

V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología  
XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en  
Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos  
Aires, Buenos Aires, 2013.

# Obesidad, autoayuda y habilidades sociales.

Barinaga, Edith.

Cita:

Barinaga, Edith (2013). *Obesidad, autoayuda y habilidades sociales. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-054/312>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/edbf/rqy>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# OBESIDAD, AUTOAYUDA Y HABILIDADES SOCIALES

Barinaga, Edith

Universidad Argentina J. F. Kennedy

---

## Resumen

Marco Teórico: la obesidad es una combinación de factores genéticos, metabólicos, psicológicos y sociales, además la cultura ofrece alimentos ricos en grasas y azúcares refinados y un estilo de vida cada vez más sedentario. El tratamiento se basa en educación alimentaria, modificar conductas y relaciones interpersonales. Objetivo: Averiguar el modo en que los obesos que se recuperan o en recaída que concurren a grupos de autoayuda aumentan o no sus habilidades sociales a partir del cambio corporal. Metodología: se administra a 209 obesos un cuestionario validado, dividido en tres secciones: datos personales, tratamiento y relaciones interpersonales. Como resultado del análisis factorial, se obtuvieron tres factores: 1. Imagen física, 2. seguridad en sus comportamientos, 3. relaciones interpersonales. Resultados: 1. Imagen física, en los que recaen se disminuyen las HS. 2. Seguridad en los comportamientos, disminuyen en los que se mantienen y no en los que recaen, 3. relaciones interpersonales, aumentan en los que se mantienen y disminuyen en los que recaen. Conclusión: La manifestación de las habilidades sociales en obesos recuperados que concurren a grupos de autoayuda influye en el los que se mantienen por más de dos años

## Palabras clave

Obesidad, Grupos, Autoayuda, Recuperación, Recaída, Habilidades sociales

## Abstract

### OBESITY, SELF HELP AND SOCIAL SKILL

Framework: obesity is a combination of genetic, metabolic, psychological and social, and culture offer fatty foods and refined sugars and a lifestyle increasingly sedentary. The treatment is based on food education, change behaviors and interpersonal relationships. Objective: Find out how obese they recover or relapse who attend self-help groups increase or no social skills from bodily change. Methods: 209 obese administered a validated questionnaire, divided into three sections: personal data treatment and interpersonales. Como relationships result of factor analysis, three factors were obtained: physical 1. Image, 2. Safety in their behaviors, 3. relaciones interpersonal. Results: physical 1. Image, which are decreased relapse HS. 2. Seguridad behaviors, decrease in those kept and not in those who relapse, 3. relaciones interpersonal wherein increase and decrease are kept on which relapse. Conclusion: The manifestación of obese recovered sociales en skills who attend self-help groups influences which held more than two years

## Key words

Obesity, Groups, Self help, Recovery, Relapse, Social skill

## BIBLIOGRAFIA

- Anónimos luchadores de la obesidad (ALCO) 10 escalones y las tradiciones. Ed Fundación Alco. Buenos Aires. 2010
- Assal, J.P., Golay, A., Lacroix, A.: Therapeutic patient education. Report of who working group. World health Organization. Regional office for Europe. 2009.
- Bandura, A., Walters, R.: Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad. Alianza Universidad. Madrid. 2000
- Blanco, A.: Evaluación de habilidades sociales en Fernández Ballesteros (comp) Evaluación conductual. Ed Pirámide. Madrid. 2001.
- Brownell, K.: Personal responsibility and control over our bodies: when expectation exceeds reality. Health Psychology 10(5)(1991) pág 303-310.
- Caballo Vicente, E.: Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Ed siglo XXI. Madrid. 2001.
- Gavino, A.: Técnicas de terapia de la conducta. Martínez Roca. Barcelona. 2001
- OMS: self-help and chronic disease. Lauven. World health Organization Regional office for Europe. 2010.
- OMS/OPS: Un enfoque integrado sobre la prevención y control de enfermedades crónicas. Washington. 2007
- [www.drcormillor.com](http://www.drcormillor.com), consulta 3-5-2013
- [www.who.ch](http://www.who.ch), consulta 3-5-2013
- [www.nif.gov](http://www.nif.gov), consulta 1-5-2013
- [www.journaldatabase.org](http://www.journaldatabase.org), consulta 1-5-2013
- [www.patienteducation.Stanford.edu](http://www.patienteducation.Stanford.edu), consulta 1-5-2013
- [www.paho.org](http://www.paho.org), consulta 3-5-2013