes conforman la muestra del estudio, los cuales contribuyeron significativamente a los resultados como se muestra en la Figura 1: diagrama de flujo de búsqueda realizada.

En cuanto a criterios de inclusión se clasificaron artículos publicados desde el año 2020 hasta el 2025, donde se resaltan investigaciones previas en adolescentes de ambos sexos entre 10 y 19 años, diagnosticados con sobrepeso y obesidad según el IMC y tabla de percentiles de la OMS. Además, estudios que valoran las afecciones psicológicas asociadas al sobrepeso y obesidad tales como la baja autoestima, depresión, ansiedad, imagen corporal negativa, síntomas de trastorno de la conducta alimentaria, problemas de adaptación en el entorno social, bullying y estigmatización.

Como criterios de exclusión, se evitó estudios en adultos mayores de 19 años y en niños menores de 10 años, investigaciones relacionadas a pacientes con bajo peso, desnutrición u otras patologías nutricionales que no son sobrepeso y obesidad. Además, se excluyó artículos sobre adolescentes que padecían alguna enfermedad crónica grave como cáncer, patologías neurológicas severas y discapacidad intelectual profunda.

El método de análisis y procesamiento de datos, utilizado en tres fases permitió una revisión bibliográfica de la literatura científica disponible, la identificación de las bases de datos relevantes y la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión en la búsqueda de artículos, asegurando la selección de una muestra adecuada. Es importante destacar que durante todo el proceso de investigación se tuvieron en cuenta consideraciones éticas, como la búsqueda en base de datos científicos y académicas y el correcto citado acorde a las normas Vancouver utilizadas. Además, se aseguró la ausencia de conflictos de intereses que pudieran afectar la integridad del estudio.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.

Se ha podido identificar que el principal problema que afecta a los adolescentes con sobrepeso y obesidad es la baja autoestima, la cual constituye un factor determinante en el desarrollo psicosocial de la adolescencia, con implicaciones significativas en la salud mental y física lo que coinciden en la totalidad de estudios analizados, así mismo concuerdan en la necesidad de crear estrategias para la prevención y contribuir a la mejora de la calidad de vida de los adolescentes.

Dentro de las causas de la baja autoestima Castelo W, et al, menciona que los movimientos sociales en internet tienen un papel dual: por un lado, ofrecen espacios de identificación y apoyo que favorecen la seguridad respecto al cuerpo y a la apariencia; pero, al mismo tiempo, pueden reforzar estereotipos que perpetúan la insatisfacción corporal. Por otro lado, Boris E y sus colaboradores enfatizan que la baja autoestima es vulnerable a desórdenes alimenticios, trastornos de la propia imagen corporal en edades tempranas, influyendo negativamente en el bienestar psicológico de los jóvenes, reflejando la estrecha relación entre factores sociales, emocionales y conductuales.^(28,29)

De igual manera, Sánchez, García y Vásquez, aportan una visión estructural de la autoestima, destacando que esta se configura a partir de la influencia del entorno familiar y que puede ser modificable a lo largo de la vida. Sin embargo, la adolescencia constituye un período crítico en el que niveles bajos de autoestima predisponen a dificultades en las relaciones interpersonales, síntomas psicopatológicos y conductas de riesgo. Además, Navarro V, sostiene que se vincula directamente con la insatisfacción corporal resultado de la presión social y la estigmatización, reafirmando que este constructo es multidimensional e influye en el desarrollo de la autonomía y la proyección futura de los adolescentes.^(30,31)

Por otro lado, Beltrán J, y sus colaboradores en su artículo, menciona que las mujeres con sobrepeso y obesidad tienden a presentar mayores niveles de autoestima baja, debido a una mayor exposición a estereotipos sociales y exigencias estéticas, lo cual se traduce en una mayor prevalencia de consecuencias emocionales como ansiedad y aislamiento. Este hallazgo coincide con Segal Y, et al, quien demuestra que los síntomas depresivos, la autoconciencia y la obesidad se relacionan estrechamente desde etapas tempranas de la vida, siendo la percepción negativa del propio cuerpo un detonante de insatisfacción.^(32,33)

En esta línea, Delgado C, et al, amplía la discusión al mostrar que la obesidad en adolescentes latinoamericanos, especialmente en mujeres, se asocia con vergüenza corporal, autorechazo y baja autoestima, desencadenando cuadros depresivos, anhedonia alteraciones de la conciliación del sueño y pensamientos suicidas. Mejía J, et al, complementan esta perspectiva al destacar que la relación entre obesidad y salud mental es bidireccional: la baja autoestima y la depresión pueden favorecer el aumento de peso, mientras que la obesidad agrava los problemas emocionales y psicológicos.^(34,35)

Navarro V, Beltrán J, et al, Mejía J, et al y Perea, et al, coinciden que la baja autoestima en este grupo etario nace por una percepción negativa de la propia imagen corporal, vinculada por factores sociales como la obesidad y sobrepeso que es provocada principalmente por el sedentarismo, falta de apoyo emocional en el círculo familiar, redes sociales y el uso excesivo de pantallas, afectando de manera directa el bienestar emocional, las relaciones sociales y el rendimiento académico. Por esta parte, los autores destacan la necesidad de establecer estrategias preventivas y de intervención temprana que estimulen una autoestima saludable, que reduzcan los estereotipos sociales y promuevan el desarrollo integral de los adolescentes.^(31,36)

La evidencia analizada, muestra que la depresión y la ansiedad son dos problemas psicoemocionales más frecuentes de este grupo etario y su presencia se relaciona de forma estrecha con factores sociales, biológicos y conductuales. Salazar C, et al, indica que la ansiedad se manifiesta con mayor incidencia en mujeres adolescentes y se presenta bajo distintas formas clínicas, desde trastorno de ansiedad generalizada hasta ataques de pánico o fobias.⁽³⁷⁾

Por otra parte, Palma R, manifiesta que la depresión tiene un impacto significativo en el estado de ánimo y los procesos cognitivos, diferenciando entre episodios de depresión y trastornos depresivos persistentes, resaltando la importancia de diferenciar estos cuadros de las repuestas emocionales cotidianas. Por lo cual, Gonzáles C, coincide con ambos autores destacando que el sobrepeso, la obesidad y la estigmatización social fomenta el riesgo de desarrollar ansiedad y depresión, lo que daña la calidad de vida del adolescente.⁽³⁷⁻³⁹⁾

Rodríguez Y, et al, y Cofré A, et al, en sus artículos manifiestan que la depresión y la ansiedad trae consigo manifestaciones cognitivas, físicas y afectivas, entre ellos la tristeza, mal genio, falta de interés en las interacciones sociales, contractura muscular, temblores y alteraciones de la conciliación del sueño. Además, señalan que estas condiciones pueden evaluarse clínicamente permitiendo examinar la severidad de los síntomas depresivos y ansiosos en adolescentes con el fin de determinar su impacto en el bienestar del funcionamiento social y académico.^(40,41)

Desde un punto de vista psicosocial, Martínez I, Arias D, et al, y Carrasco M, et al, coinciden en que la obesidad y los hábitos alimentarios desordenados no solo perjudican la salud física, sino que también forman parte de un factor desencadenante de depresión y ansiedad en los adolescentes. Estos autores distinguen el poder que tiene el entorno familiar, escolar y social, marcando que los conflictos entorno a la alimentación, sedentarismo y presión social conforman un escenario que potencia el desequilibrio emocional y el aislamiento.⁽⁴²⁻⁴⁴⁾

En cuanto a diferencias de género, Serrano N y sus colaboradores indican que las mujeres presentan una mayor vulnerabilidad frente a los estigmas sociales y a cambios emocionales propios de la etapa. Además, Beltrán L, en su investigación manifiesta la importancia de intervenciones educativas estructuradas y talleres de apoyo emocional debido a que disminuyen significativamente los niveles de ansiedad y depresión.^(45,46)

En conjunto, los estudios analizados por Salazar C, et al, Palma R y Gonzales C, coinciden que la depresión y la ansiedad presentan una alta prevalencia en adolescentes con efectos emocionales, sociales y académicos. Así mismo Martínez G, Arias D y Carrasco M, et al, concuerdan en que la obesidad y los malos hábitos que afectan a la salud desencadenan estos trastornos, mientras tanto Serrano N y Beltrán L, recalcan que la obesidad aumenta de manera evidente el riesgo de depresión. De esta manera los resultados evidencian que estos trastornos son acontecimientos multifactoriales, determinados por factores biológicos, psicosociales y de género, los cuales están estrechamente vinculados con los hábitos de vida.⁽³⁷⁻⁴⁶⁾

En relación con esta problemática, Beltrán L menciona que la estrategia de intervención psicológica debe estar enfocadas en brindar apoyo emocional. La terapia psicológica individual o grupal permite trabajar la imagen corporal, el autoconcepto y las emociones negativas asociadas al peso. Estos espacios también fomentan el desarrollo de habilidades para afrontar la presión social, el bullying escolar y las compresiones en redes sociales. La intervención temprana es clave para prevenir consecuencias requiriendo el acompañamiento general y favorece el bienestar integral.⁽⁴⁷⁾

Ruiz M, et al, y Morales J, et al, plantean que existe una herramienta terapéutica denominada: Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), la cual ayuda al adolescente a reconocer sus emociones sin juzgar y actuar conforme a sus valores. Esta terapia enseña a relacionarse con ellos de forma más saludable. En adolescentes con sobrepeso, la ACT ha demostrado fortalecer la motivación para adquirir hábitos saludables sin centrarse únicamente en la pérdida de peso. Además, fomenta la aceptación corporal y disminuye el malestar psicológico relacionado con la autopercepción. Su enfoque adaptable y empático la hace especialmente práctico en esta etapa delicada del desarrollo.^(48,49)

Rodríguez B, et al, resalta que el abordaje de las afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad debe ser multidisciplinario, comprometiendo a profesionales de enfermería y nutrición, psicología y educación física. El nutricionista puede ofrecer una alimentación balanceada sin restricciones extremas, promoviendo una relación sana con la comida. El psicólogo, por su parte, trabaja la autoestima, la ansiedad y otros factores emocionales que fluyen en el comportamiento alimentario. La actividad física, recomendada por profesionales, debe ser adaptada, lúdica y no estigmatizante, ayudando a mejorar el estado de ánimo y la autoimagen corporal. El personal de enfermería tiene un rol clave como educador, facilitador y apoyo emocional durante todo el proceso.⁽⁵⁰⁾

Los programas de prevención y promoción de hábitos saludables en entornos escolares y comunitarios han mostrado ser eficaces para disminuir el riesgo de obesidad y trastornos psicológicos asociados. Por lo cual Gómez S, et al, indica que estos programas integran educación nutricional, actividades físicas recreativas y talleres sobre autoestima e imagen corporal. También se fomenta el autocuidado emocional y se capacita a padres y docentes para identificar signos tempranos de presión o ansiedad. Las redes sociales pueden ser aprovechadas como herramienta para promover mensajes positivos sobre la diversidad corporal y hábitos saludables.⁽⁵¹⁾

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

CONCLUSIONES

En conclusión, las principales afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso no solo representan un problema de salud física, sino que también están relacionadas con distintas alteraciones psicológicas, entre ellas, la baja autoestima que desempeña un papel primordial, debido a que se considera un factor predisponente para desencadenar o incrementar la aparición de trastornos como la depresión y la ansiedad.

Al estudiar las principales afecciones psicológicas detalladas en la literatura científica, se demostró que estas presentan un fuerte vínculo con las implicaciones sociales tales como: la estigmatización, bullying, aislamiento social, entorno y presión social que profundizan el malestar emocional en este grupo etario con obesidad y sobrepeso. Generando sentimiento de tristeza, rechazo y exclusión perjudicando su estado de ánimo y calidad de vida.

Finalmente, la revisión permitió identificar y sistematizar varias estrategias de prevención y abordaje propuestas por diferentes autores, resultando la importancia de intervenciones psicológicas mediante talleres que promuevan el desarrollo y mantenimiento de una autoestima alta, técnicas conductuales, terapias cognitivas y la promoción de actividad física como medios para reforzar la autoestima y disminuir los efectos emocionales adversos.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda la construcción de redes de apoyo como clubes de adolescentes en la cual se incorporen actividades de atención clínica, recreativa y de formación psicoeducativa que favorezcan la autoestima. Mediante un protocolo de tamizaje psicológico sistemático que permita la detección temprana de síntomas de baja autoestima, ansiedad y depresión en adolescentes con obesidad y sobrepeso. Este tamizaje debe complementarse con intervenciones breves de consejería psicológica y sesiones de orientación cognitivo-conductual.
- Implementar programas de psicoeducación familiar que proporcionen herramientas para la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la eliminación de actitudes estigmatizantes hacia el peso de los adolescentes. De este modo, se asegura un acompañamiento integral y sostenido que potencien los resultados a largo plazo. Asimismo, resulta fundamental promover espacios comunitarios que fortalezcan la integración social y reduzcan la discriminación, favoreciendo la creación de redes de apoyo que refuercen la auto aceptación y el sentido de pertenencia.
- Promover campañas de sensibilización que cuestionen los ideales corporales planteados por la sociedad, fomentar la aceptación de la diversidad física y emocional en los adolescentes. Estas acciones ayudarán a disminuir la estigmatización, prevenir trastornos emocionales y beneficiar el bienestar integral de los adolescentes.

BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y Sobrepeso [Internet].2025[citado 20 enero 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. Diario Salud. EN ECUADOR 1 DE CADA 3 NIÑOS Y NIÑAS EN EDAD ESCOLAR SUFREN DE OBESIDAD Y SOBREPESO. [Internet]. 2022 [citado 20 Ene 2025]. Disponible en: <https://diariosalud.com.ec/2020/11/30/en-ecuador-1-de-cada-3-ninos-y-ninas-en-edad-escolar-sufre-de-sobrepeso-y-obesidad/>
3. Rivas W, Romero J. Sobrepeso, obesidad y autoestima de adolescentes en una zona rural del Ecuador. Revista Peruana de Ciencias de la Slud [Internet].2023[citano 20 Ene 2025];5(1):23-28. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8978666.pdf>
4. Unicef. 3 de cada 10 niños, niñas y adolescentes en América Latina y el Caribe viven con sobrepeso [Internet].2021[citado 20 enero 2025]. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/3-de-cada-10-ninos-ninas-y-adolescentes-en-america-latina-y-el-caribe-viven-con-sobrepeso>
5. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición – ENSANUT. Salud y Nutrición [Internet].2018[citado 20 Feb 2025]. Disponible en: <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2023/index.php>
6. Organización Munidal de la Salud. Trastornos mentales [Internet]. 2022 [citado 20 Ene 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
7. Organización Munidal de la Salud. Índice de masa corporal para adolescentes [Internet]. 2007 [citado 20 Ene 2025]. Disponible en: https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/tablas_imc/adolesc_imc.pdf
8. Organización Munidal de la Salud. Obesidad y S [Internet]. 2024 [citado 20 Ene 2025]. Disponible en:https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/tablas_imc/adolesc_imc.pdf
9. Organización Mundial de la Salud.Patrones de crecimiento infantil [Internet].2021[citado 20 Enero de 2025]. Disponible en: https://www.aepap.org/sites/default/files/curvas_oms.pdf
10. Cardenas L. Obesidad y su asociación con factores emocionales: estudio comparativo entre alumnos universitarios de nuevo ingreso[Internet].2019[citado 15 Jun 2025];20(4).Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-familiar->

[223-articulo-obesidad-su-asociacion-con-factores-S1405887116300335?utm_source=chatgpt.com](https://doi.org/10.1111/1469-7610.12345)

11. Poveda C, Poveda D. Relación entre actividad física, sedentarismo y exceso de peso en adolescentes de los Santanderes, Colombia. Rev. Univ. Ind. Santander. Salud [Internet]. 2021 [citado 01 julio 2025];53. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-08072021000100316&script=sci_arttext
12. Kounfer M, Pérez J. La obesidad: aspectos fisiopatológicos y clínicos [Internet].2022[citado 15 Junio de 2025];10(26). Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2448-57052022000100147&script=sci_arttext
13. Institutos Nacionales de Salud (EE. UU.); Estudio Curricular de Ciencias Biológicas. Serie de Suplementos Curriculares de los NIH [Internet].2020[citado 15 junio de 2025] Disponible en: https://www.ncbi-nlm-nih-gov.translate.google/books/NBK20369/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=sge
14. Vélez M. FACTORES DE RIESGO Y CONSECUENCIA ASOCIADAS CON LA OBESIDAD EN ADOLESCENTE [Internet].2024[citado 16 junio 2025]. Disponible en: <https://dspace.ucacue.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2524e203-8642-45a7-be36-0694a3499a0e/content>
15. Castro G, Gaquín K, Guzmán L, Ruiz L, Lastre A, Barriento L. Hipertensión arterial en adolescentes de la Universidad de Ciencias Médicas [Internet].2024[citado 16 junio 2025]. Disponible en: <https://mefavila.sld.cu/index.php/mefavila2024/2024/paper/viewFile/773/783>
16. Raymond J. Krause Mahan. Dietoterapia [Internet].2021[citado 16 junio 2025]. Disponible en: <https://shop.elsevier.com/books/krause-mahan-dietoterapia/raymond/978-84-9113-937-9>
17. Shamah T, Gaona E, Cuevas L, Valenzuela D, Morales C, Rogriguez S, et al. Sobrepeso y Obesidad en población escolar y adolescente [Internet].2024 [citado 16 junio de 2025];66(4). Disponible en: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/15842>
18. Cruz Lomelí, C. Prevalencia de depresión en adolescentes con sobrepeso y obesidad en la UMF 13 IMSS Tuxtla Gutiérrez. [Internet].2021[citado 17 junio 2025]. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/items/6bd309d6-5356-43db-8fb2-c011329f3304>
19. Bustamante L. Desarrollo psicológico del adolescente: una revisión sistemática. Pro Sciences: Revista De Producción, Ciencias EInvestigación[Internet].2022[citado 17 junio 2025]; 6(42):389–398.Disponible en: <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol6iss42.2022pp389-398>
20. Castro A, Matute G, Morales N, Zambrano P. Problemas emergentes de salud mental en adolescentes ecuatorianos: una revisión bibliográfica [Internet].2023 [citado 20 junio 2025];8(9). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9152588>

21. Salazar V, Arraiz C. NIVEL DE ANSIEDAD EN ADOLESCENTES CON SOBREPESO U OBESIDAD [Internet]. 2023[citado 21 junio 2025];29(38). Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/cienf/v29/0717-9553-cienf-29-38.pdf>
22. Pantoja A. “Obesidad relacionada a depresión en adolescentes, Unidad Educativa Fiscomisional León Ruales de Mira Carchi [Internet]. 2021 [citado 21 junio 2025]. Disponible en: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/85834e44-03be-4a73-a4dd-241525896f82/content>
23. Leon D. LA AUTOESTIMA EN LOS ADOLESCENTES DE CENTROS EDUCATIVOS: REVISIÓN TEÓRICA [Internet].2024 [citado 26 junio 2025];5(12). Disponible en: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2665-03982024000203001#:~:text=Por%20%C3%BAltimo%2C%20se%20presenta%20a,y%20un%20di%C3%A1logo%20interno%20cr%C3%ADtico
24. Medina M, Shamah T, Cuevas L, Méndez I, Hernández S. Factores de riesgo asociados con sobrepeso y obesidad en adolescentes mexicanas. Salud pública Méx Internet]. 2020 [citado 26 junio de 2025] ; 62(2): 125-136. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342020000200125
25. Fairburn C, Harrison P. Eating disorders. The Lancet [Internet]. 2023 [citado 30 junio 2025];407-416.Disponible en: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)12378-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)12378-1)
26. Puhl R, Latner, J. Stigma, obesity, and the health of the nation's children. Psychological Bulletin, 133(4), 557–580.<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.4.557>
27. Himmelstein M. Weight-based victimization and suicidality among LGBTQ adolescents: The roles of self-esteem, body image, and perceived weight status. Journal of Youth and Adolescence[Internet].2020[citado 01 julio 2025]; 46(4):843–853. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0626-1>
28. Castelo W, Cedeño J, Cruzate N, Cofre M. Sobrepeso, obesidad y autoestima de adolescentes en una zona rural del Ecuador [Internet].2023 [citado 13 julio de 2025];5(1): 23-8. Disponible en: <https://revistas.udh.edu.pe/index.php/RPCS/article/view/403e/597>
29. Boris E,Álvarez C. Análisis de obesidad y sobrepeso, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña [Internet]. 2020[citado 22 septiembre de 2025];17(1). Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-097X2020000100001&script=sci_arttext
30. Sanchez A,García a, Vázquez E, Montiel A, Aréchiga A. Autoimagen, autoestima y depresión en escolares y adolescentes con obesidad [Internet].2022 [citado 23 noviembre de 2025];158(3). Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-38132022000300124
31. Navarro V. NIVEL DE AUTOESTIMA E INSATISFACCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DEL CENTRO PREUNIVERSITARIO [Internet].2020[citado 23 septiembre de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/5585b668-f91d-464d-91de-2540843c1034/content>

32. Beltrán J, López P, Tirado R, Noh P, Castillo L, Aguilar M. Sobrepeso, obesidad y autoestima en adolescentes del noroeste de México [Internet].2025 [citado 24 septiembre de 2025]. Disponible en: <https://www.ciberindex.com/index.php/ie/article/view/e15868/e15868?id=101625&user=0604733261&nivel=1&md=5dc2a643beba752b5533fb7158a9a59e>
33. Segal Y, Gunturu S. Problemas psicológicos asociados con la obesidad. StatPearls [Internet].2024[citado 27 septiembre del 2025] Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK603747/>
34. Delgado C, Vera M. Síntomas depresivos en adolescentes con obesidad, en la población Latinoamericana en el periodo comprendido 2010-2022 [Internet].2023[citado 27 septiembre del 2025] Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/b864a4c2-3d29-44d7-ac96-bf058151e20e/content>
35. Mejía J, Reina N, Bravo A, Fernández S, Reyna E. Consecuencias emocionales y alternativas de intervención psicológica en sujetos con obesidad [Internet].2021[citado 27 septiembre del 2025] Vol. 10, N°. 1, Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8479455>
36. Perea A, González A, Hernández A, Campos A, García V, Saltigeral P, et al. Recomendaciones para el manejo psicológico de niños y adolescentes con obesidad [Internet].2023 [citado 27 septiembre del 2025] Vol. 90, Supl. 1, Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2023/sps231f.pdf>
37. Salazar V, Fernández C. ANXIETY LEVEL IN OVERWEIGHT OR OBESITY ADOLESCENTS. Cienc. enferm. [Internet]. 2023 [citado 24 septiembre del 2025] ; 29: 38. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532023000100230&script=sci_arttext&tlng=en
38. Palma R. Asociación entre la depresión, la ansiedad y obesidad en adolescentes de los colegios Fermín [Internet].2020[citado 24 septiembre del 2025]. Disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2686df5a-5d73-454f-a280-006184230bd5/content>
39. González C. Depresión y ansiedad en pacientes con sobrepeso atendidos en la clínica obesidad del instituto nacional de pediatría [Internet].2020[citado 24 septiembre del 2025]. Disponible en: <https://ru.dgb.unam.mx/server/api/core/bitstreams/21cc81bd-c8c2-406e-9a5c-5b25f20626f7/content>
40. Rodriguez Y, Chaparro E, Vega T, Estrada A. Transtorno de ansiedad y depresión en adolescentes y su asociación con el estado nutricional [Internet].2025[citado 24 septiembre del 2025];25(1):30-34. Disponible en: https://revistas.unam.mx/index.php/atencion_familiar/article/view/87141
41. Cofre A, Gallardo G, Maripillan L, Sepúlveda L, Parra M. Depresión, ansiedad y estado nutricional en adolescentes de la ciudad de Temuco [Internet].2022[citado 24 Septiembre de 2025]. Disponible en: <https://reunido.uniovi.es/index.php/Rema/article/view/16455/14582>

42. Martínez I. Asociación entre obesidad y síntomas de depresión en adolescentes [Internet].2023[citado 27 Septiembre de 2025]. Disponible en: <https://ri-ng.uaq.mx/bitstream/123456789/7855/1/RI007184.pdf>
43. Arias D, Pérez M. Percepción de la obesidad infantil en población estudiantil y su impacto psicológico y académico [Internet].2023[citado 27 Septiembre de 2025]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/378846628_Percepcion_de_la_obesidad_infantil_en_poblacion_estudiantil_y_su_impacto_psicologico_y_academico
44. Carrasco M, Alcantara M, Gómez J, Ianez R, Rubio C. Percepción parental de los factores relacionados con la obesidad y el sobrepeso en hijos/as adolescentes: un estudio cualitativo. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet]. 2022 Sep [citado 27 Septiembre de 2025] ; 26(3): 178-188. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452022000300003&lng=es.Epub
45. Serrano N, Castro D, Pérez P, Suárez D, Quintero L. Síntomas depresivos y obesidad en adolescentes. Una aplicación desde la Minería de Datos. Informes Psicológicos [Internet]. 2022 [citado 27 Septiembre de 2025] 22(1), pp. 151-166 Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/7634>
46. Beltrán L. Correlatos psicológicos de la obesidad infantil: estudio de seguimiento hasta la adolescencia. [Internet]. 2023 [citado 27 Septiembre de 2025] Disponible en: https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/712512/beltran_garrayo_lucia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
47. Beltrán L. Intervención educativa en adolescentes para prevenir ansiedad y depresión [Tesis de grado]. Universidad Autónoma de Madrid[Internet].2021[citado 27 septiembre 2025] Disponible en: https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/712512/beltran_garrayo_lucia.pdf
48. Ruiz M. Terapia de aceptación y compromiso (ACT) en adolescentes con sobrepeso: una revisión sistemática. An Psicol.[Internet]. 2022[citado 02 julio 2025];38(2):345-353. Disponible en: doi:10.6018/analesps.478261
49. Morales J, Amaya M. Relación entre la obesidad y los trastornos psicológicos en adolescentes: revisión sistemática. Rev Cienc Salud.[Internet]. 2023[citado 02 julio 2025] ;21(1):9-16. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/52412>
50. Rodríguez B. Psicoterapia breve para adolescentes con trastornos afectivos. Rev Asoc Esp Neuropsiq.[Internet]. 2021[citado 02 julio 2025];41(140):523-537. Disponible en: doi:10.4321/S0211-57352021000300010
51. Gómez S. Intervenciones de enfermería en la promoción de hábitos saludables en adolescentes con obesidad. Rev Enferm Global [Internet]. 2020 [citado 02 julio 2025];19(57):382-392.Disponible en: doi:10.6018/eglobal.3937

ANEXOS

Figura 1: Diagrama de flujo de la búsqueda

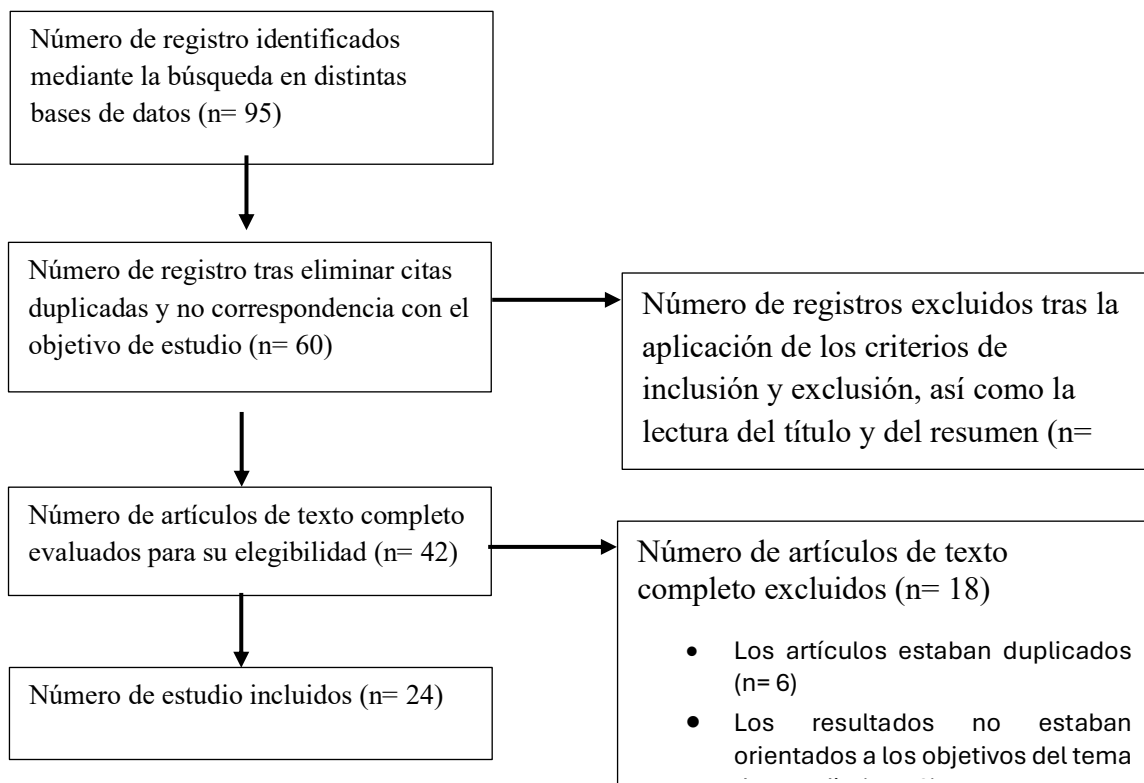


Tabla 1: Afecciones psicológicas en adolescentes con obesidad y sobrepeso

Autor y Año	Principal afección psicológica	Resultados	Actividades de Prevención	Aporte
Castelo W, et al. ⁽²⁸⁾ 2023	Baja autoestima	Está relacionada con la obesidad en adolescentes debido a la influencia de los movimientos sociales que circulan en internet, dado que estas plataformas frecuentadas principalmente por adolescentes, promueven la inseguridad o el rechazo debido a estándares de belleza que se impulsan en las redes sociales.	-Actividad física en las instituciones educativas. -Realizar actividad física a través de juego. -Talleres con los padres de familia para que promuevan el desarrollo y mantenimiento de una autoestima alta en los adolescentes.	La baja autoestima es la principal consecuencia psicológica asociada a la obesidad y el sobrepeso, po la autopercepción negativa del cuerpo y el rechazo social afectan directamente la valoración personal. Esto genera un círculo de insatisfacción que limita el desarrollo emocional y social, aumentando la vulnerabilidad frente a otros trastornos.
Boris E, et al. ⁽²⁹⁾ 2020		Es susceptible a desórdenes de alimentación, trastornos de la imagen corporal, lo que le impediría desarrollar una vida satisfactoria y exitosa, contribuye al deterioro del bienestar psicológico de los niños y a la afectación de los factores psicosociales.	-Técnicas conductuales como	La inseguridad relacionada con el cuerpo y la autoimagen afecta negativamente a la salud mental, aumenta el riesgo de trastornos como la anorexia o bulimia, y también obstaculiza el crecimiento personal y social.

Sanchez A, et al. ⁽³⁰⁾ 2022		Se destaca que en la etapa de la adolescencia resulta esencial mantener niveles elevados de autoestima, la ausencia de amor propio dificulta la construcción de relaciones interpersonales saludables. Esta carencia puede derivar en la aparición de síntomas psicopatológicos, entre ellos ansiedad, alteraciones del estado de ánimo, consumo de sustancias psicoactivas y conductas agresivas.	la automonitorización y el control de estímulos - Talleres de educación a nutricional. - Brindar terapia de	Se considera que la autoestima se construye principalmente en el entorno familiar, pero es susceptible de cambio mediante experiencias significativas, para prevenir trastornos psicológicos y fortalecer las relaciones interpersonales.
Navarro V. ⁽³¹⁾ 2020		Se resalta que la autoestima se relaciona con la percepción que cada persona construye de su propio ser físico, moral, familiar, ético y social. Además, se evidencia una relación entre la insatisfacción corporal y los estantes impuestos por la sociedad que afecta notablemente en bienestar mental y emocional.	Aceptación y Compromiso (ACT) puesto que, ha demostrado mejorar la motivación para adoptar hábitos saludables sin centrarse únicamente en la pérdida de peso sino también en mejorar el auto concepto.	La estigmatización y las críticas externas fortalecen esa autopercepción negativa afectando dimensiones esenciales del ser: físicas, moral, familiar, ética y social. La autoestima en la adolescencia es un pilar formativo que permite consolidar la personalidad, fomentar la autonomía y proyectarse positivamente hacia el futuro.
Beltrán J, et al. ⁽³²⁾ 2025		Las mujeres se encuentran más expuestas a exigencias y estereotipos corporales. Asimismo, se destaca que la baja autoestima se asocia con consecuencias emocionales y sociales, entre ellas el aislamiento, sobrepeso, tristeza y la ansiedad.		Los varones presentan una autoestima más elevada debido a la menor presión social sobre su apariencia, mientras que las mujeres enfrentan mayor exigencia y estereotipos corporales.
Segal Y, et al. ⁽³³⁾ 2024		El autoestudio, la autoconciencia y los síntomas depresivos están claramente relacionados desde la		Es importante destacar la necesidad de intervenciones tempranas, pues

		infancia, mostrando cómo los que sufren de obesidad tienen una percepción corporal más negativa y más insatisfacción.		la baja autoestima y la insatisfacción corporal nacen desde la infancia y pueden consolidarse en la adolescencia.
Delgado C, et al. ⁽³⁴⁾ 2023		Presenta una relación estrecha entre la obesidad y síntomas depresivos en los adolescentes de Latinoamérica, siendo las mujeres las más afectadas. Detallando que la obesidad genera vergüenza por la imagen corporal, teniendo como consecuencia el auto rechazo, baja autoestima y comparaciones constantes en redes sociales, provocando tristeza, ansiedad e incluso pensamientos suicidas.		La vergüenza por la imagen corporal conduce al auto rechazo, comparaciones constantes en redes sociales y pensamientos autodestructivos, acompañados de los síntomas típicos.
Mejia J, et al. ⁽³⁵⁾ 2021		La obesidad no solo afecta la salud física, sino también con fuertes efectos emocionales y psicológicos, depresión, baja confianza en autoevaluación, imagen corporal negativa, trastornos conductuales bajos y alimenticios, como el consumo de alcohol.		Es necesario abordar las condiciones desde un modelo integral de salud mental y física, que considere tanto las causas emocionales como las consecuencias conductuales.
Perea A, et al. ⁽³⁶⁾ 2023		Esta situación afecta o dificulta a que los adolescentes con obesidad y sobrepeso puedan adherirse a los programas conductuales de cambio de hábitos, debido a que la percepción negativa de su cuerpo y la influencia del estigma social genera sentimientos de inseguridad, desmotivación y frustración.		Las intervenciones que se plantean van enfocadas a la parte conductual y cognitiva de una persona donde se busca modificar hábitos alimenticios y reconstruir la imagen corporal mediante un cambio de los pensamientos negativos.

<p>Castelo W, et al.⁽²⁸⁾ Boris E, et al.⁽²⁹⁾ Sanchez A, et al.⁽³⁰⁾ Navarro V.⁽³¹⁾ Beltrán J, et al.⁽³²⁾ Segal Y, et al.⁽³³⁾ Delgado C, et al.⁽³⁴⁾ Mejia J, et al.⁽³⁵⁾ Perea A, et al.⁽³⁶⁾</p>		<p>Coinciden en que la baja autoestima surge principalmente de una imagen corporal negativa, fenómeno que se ve reforzado por factores sociales como el sobrepeso u obesidad, el sedentarismo y el exceso de tiempo frente a pantallas. Indican que peso real y la percepción subjetiva del propio cuerpo es el elemento que más influye en el deterioro de la autoestima.</p>		<p>Se plantea la necesidad de diseñar estrategias preventivas que integren la educación en hábitos saludables, programas de actividad física, apoyo psicológico y orientación en el ámbito familiar. Estas acciones facilitan el fortalecimiento de la autovaloración, disminuir la estigmatización y evitar consecuencias emocionales y sociales a largo plazo.</p>
<p>Salazar C, et al.⁽³⁷⁾ 2023</p>	<p>Ansiedad Depresión</p>	<p>La ansiedad se presenta con mayor prevalencia en el sexo femenino y la describe como una alteración psicoemocional. Además, varía en función del tipo de trastorno, ya sea ansiedad generalizada, ataques de pánico, conductas compulsivas, fobias o estrés postraumático.</p>	<p>-En el primer nivel de atención se debe tomar acciones para regular el índice de masa corporal -educación sobre trastornos de alimentación y estado de ánimo -Educación de estilo de vida saludable -Práctica de actividad física</p>	<p>La depresión se destaca como una afección frecuente, vinculada tanto a la estigmatización y discriminación social como a la sensación de fracaso en los intentos de control del peso.</p>
<p>Palma R.⁽³⁸⁾ 2020</p>		<p>Dentro de las manifestaciones de la depresión está el trastorno depresivo mayor, depresivo persistente o distimia, de curso más prolongado. Además, resulta esencial diferenciar la tristeza cotidiana de un episodio depresivo mayor, este último conlleva un impacto clínico relevante y se asocia a la interacción de factores sociales, psicológicos y biológicos.</p>		<p>La depresión en estos adolescentes se traduce en aislamiento, desmotivación y un deterioro progresivo de su calidad de vida, lo que resalta la necesidad de una detección temprana y un abordaje integral.</p>

Rodriguez Y, et al. ⁽⁴⁰⁾ 2025		Los síntomas depresivos son frecuentes en adolescentes y se relacionan con alteraciones en el apetito y puede mantener o intensificar alteraciones emocionales a largo plazo.	-Coordinación con entidades como el ministerio de educación, ministerio de inclusión social - Clubs de adolescentes. - Intervenciones que involucren a familia, círculo social y profesionales de la salud. - Terapias psicológicas que destaquen pensamientos cognitivos y conductuales.	
González C. ⁽³⁹⁾ 2020		El sobrepeso y la obesidad infantil, sumados a la estigmatización social y el bullying por peso, incrementan notablemente el riesgo de ansiedad y depresión, afectando el bienestar psicológico y la calidad de vida.		
Cofre A, et al. ⁽⁴¹⁾ 2022		La sintomatología depresiva de relevancia clínica suele manifestarse a través de componentes afectivos, físicos y cognitivos, entre los que destacan la tristeza, la anhedonia, el aburrimiento y la irritabilidad. Asimismo, se observa con mayor frecuencia en mujeres durante la fase lútea del ciclo menstrual, etapa en la que se produce una disminución de estrógenos y progesterona.		Las variaciones hormonales, como la disminución de estrógenos y progesterona durante la fase lútea, pueden actuar como factores biológicos que incrementan la vulnerabilidad a la depresión y ansiedad
Martinez I. ⁽⁴²⁾ 2023		Los principales actores para que en este grupo etario se evite la baja autoestima debido a su ideal de cuerpo son: el círculo social del paciente, es decir familia, docentes y las instituciones religiosas, que son quienes llegan a influir más en la vida, pensamientos y emociones.		Refuerzan la necesidad de intervenciones clínicas, educativas y familiares que integren estrategias de apoyo emocional, terapia cognitiva y programas de fortalecimiento de la autoestima, con el fin de prevenir consecuencias a largo plazo en la
Arias D, et al. ⁽⁴³⁾ 2023		Los padres observan que los jóvenes con sobrepeso o comportamientos irregulares en la alimentación sufren desequilibrios emocionales, ansiedad, baja autoestima		

		y aislamiento, al usar la comida para mitigar emociones negativas.		salud mental y social de los adolescentes.
Carrasco M. ⁽⁴⁴⁾ 2022		Los padres perciben la “falta de límite con la comida” manifestando que la alimentación, funciona como un mecanismo emocional para lidiar con angustias no reguladas. Este comportamiento, junto al sedentarismo, la omisión del desayuno y la baja planificación de comidas, genera un entorno psicológico como la ansiedad que favorece el desbalance emocional, aislamiento social e imagen corporal negativa.		
Serrano N, et al. ⁽⁴⁵⁾ 2022 Ruiz M, et al. ⁽⁴⁸⁾ 2022 Morales J, et al. ⁽⁴⁹⁾ 2023		Se centran en la presencia de síntomas depresivos relacionados con la obesidad en los adolescentes específicamente menciona que existe una prevalencia más alta de depresión en la población femenina, puesto que presenta un índice de vulnerabilidad más elevado que los hombres.		Se resalta la importancia del rol educativo y preventivo del profesional, promoviendo talleres y actividades emocionales que fortalezcan el apoyo familiar y escolar.
Beltrán L. ⁽⁴⁶⁾ 2023		Las intervenciones educativas estructuradas pueden reducir significativamente la depresión y ansiedad, mediante el uso adecuado de escalas para valorar síntomas emocionales en los adolescentes, permitiendo una accesibilidad a los pensamientos e ideas de estos.		Para una mejor valoración de estas afecciones psicológicas es muy importante aplicar ciertas escalas para poder valorar la sintomatología y el grado de severidad de las emociones de cada adolescente.
Salazar C, et al. ⁽³⁷⁾ Palma R. ⁽³⁸⁾ González C. ⁽³⁹⁾		Coinciden en que la depresión y la ansiedad mantienen una estrecha relación entre sí y repercuten de manera significativa en el ámbito emocional, social y		La labor del profesional de enfermería incluye la promoción de la salud mental y el

		académico. Ambos se caracterizan por la presencia de síntomas afectivos, físicos y cognitivos, cuya intensidad puede agravarse por la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales, entre ellos el sobrepeso, la obesidad o situaciones de estrés.		acompañamiento integral. De esta manera, contribuye a prevenir el deterioro emocional, social y académico de esta población
Rodriguez Y, et al. ⁽⁴⁰⁾ Cofre A, et al. ⁽⁴¹⁾		Existe una escala de valoración para la depresión y ansiedad que permite observar la clasificación de dichas afecciones en niveles mínimo, leve, moderado y grave. Evidenciando un impacto relevante en el bienestar emocional de los adolescentes, así como en el desarrollo de sus actividades cotidianas.		Estos inventarios favorecen la detección temprana de alteraciones emocionales como la ansiedad y depresión. Así permite intervenir oportunamente para preservar su bienestar y desempeño integral.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 2: Implicaciones sociales en adolescentes con obesidad y sobrepeso

Autor y Año	Principales implicaciones sociales	Resultados Discusión	Actividades de Prevención	Aporte
Navarro V. ⁽³¹⁾ 2020	Estigmatización	Esta problemática está estrechamente vinculada con la insatisfacción corporal que surge cuando los individuos no logran ajustarse a los estándares impuestos por la sociedad. Aquellos que no cumplen con dichos parámetros suelen enfrentar estigmatización y críticas. Generando	Talleres de imagen corporal positivas, sesiones grupales de movimiento recreativo y de actividad física, espacios seguros de escucha emocional.	La estigmatización y las críticas externas fortalecen esa autopercepción negativa afectando dimensiones esenciales del ser: física, moral, familiar, ética y social.

		así problemas de baja autoestima, ansiedad y depresión.		
González C. ⁽³⁹⁾ 2020 Beltrán L. ⁽⁴⁷⁾ 2021	Bullyng	Esta problemática es más común en las instituciones educativas en los adolescentes con obesidad y sobrepeso, las cuales incrementan notablemente el riesgo de ansiedad y depresión, afectando el bienestar psicológico, educativo y la calidad de vida y pueden generar aislamiento social.	Brindar atención psicológica temprana en el manejo integral de estos pacientes para prevenir el agravamiento de dichos trastornos. Espacios que fomentan el desarrollo de habilidades para afrontar la presión social, el bullying escolar y las comparaciones en redes sociales.	Los adolescentes se ven acosados por el bullyng por parte de sus compañeros debido a la burla y al rechazo por su apariencia física, creando inseguridad de su propio cuerpo, como consecuencia se presenta la baja autoestima como una de las principales afecciones psicológicas.
Martínez I. ⁽⁴²⁾ 2023	Entorno social	Influye de manera significativa en este grupo etario debido a la presión social, burlas y rechazo, sea en el contexto familiar, comunitario o en el ambiente educativo impactando su bienestar emocional.	Ofrecer apoyo social para mejorar la salud mental y calidad de vida.	Es fundamental promover espacios educativos, familiares con el fin de fomentar la empatía y la inclusión del adolescente para mejorar tanto la salud mental como el bienestar general.

Beltrán J, et al. ⁽³²⁾ 2025 Rodriguez B. ⁽⁵⁰⁾ 2021 Gómez S. ⁽⁵¹⁾ 2020	Aislamiento social	Está relacionado con estereotipos corporales a las mujeres. La presión por cumplir estos estándares de belleza provoca aislamiento social contribuyendo así a desarrollar tristeza y ciertas afecciones psicológicas.	Realizar talleres educativos, campaña contra el bullying Apoyo constante en el club de adolescentes por parte del personal de enfermería puesto que cumple un rol clave como educador, facilitador y apoyo emocional durante todo el proceso.	Los varones presentan una autoestima más elevada debido a la menor presión social sobre su apariencia, mientras que las mujeres enfrentan mayor exigencia y estereotipos corporales provocando que muchas se alejen de su entorno social por miedo a ser juzgadas o burladas por la sociedad.
Beltrán L. ⁽⁴⁷⁾ 2021	Presión social	En adolescentes con obesidad y sobrepeso esta situación influye significativamente por los estándares de belleza impuestos por la sociedad dado que genera ansiedad, inseguridad de sí mismo, baja autoestima, trastorno de conducta alimentaria y falta de motivación.	Campañas de concientización social. Promover programas educativos que fomenten la autoaceptación de su ideal corporal.	La presión social actúa como un factor crucial en el desarrollo de las afecciones psicológicas puesto que proviene de redes sociales, círculo de amistades y familia.

Fuente: elaboración propia.