

Acercamiento multidisciplinar a la salud

Volumen III

Comps.

M^a del Mar Molero
M^a del Carmen Pérez-Fuentes
José Jesús Gázquez
M^a del Mar Simón
África Martos
Ana B. Barragán



Edita: ASUNIVEP

Acercamiento multidisciplinar a la salud
Volumen III

Comps.

M^a del Mar Molero

M^a del Carmen Pérez-Fuentes

José Jesús Gázquez

M^a del Mar Simón

África Martos

Ana B. Barragán

© Los autores. NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro “Acercamiento multidisciplinar a la salud. Volumen III”, son responsabilidad exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar, así como los referentes a su investigación.

Edita: ASUNIVEP

ISBN: 978-84-09-02078-2

Depósito Legal: AL1030 2018

Imprime: Artes Gráficas Salvador

Distribuye: ASUNIVEP

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

Enfermedad y Envejecimiento

CAPÍTULO 1

Estudio descriptivo sobre las patologías pulmonares más frecuentes en el paciente geriátrico con enfermedad inflamatoria intestinal 19

Eva Acosta Bazaga, Patricia Gutiérrez Castaño, y José Manuel Mínguez Cortés

CAPÍTULO 2

Implantación de un sistema antimicrobiano preventivo para el estudio de la aparición de casos de Pseudomona aeruginosa resistente 25

Francisco Javier Antúnez Rodríguez, Ana García Duque, y Adrián Jiménez Salido

CAPÍTULO 3

Tratamientos alternativos para el abordaje de pacientes con esquizofrenia..... 33

Leonor Asensio Aguerri, Victoria Muñoz Martínez, Beatriz Mata Sáenz, Erica López Lavela, Fernando García Lázaro, Rafael Ángel Baena Mures, Irene Díaz Quero, Estefanía Segura Escobar, Carlos Rodríguez Gómez Carreño, y Laura Nuevo Fernández

CAPÍTULO 4

Lesión premaligna de la mucosa bucal: Liquen plano oral..... 41

Antonio García Rubio y María Cristina Ibáñez Romero

CAPÍTULO 5

Infecciones por clostridium difficile: Abordaje multidisciplinar 47

María Gema Gómiz Rodríguez, Álvaro Pérez González, y José Manuel Mínguez Cortés

CAPÍTULO 6

Valoración del riesgo autolítico de un paciente en el servicio de urgencias..... 53

María Luisa González Delgado

CAPÍTULO 7 59

Diagnóstico mediante exploración clínica de la muerte encefálica 59

Pedro Guijo González, Manuela Bautista Téllez, y Rafael Ángel Bohollo de Austria

CAPÍTULO 8

Abordaje del paciente cardiovascular en el ámbito de la fisioterapia: programas de rehabilitación cardíaca..... 65

Laura María Hermoso Ruiz, Ana Isabel Chica Garzón, Verónica Andrés Sanz, Sofía Rodríguez Torres, Ana Belén Muñoz Hornero, y Cristina Mondéjar Delgado

CAPÍTULO 9

Guía clínica del tratamiento de cáncer de piel no melanoma con braquiterapia de alta tasa basada en recomendaciones nacionales e internacionales y en los datos de control local, toxicidad y resultados cosméticos..... 71

Rebeca Hernández Rodríguez, María Belén Ríos Pozo, y Félix Navarro Guirado

CAPÍTULO 10

Análisis del uso de la crioterapia en atención primaria como medida eficaz para el tratamiento de lesiones dermatológicas y sus consecuencias sobre las derivaciones a dermatología..... 81

Ángel Hurtado de Mendoza Medina, Beatriz Artola Garrido, y Ruth Muñoz Maya

CAPÍTULO 11

Revisión sobre Esofagitis de tipo Eosinofílica (EoE)..... 87

Adrián Jiménez Salido, Francisco Javier Antúnez Rodríguez, y Ana García Duque

CAPÍTULO 12

Eritroplasias: lesiones potencialmente malignas en la cavidad oral..... 93

Eulogio Marchena Benítez, María Inmaculada Soto Rondán, y Gerardo Moreno Luzón

CAPÍTULO 13

Enfermedad celiaca en el anciano: la importancia de un diagnóstico a tiempo..... 99

Leticia Miras Lucas, Matías Estévez Escobar, y Carmen Molina Villalba

CAPÍTULO 14

Relación del radón con el cáncer de pulmón: medidas preventivas..... 105

José Luis Pérez Ávila, Ana Isabel Martín González, Ángela Isabel Gandul Madroñal, y Antonio Victoriano Gandul Madroñal

CAPÍTULO 15

Un ruido eterno en los oídos llamado Acúfenos: Revisión Sistemática..... 115

José Antonio Pérez Sánchez

CAPÍTULO 16

Arbovirosis emergentes: Dengue, Chikungunya y Zika..... 125

María Gabriela Ramírez Arriola, Gisella Jacqueline Stoisá, y Javier Sandoval Codoni

CAPÍTULO 17

Abordaje asistencial del paciente crónico..... 131

Manuela Rodríguez Pereira, Alexandra de la Cinta Prieto Avilés, y María José López Romero

CAPÍTULO 18

Factores de riesgo para los ingresos involuntarios en salud mental 137

Samuel Leopoldo Romero Guillena, José Manuel González Moreno, y Beatriz Oda Plasencia García

CAPÍTULO 19

Valoración de la situación de dependencia en España a posteriori de la publicación de la Ley 39/2006 143

María Dolores Ruiz Fernández, María López Cano, Antonia Fernández Leyva, Evangelina Martínez Mengíbar, María del Rosario Ayala Maqueda, Aurora María Alcaraz García, y Ana Belén Suárez Escudero

CAPÍTULO 20

La enfermedad de Alzheimer a nivel comunitario: Discapacidad y dependencia 149
 María Dolores Ruiz Fernández, María del Rosario Ayala Maqueda, Ana Belén Suarez Escudero, y Aurora María Alcaraz García

CAPÍTULO 21

Caso clínico: Irradiación de intensidad modulada en carcinoma epidermoide de amígdala izquierda de estadio IV (T4a n2b m0)..... 155
 Luisa Tejero Marín y Lucía Bermejo Villa

CAPÍTULO 22

Manejo multidisciplinar del traumatismo agudo en paciente embarazada 163
 María de las Flores Vera Márquez, Cristina González Corral, y Eva Martínez Rodríguez

CAPÍTULO 23

Manifestaciones orales y generales de la enfermedad de Behçet: Manejo multidisciplinar 169
 Josefa Eva Vera Márquez, María de las Flores Vera Márquez, y Luis Aguilar Bootello

CAPÍTULO 24

Síndrome vulvovaginal gingival: Abordaje multidisciplinar 175
 Josefa Eva Vera Márquez, María de las Flores Vera Márquez, y Luis Aguilar Bootello

CAPÍTULO 25

Estudio del polimorfismo rs12979860 de il28b nuestra área sanitaria..... 181
 María del Mar Viloría Peñas, Esperanza Lepe Balsalobre, y María Lourdes Díez Herrán

Envejecimiento Activo y Calidad de Vida

CAPÍTULO 26

Una revisión sistemática sobre los cambios que han tenido lugar en la estructura familiar 187
 Dulcnombre Abad Ortega, Antonio José Toledano Moreno, y Almudena Moral Colomo

CAPÍTULO 27

Situación actual del registro de voluntades anticipadas en España, conocimientos y actitudes de la población 193
 Irene Bustos Fernández, Rebeca Moreno Mancebo, Sonia Repiso Muñoz, y Beatriz Guerrero Rodelas

CAPÍTULO 28

Intuición y toma de decisión en los deportes de equipo durante las etapas de formación deportiva..... 197
 Pablo Camacho Lazarraga e Israel Caraballo Vidal

CAPÍTULO 29

Parálisis por análisis en el aprendizaje de una habilidad deportiva 203
 Pablo Camacho Lazarraga e Israel Caraballo Vidal

CAPÍTULO 30

La presencia del Delirium en pacientes de la tercera edad..... 209
 Cristina Fernández de Moya Cárdenas, Ana Belén Pereira Ibáñez, y Carmen María Fernández Torralba

CAPÍTULO 31

Alcohol y afectación a nivel de la sexualidad en individuos varones..... 215
 Rosa Ana Jiménez Álamo, Francisco Javier Galán Carrillo, y José Carlos Colmenero Moral

CAPÍTULO 32

Rehabilitación física psicosocial en pacientes con esquizofrenia..... 223
 María Isabel Jiménez Ponce, María de las Nieves Romero Muñoz, y Rocío López Ferre

CAPÍTULO 33

Eficacia del tratamiento con ejercicios excéntricos en tendinosis 231
 Javier Molina Payá, Blas Millan Molina, y Francisco Carrasco Martínez

CAPÍTULO 34

La importancia de una correcta calidad asistencial en el proceso previo al trasplante renal..... 239
 María José Ramírez Alda, Ana Belén Mancera Trujillo, y Francisca María Mancera Trujillo

CAPÍTULO 35

La calidad de vida en el espasmo hemifacial 245
 María Belén Sánchez-Ocaña Olay

CAPÍTULO 36

Métodos anticonceptivos reversibles de larga duración: LARC 251
 Nuria Rodríguez Ruiz

CAPÍTULO 37

Perfil sociodemográfico y clínico de los ingresos de carácter involuntario en una unidad de hospitalización de Salud Mental..... 257
 Samuel Leopoldo Romero Guillena, Beatriz Oda Plasencia García de Diego, y José Manuel González Moreno

CAPÍTULO 38

Influencia de los síntomas climatéricos sobre la respuesta sexual..... 265
 Carmen Sánchez-Nieva Lampaya, Isabel González Fernández, y María José Páez Requerey

Profesionales sanitarios

CAPÍTULO 39	
<i>Abordaje de enfermería ante trastornos psicóticos</i>	273
Isabel María Alcaide Gómez, Pablo Solana Clemente, y Pedro Pichardo Bullón	
CAPÍTULO 40	
<i>Cateterización venosa periférica en miembros inferiores: el papel de enfermería en los cuidados y la seguridad del paciente</i>	281
Carmen Camacho Hidalgo, Juan Antonio García Macia, y Luz Viviana Díaz Burga	
CAPÍTULO 41	
<i>Rol de enfermería frente a la educación sanitaria en pacientes con diabetes mellitus tipo II</i>	287
Sonia Cañas Nicolás, Víctor Gallego Herrera, Blas Ignacio De Gea Guillén, Elena Margarita León Villar, María Josefa García Martínez, María Soledad Álvarez García, Fernando Zamora García, y Jénifer Viñolo Bravo	
CAPÍTULO 42	
<i>Asistencia Enfermera en el Acceso Intraóseo</i>	295
María Jesús Castaño Torrecillas y Ana Cristina Castaño Torrecillas	
CAPÍTULO 43	
<i>La atención domiciliaria en atención primaria</i>	301
Francisco Javier Galán Carrillo, José Carlos Colmenero Moral, y Rosa Ana Jiménez Álamo	
CAPÍTULO 44	
<i>Hemorragias de la primera mitad del embarazo: Actualización para un correcto manejo en la urgencia extrahospitalaria y atención primaria</i>	309
César Manuel Guerra García, Ana Martínez de Grado, Leire Moja Mateos, Marta Santos Gravalosa, Vanesa Terán Diez, Blanca Coll Bas, y Lucía Cueli del Campo	
CAPÍTULO 45	
<i>La importancia de enfermería en la prevención en cuanto al inicio al consumo de drogas y alcohol en la infancia y adolescencia</i>	315
Beatriz Guerrero Rodelas, Irene Bustos Fernández, Rebeca Moreno Mancebo, y Sonia Repiso Muñoz	
CAPÍTULO 46	
<i>El papel de la fisioterapia en trastornos con tics motores: Síndrome de Tourette</i>	319
Sandra Manzano Aguilera, Francisca Rodríguez Céspedes, y Patricia Cuenca Zaya	
CAPÍTULO 47	
<i>Aplicación Metodología DACUM al puesto de Técnico en Farmacia en los sistemas automatizados de dispensación en unidades de enfermería</i>	325
Julia Mesa Aznar, Amada Gea Martín, y Margarita Ladrón de Guevara García	

CAPÍTULO 48

Revisión del proceso asistencial integrado artrosis de rodilla y cadera enfoque multidisciplinar del personal de enfermería y fisioterapia..... 331

Francisco Morales Marín, Miguel Ángel Puerta Torres, y Susana Pacheco García

CAPÍTULO 49

Atención y abordaje en la urgencia del paciente con enfermedad mental 341

Laura Nuevo Fernández, Rafael Ángel Baena Mures, Irene Díaz Quero, y Estefanía Segura Escobar

CAPÍTULO 50

Actuación del personal de enfermería ante la depresión en la etapa infantil 347

Ana Petidier Pino, Alejandro Quiles Parra, y María Pavón Amo

CAPÍTULO 51

Revisión bajo el enfoque del personal de enfermería y fisioterapia del proceso asistencial integrado fibromialgia..... 353

Miguel Ángel Puerta Torres, Susana Pacheco García, y Francisco Morales Marín

CAPÍTULO 52

Importancia de los cuidados de enfermería en el paciente con traumatismo craneoencefálico..... 363

Sonia Repiso Muñoz, Beatriz Guerrero Rodelas, Irene Bustos Fernández, y Rebeca Moreno Mancebo

CAPÍTULO 53

¿Cómo conseguir reducir el porcentaje de cesáreas? Competencias prácticas a seguir en el área de obstetricia 369

Nuria Rodríguez Ruiz

CAPÍTULO 54

Aplicación del método DACUM al puesto de Técnico en Farmacia en el área de Farmacotecnia..... 375

Isabel Rojas Pérez, Margarita Ladrón De Guevara García, y José Manuel Troya Gómez

CAPÍTULO 55

Atención a la mujer víctima de agresión sexual: Abordaje multidisciplinar..... 383

María de las Flores Vera Márquez, Cristina González Corral, y Eva Martínez Rodríguez

Pruebas y diagnóstico

CAPÍTULO 56

XQC, software para control de calidad de sistemas radiográficos digitales 393

Daniel Fernández Molina y María Eulalia Guerra Guerra

CAPÍTULO 57

Validación de aplicaciones informáticas de control de calidad de sistemas radiográficos digitales directos mediante el método de prueba de defectos..... 405

Daniel Fernández Molina y María Eulalia Guerra Guerra

CAPÍTULO 58

Técnicas moleculares para el estudio del genoma humano..... 415

Ana García Duque, Adrián Jiménez Salido, y Francisco Javier Antúnez Rodríguez

CAPÍTULO 59

Ecografía en el punto de cuidado: Valoración cardiovascular aplicada a la anestesia regional..... 421

José Agustín García Lois, Pablo Romero Ávila, y Miguel José Pulido Barba

CAPÍTULO 60

Importancia de la Fase Preanalítica en la Muestra de Gasometría..... 427

Esperanza Lepe Balsalobre, María del Mar Vilorio Peñas, y María Lourdes Díez Herrán

CAPÍTULO 61

Colestasis intrahepática gestacional: diagnóstico y tratamiento..... 433

Elena López de la Torre, Ana Isabel Martín Corrales, y Pablo Almendral Jimena

CAPÍTULO 62

Del laboratorio y la investigación en el nuevo siglo a los biobancos y bancos de sangre dentro del estudio y la innovación en salud..... 439

Antonio Martín González

CAPÍTULO 63

Actualidad en el tratamiento fisioterápico de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica mediante un programa de rehabilitación respiratoria..... 447

Elisabet Martín Roldán

CAPÍTULO 64

La endoscopia en pacientes con terapia antitrombótica..... 455

Leticia Miras Lucas, Matías Estévez Escobar, y Esther Merino Gallego

Salud y Nutrición

CAPÍTULO 65

Ayudando a los/las niños/as a comer mejor desde la restauración hospitalaria..... 463

Patricia Avellaneda Codina, María del Carmen Codina Almansa, y José Céspedes Gutiérrez

CAPÍTULO 66

La nutrición de las personas con ictus en la restauración hospitalaria..... 471
 José Céspedes Gutiérrez, Patricia Avellaneda Codina, y María del Carmen Codina
 Almansa

CAPÍTULO 67

Los avances tecnológicos en las cocinas hospitalarias..... 481
 María del Carmen Codina Almansa, Patricia Avellaneda Codina, y José Céspedes
 Gutiérrez

CAPÍTULO 68

*Triquinosis: Implicaciones de salud pública y controles del servicio veterinario oficial para
 detectar la presencia de triquinas en la carne*..... 491
 Montserrat Córdoba Nieto

CAPÍTULO 69

Control veterinario oficial en las salas de tratamiento de carne de Lidia de Andalucía 499
 Montserrat Córdoba Nieto

CAPÍTULO 70

*Las bases de la seguridad alimentaria: Conceptos básicos, evolución del concepto y
 situación actual de la Seguridad Alimentaria* 505
 Nuria Cuesta Mata, Patricia Ramírez Cuenca, y Paloma Rodríguez González

CAPÍTULO 71

*Control sobre la información facilitada a las familias/tutores de escolares de la provincia
 de Almería del menú servido en sus centros educativos*..... 511
 Isabel María Daza Torres, Teodoro García Rodríguez, y María del Mar Ibáñez Fernández

CAPÍTULO 72

La conducta alimentaria en una muestra de estudiantes de Ciencias de la Salud 519
 Ana B. Barragán, M^a del Mar Molero, M^a del Carmen Pérez-Fuentes, M^a del Mar Simón,
 África Martos, y José Jesús Gázquez

CAPÍTULO 73

Revisión de los programas de control de las aguas de consumo humano..... 525
 Antonio Victoriano Gandul Madroñal, Ángela Isabel Gandul Madroñal, José Luis Pérez
 Ávila, y Ana Isabel Martín González

CAPÍTULO 74

*Análisis de datos obtenidos del Plan de leche: Aflatoxinas en Almería en el periodo
 2014-2016*..... 531
 María del Mar Ibáñez Fernández, Isabel María Daza Torres, y Teodoro García Rodríguez

CAPÍTULO 75

Visión interdisciplinar en el hospital de día unidad infanto-juvenil..... 539
 María Isabel Jiménez Ponce, Rocío López Ferre, y María de las Nieves Romero Muñoz

CAPÍTULO 76

Análisis de los nutrientes en niños con dietas vegetarianas vs niños con dietas omnívoras..... 549

Jorge Prieto Gómez, Andrea García Sánchez, Jorge Pérez Vázquez, y Natalia García Martín

CAPÍTULO 77

Gestión sanitaria en empresas alimentarias..... 555

Patricia Ramírez Cuenca, Nuria Cuesta Mata, y Paloma Rodríguez González

CAPÍTULO 78

Industria alimentaria y seguridad: claves reflejadas en actuaciones del control oficial 561

Paloma Rodríguez González, Patricia Ramírez Cuenca, y Nuria Cuesta Mata

CAPÍTULO 79

Complementos alimenticios: Información alimentaria suministrada al consumidor..... 567

Teodoro García Rodríguez, Isabel María Daza Torres, María José Gutiérrez Cabezas, y María del Mar Ibáñez Fernández

CAPÍTULO 80

Análisis de la relación entre el ejercicio físico y la imagen corporal en función del sexo..... 577

M^a del Mar Simón, M^a del Mar Molero, M^a del Carmen Pérez-Fuentes, Ana B. Barragán, África Martos, y José Jesús Gázquez

Tratamiento y Farmacología

CAPÍTULO 81

Manejo de la distocia de hombros en el trabajo de parto..... 585

Ana Isabel Martín Corrales, Elena López de la Torre, y Pablo Almendral Jimena

CAPÍTULO 82

Factores de riesgos asociados a la muerte anteparto..... 591

Ana Isabel Martín Corrales, Pablo Almendral Jimena, y Elena López de La Torre

CAPÍTULO 83

Conciliación al ingreso: Abordaje multidisciplinar entre unidades de farmacia, anestesiología y traumatología..... 597

Álvaro Caballero Romero, Ana María Manzano Bonilla, y Enriqueta María González González

CAPÍTULO 84

Dolor lumbar crónico: Técnica flexión distracción versus manipulación vertebral de alta velocidad..... 605

Francisco Carrasco Martínez, Blas Millán Molina, y Javier Molina Payá

CAPÍTULO 85

La desinfección de las aguas de consumo humano: microorganismos, desinfectantes y subproductos..... 615

Antonio Victoriano Gandul Madroñal, Ángela Isabel Gandul Madroñal, José Luis Pérez Ávila, y Ana Isabel Martín González

CAPÍTULO 86

Efecto terapéutico de la diatermia en medicina y fisioterapia..... 623

Víctor Manuel Alcaraz Hernández, y Miguel Ignacio López Ramiro

CAPÍTULO 87

Grado de adherencia al tratamiento en la actualidad de los pacientes con enfermedades crónicas y polimedicados..... 629

Francisca María Mancera Trujillo, María José Ramírez Alda, y Ana Belén Mancera Trujillo

CAPÍTULO 88

Abordaje endoscópico de tumores hipofisarios: nuestra experiencia..... 635

Juan Martín-Lagos Martínez y Eloisa Díaz Moreno

CAPÍTULO 89

Actualización en el manejo de la neumonía adquirida en la comunidad desde atención primaria..... 643

Ana Martínez de Grado, Leire Moja Mateos, Marta Santos Gravalosa, Vanesa Terán Díez, Blanca Coll Bas, Lucía Cueli del Campo, y César Manuel Guerra García

CAPÍTULO 90

Revisión de la evidencia de la inclusión de nuevas psicoterapias en el ámbito de la salud mental..... 651

Beatriz Mata Sáenz, Erica López Lavela, Fernando García Lázaro, Leonor Asensio Aguerri, Victoria Muñoz Martínez, Estefanía Segura Escobar, Carlos Rodríguez Gómez Carreño, Laura Nuevo Fernández, Rafael Ángel Baena Mures, e Irene Díaz Quero

CAPÍTULO 91

Estudio sobre la interacción que se produce al realizar tratamiento fisioterápico en pacientes que toman psicofármacos..... 659

Marina Isabel Navas Ramírez, Elena Torralba Chozas, y Marta Sibón Saborido

CAPÍTULO 92

Uso de radioterapia tras tratamiento quirúrgico del cáncer de próstata..... 667

Francisco José Peracaula Espino, María Jiménez Domínguez, y María del Mar Pérez Martín

CAPÍTULO 93

Tratamiento del traumatismo Raquimedular en el servicio de Urgencias..... 673

María Prado Cabillas, José Salvador Romero Bernal, y Jesús Martín García Tocino

CAPÍTULO 94

Abordaje de la sintomatología crónica desde la consulta sanitaria y medidas de mejora..... 681

Silvia Ruiz Jurado, Sonia María Molina Guerra, y Carmen María Mañas Dueñas

CAPÍTULO 95

Tratamiento multidisciplinar de la coleditiasis en el paciente geriátrico: Abordajes quirúrgicos..... 689

María Teresa Sánchez Barrón, Tatiana Gómez Sánchez, y Francisco Javier Arroyo Fernández

CAPÍTULO 96

Manejo de la laringitis aguda: Diagnóstico y tratamiento en las urgencias extrahospitalarias..... 695

Marta Santos Gravalosa, Vanesa Terán Diez, Blanca Coll Bas, Lucía Cueli del Campo, Cesar Manuel Guerra García, Ana Martínez De Grado, y Leire Moja Mateos

CAPÍTULO 97

Etapas que seguir en el desarrollo de la dosimetría clínica en teleterapia..... 701

María Inmaculada Soto Rondán, Eulogio Marchena Benítez, y Gerardo Moreno Luzón

CAPÍTULO 80

Análisis de la relación entre el ejercicio físico y la imagen corporal en función del sexo

M^a del Mar Simón, M^a del Mar Molero, M^a del Carmen Pérez-Fuentes, Ana B. Barragán, África Martos, y José Jesús Gázquez
Universidad de Almería

Introducción

La realización de ejercicio físico se presenta como uno de los elementos vinculados de manera directa con el bienestar físico y psicológico de las personas, ya que influye de manera directa en la forma en la que percibimos la satisfacción con la vida. La mayoría de las personas realizan ejercicio físico para mejorar su calidad de vida, su salud y así envejecer de manera saludable. Es de esta manera, como el ejercicio físico se convierte en una herramienta fundamental para que las personas se sientan satisfechas con su propio estilo de vida (González-Serrano, Huéscar, y Moreno-Murcia, 2013).

A pesar de los múltiples beneficios que posee el ejercicio físico, un alto porcentaje de personas no realiza ejercicio físico con asiduidad, por lo que el sedentarismo se convierte en el cuarto factor de riesgo de mortalidad del mundo. La prevalencia de la inactividad física sigue incrementándose, esto se debe a que los jóvenes prefieren realizar otro tipo de ocio en el que el sedentarismo prima. Otros factores que intervienen en la inactividad física son el trabajo, la familia y la exigencia que conlleva la actividad física entre otros (Bonilla y Sáez, 2014; Latorre, Jiménez, Párraga, y García, 2016; Sánchez, 2010; Teixeira et al., 2012).

Por otro lado, el ejercicio físico es una de las principales fuentes de salud, por ello se debe practicar de manera moderada y con frecuencia, de esta manera repercutirá en la persona de manera beneficiosa. Los motivos por los que se realiza ejercicio físico son variados, entre ellos encontramos disminuir el peso, mejorar la apariencia física, mejorar el propio estado de salud o el placer de realizar ejercicio físico con compañeros (Caracuel y Arbinaga, 2012).

Uno de los motivos principales por los que las personas realizan ejercicio físico es por la motivación intrínseca, así como el disfrute y la satisfacción de realizar deporte (Núñez, Martín-Albo, Paredes, Rodríguez, y Chipana, 2011). En esta misma línea, se evidencia como los practicantes se sienten motivados por la realización de actividad físico-deportiva y la realizan por la sensación de disfrute y bienestar consigo mismos (Moreno-Murcia, Cervelló, Huéscar, y Avilés, 2016).

Son diversos los estudios que afirman el incremento de conductas sedentarias durante la adolescencia ya que dedican su tiempo de ocio en ver la televisión, jugar a videojuegos o navegar en internet o usar el móvil, por lo que se ha convertido en un problema principal para la salud pública (Carbonell, Fúster, Chamorro, y Oberst, 2012; González y Portolés, 2014).

Así bien, el ejercicio físico no solo mejora el estado de salud y los estilos de vida saludables, sino que también repercute positivamente en el estado de ánimo, la emotividad, y la autoestima (Bonet, Parrado, y Capdevila, 2017).

La carencia de realización de ejercicio físico acarrea diversos problemas de salud, entre ellos encontramos la obesidad, de enfermedades hipocinéticas, enfermedades cardiovasculares, diabetes entre otras. Así, el ejercicio físico se muestra no solo como un elemento determinante para la prevención y tratamiento de estos problemas de salud, sino que previene múltiples enfermedades e incluso mejora la propia imagen corporal (Candón, Sánchez, Galancho, y González, 2016; Morrison y Kleemann, 2015).

En los últimos años, se ha percibido en la sociedad una particular preocupación por la imagen corporal, lo que ha llevado a una preocupación por la mejora de la imagen. Esta se traduce en el interés que tienen las personas por esculpir su cuerpo con ejercicio físico y tener en algunos casos una delgadez extrema y preocupante en la actualidad (Baile, González, Ramírez, y Suárez, 2011).

La imagen corporal, se puede definir como la percepción que la persona tiene sobre sí misma en relación con los demás. Es por ello, que las personas buscan la imagen corporal perfecta cuando se sienten descontentos con su apariencia física, lo que conlleva un incremento en la demanda de ejercicio físico (Cabral y Leal, 2017).

No obstante, la imagen corporal percibida puede ajustarse al propio cuerpo de la persona, o sin embargo diferir en la misma, originando posibles cambios en el bienestar de la propia persona (Tatangelo, McCabe, y Ricciardelli, 2015).

En esta misma línea, la realización de ejercicio de manera frecuente es señal de un desarrollo, cuidado y mantenimiento de la imagen corporal adecuado. Es por ello, por lo que se corrobora que no solo mejora la imagen corporal al realizar ejercicio de manera asidua, sino también la autopercepción física, lo que conlleva un satisfacción y bienestar personal (Aguirre-Loaiza, Reyes, Ramos-Bermúdez, Bedoya, y Franco, 2017; Franco, Ayala, y Ayala, 2011).

Por otra parte, cabe destacar que los aspectos relacionados con la imagen corporal preocupan en mayor proporción a las mujeres siendo en los hombres un aspecto secundario (Ramos, Rivera, y Moreno, 2010; Ramos, Rivera, Pérez, Lara, y Moreno, 2016).

Por todo ello, el objetivo de este estudio será describir la importancia que tiene el ejercicio físico en la imagen corporal según el sexo.

Participantes

La muestra estuvo formada por un total de 158 estudiantes, con edades comprendidas entre 18 y 57 años, presentando una media de edad de 31,78 años (DT= 8,62). El 26,6% eran hombres (n= 42) y el 73,4% (n= 116) mujeres. El 2,5% de la muestra estudian medicina (n=4), el 22,3% enfermería (n=35), el 3,8% técnico en cuidados auxiliares de enfermería (n=6), el 0,6% fisioterapia (n=1), el 1,9% odontología (n=3), el 0,6% psicología (n=1), el 0,6% otras (n=1), el 14% biología, física o química (n=22) y el 53,5% farmacia (n=84).

Tabla 1. Distribución de la muestra según sexo y estado civil

	Sexo		Estado civil		
	Hombre	Mujer	Soltero/a	Divorciado/a separado/a	Casado/a o pareja estable
N	42	116	94	8	56
%	26,6%	73,4%	59,5%	5,1%	35,4%

Instrumentos

Para la recogida de datos sociodemográficos de los participantes se elaboró un cuestionario ad hoc teniendo en cuenta la edad, sexo y estado civil.

Para evaluar el ejercicio se aplica el cuestionario Goal Content for Exercise Questionnaire (Sebire et al., 2008). Esta escala contiene un total de 20 ítems agrupados en cinco factores. No obstante, este estudio se centrará en el análisis de la escala de Imagen corporal, la cual consta de cuatro ítems: realizo ejercicio físico para mejorar mi aspecto, realizo ejercicio físico para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo, realizo ejercicio físico y realizo ejercicio físico para ser delgado/a para ser atractivo/a para otras personas.

Procedimiento y análisis de datos

Para la recogida de datos se ha realizado un cuestionario dirigido a estudiantes que participaron de manera voluntaria en este estudio. Así bien, se les proporcionó la información necesaria sobre dicha investigación y se les indicó a los participantes que respondiesen sinceramente a las distintas preguntas planteadas, insistiendo en su carácter totalmente confidencial. En la realización de este estudio hemos protegido el anonimato de los participantes, cumpliendo así la Ley de Protección de Datos Personales del Comité de Ética de Investigación.

Para el análisis de datos se ha utilizado el programa estadístico SPSS. 23, y se ha llevado a cabo el análisis de frecuencias y descriptivos.

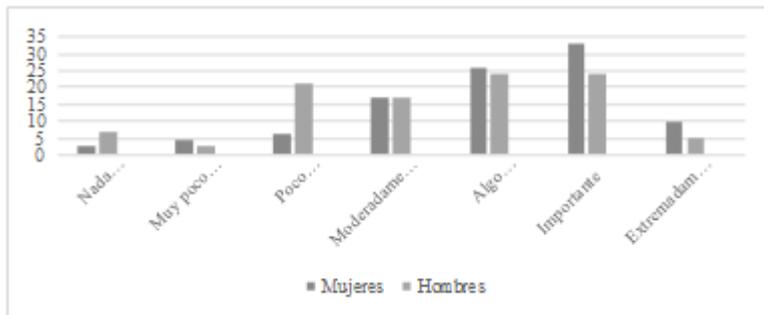
Resultados

Tras realizar los análisis de este estudio, podemos observar que el ítem “realizo ejercicio físico para mejorar mi aspecto” tiene una media superior de 5,05 en mujeres y 4,76 en hombres respectivamente frente al resto de ítems referentes a la escala de imagen, seguida del ítem realizo ejercicio físico para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo con una media de 4,99 en mujeres y 4,38 en hombres. Por último, encontramos con una media inferior a las anteriores los ítems realizo ejercicio físico para cambiar mi aspecto cambiando una parte de mi cuerpo con una media de 3,99 en mujeres y de 3,95 en hombres y para ser delgado/a para ser atractivo/a para otras personas con una media de 3,41 en mujeres y 3,38 en hombres.

Tabla 2. Ítems por sexo

Sexo	Ítems	M	DT
Hombre	Para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo.	4,38	1,57
	Para mejorar mi aspecto	4,76	1,44
	Para ser delgado/a y parecer atractivo/a para otras personas	3,38	1,65
	Para cambiar mi aspecto cambiando una parte de mi cuerpo	3,95	1,72
Mujer	Para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo.	4,99	1,41
	Para mejorar mi aspecto	5,05	1,41
	Para ser delgado/a y parecer atractivo/a para otras personas	3,41	1,84
	Para cambiar mi aspecto cambiando una parte de mi cuerpo	3,99	1,71

Gráfico 1. Realizo ejercicio físico para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo

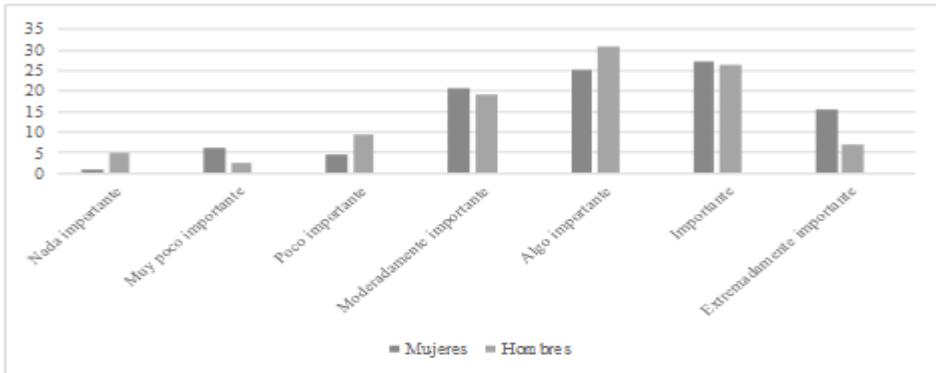


Por otro lado, en cuanto al tipo de respuesta encontramos en el ítem “realizo ejercicio físico para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo, un elevado porcentaje en aquellos que opinan que es importante con un 33,3% (n=37) en mujeres siendo este inferior en los hombres un con 23,8% (n=10), con

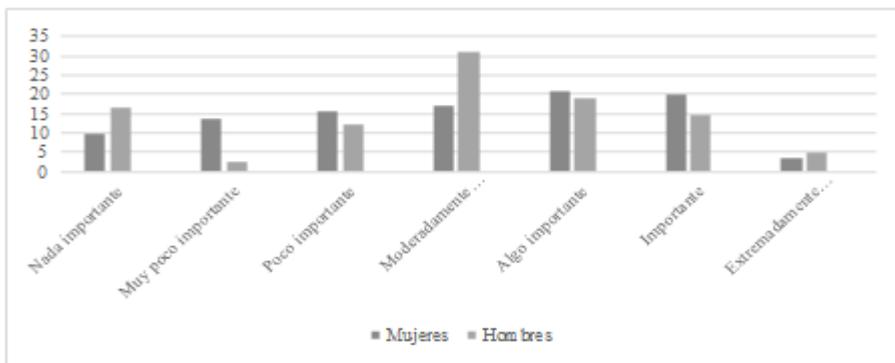
un porcentaje inferior encontramos aquellos que lo consideran nada importante con un 2,7% (n=3) en mujeres y poco importante en el caso de los hombres con un 2,4% (n=1).

En cuanto al ítem realizo ejercicio físico para mejorar mi aspecto, en cuanto a las mujeres encontramos un mayor porcentaje en aquellas que lo consideran importante con un 27% (n=30) en mujeres, mientras que los hombres lo consideran algo importante con un 31% (n=13). Por otro lado, con el menor porcentaje encontramos en las mujeres que consideran que es nada importante con un 0,9 (n=1), sin embargo, el porcentaje menor lo encontramos en los hombres que consideran que es muy poco importante con un 2,4 (n=1).

Gráfica 2. Realizo ejercicio físico para mejorar mi aspecto



Gráfica 3. Realizo ejercicio físico para cambiar mi aspecto cambiando una parte de mi cuerpo

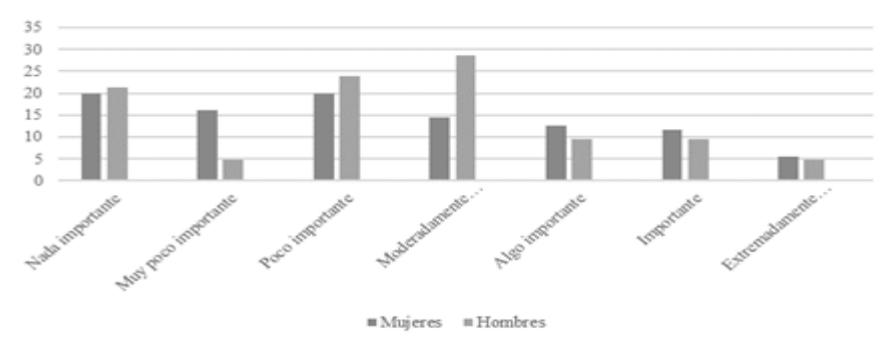


Así, en el ítem realizo ejercicio físico para cambiar mi aspecto cambiando una parte de mi cuerpo, encontramos el mayor porcentaje en las mujeres que opinan que es algo importante con un 20,7% (n=23), sin embargo, los hombres opinan que es moderadamente importante con un 31% (n=13). Encontrando el menor porcentaje en las mujeres que opinan que es extremadamente importante con un 3,6% (n=3), y en el caso de los hombres el menor porcentaje lo encontramos en la respuesta muy poco importante con un 2,4% (n=1).

Por último, en el ítem realizo ejercicio físico para ser delgado/a para ser atractivo/a para otras personas, encontramos un elevado porcentaje en aquellas mujeres que opinan que es poco o nada importante con un 19,8% (n=22) en ambos casos, y en los hombres consideran que es moderadamente importante con un 28,6

(n=12). Así bien, se observa que el menor porcentaje se encuentra en las mujeres en las que opinan que es extremadamente importante 5,4%(n=6) al igual que los hombres con un 2,4% (n=1).

Gráfica 4. Realizo ejercicio físico para ser delgado/a para ser atractivo/a para otras personas



Discusión/Conclusiones

Tras analizar los resultados obtenidos, se puede corroborar la influencia que tiene el ejercicio físico en la imagen corporal de la población estudiada. En esta misma línea, se observa que las personas realizan ejercicio físico sobre todo para mejorar su aspecto físico, no obstante, cabe destacar que el porcentaje es más elevado en mujeres que en hombres al igual que en el estudio de Aguirre-Loaiza et al. (2017).

Por otra parte, en cuanto a las diferencias de sexo, se percibe un elevado porcentaje en las mujeres en relación con los cuatro ítem estudiados ya que estas consideran que es importante realizar ejercicio físico tanto para mejorar su aspecto físico, como para mejorar su apariencia y la forma de su cuerpo, para cambiar su aspecto cambiando una parte de su y para ser delgado/a para ser atractivo/a para otras personas, encontrando en los hombres un porcentaje menor respecto al de las mujeres.

Es por todo ello que se considera que las mujeres están menos satisfechas con su apariencia física que los hombres, por esta razón realizan ejercicio físico (Aguirre-Loaiza et al., 2017; Moncada, 2010; Ramo et al., 2016; Ramos, Rivera, y Moreno, 2010). Así bien, se considera el ejercicio físico uno de los factores principales relacionados con el bienestar físico y psicológico de las personas, ya que esta influye de manera directa en la forma en la que en la satisfacción con uno mismo (González-Serrano, Huéscar, y Moreno-Murcia, 2013).

Así bien, el ejercicio físico no solo sirve como un impulsor de la salud sino también ayuda a tener una mayor satisfacción con la propia imagen corporal (Cabral y Leal, 2017). De esta manera, las personas que realizan actividad física de manera activa tienen una actitud más positiva hacia su propio aspecto físico que las personas inactivas que no practican ejercicio físico de manera asidua (Latorre et al., 2016).

Agradecimientos: Parte de este trabajo se ha desarrollado gracias a la financiación del Plan Propio de Investigación 2015 de la Universidad de Almería, por la ayuda para la contratación de personal investigador en formación predoctoral, concedida a Ana Belén Barragán Martín, así como, gracias a la financiación Formación de Profesorado Universitario en Áreas Deficitarias, Ayudas Gerty Cori, por la ayuda para la contratación de personal investigador en formación predoctoral, concedida a María del Mar Simón Márquez, así mismo como gracias a la financiación del Plan Propio de Investigación 2017 de la Universidad de Almería, por la ayuda para la contratación de personal investigador en formación predoctoral, concedida a África Martos Martínez.

Referencias

- Aguirre-Loaiza, H., Reyes, S., Ramos-Bermúdez, S., Bedoya, D.A., y Franco, A.M. (2017). Relación entre imagen corporal, dimensiones corporales y ejercicio físico en usuarios de gimnasios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(1), 149-156.
- Baile, J.I., González, A., Ramírez, C., y Suárez, P. (2011). Imagen corporal, hábitos alimentarios y hábitos de ejercicio físico en hombres usuarios de gimnasio y hombres universitarios no usuarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 353-366.
- Bonet, J., Parrado, E., y Capdevila, L. (2017). Efectos agudos del ejercicio físico sobre el estado de ánimo y la HRV. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 17(65), 85-100.
- Bonilla, E., y Sáez, M.E. (2014). Beneficios del ejercicio físico en el adulto. *RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA)*, 2(4), 21-30.
- Cabral, M., y Leal, C. (2017). Nivel de actividad física y percepción de la imagen corporal de estudiantes. Una revisión sistemática. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*, 18(1), 61-72.
- Candón, A., Sánchez, A.J., Galancho, I., y González, J.A. (2016). Ejercicio físico, obesidad e inflamación. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, (41), 65-82.
- Caracuel, J.C., y Arbinaga, F. (2012). Repercusión del ejercicio físico sobre la salud. *Apuntes de Psicología*, 28(2), 315-328.
- Carbonell, X., Fúster, H., Chamorro, A., y Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del Psicólogo*, 33(2), 82-89.
- Franco, A.M., Ayala, J.E., y Ayala, C.F. (2011). La salud en los gimnasios: Una mirada desde la satisfacción personal. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16(1), 186-199.
- González, J., y Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 51-65.
- González-Serrano, G., Huéscar, E., y Moreno-Murcia, J.A. (2013). Satisfacción con la vida y ejercicio físico. Motricidad. *European Journal of Human Movement*, 30, 131-151.
- Latorre, P.A., Jiménez, A., Párraga, J., y García, F. (2016). Dependencia al ejercicio físico e insatisfacción corporal en diferentes deportes de resistencia y su relación con la motivación al deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 113-120.
- Mondaca, J. (2010). Ejercicio físico, funcionamiento cerebral e imagen corporal. *Revista Costarricense de Psicología*, 29(43), 57-74.
- Moreno-Murcia, J.A., Cervelló, E., Huéscar, E., y Avilés, A. (2016). El disfrute como mediador de la salud en el ejercicio físico. *Universitas Psychologica*, 15(1) 153-164. Doi: [http:// dx.doi.org/10.11144/Javerianaupsy15-1-dmse](http://dx.doi.org/10.11144/Javerianaupsy15-1-dmse)
- Morrison, M.C., y Kleemann, R. (2015). Role of Macrophage Migration Inhibitory Factor in Obesity, Insulin Resistance, Type 2 Diabetes, and Associated Hepatic CoMorbidity: A Comprehensive Review of Human and Rodent Studies. *Frontiers in Immunology*, 6, 308.
- Ramos, P., Rivera, F., Pérez, R.S., Lara, L., y Moreno, C. (2016). Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso. *Escritos de Psicología*, 9(1), 42-50. Doi: <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2015.1409>
- Ramos, P., Rivera, F., y Moreno, C. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 22, 77-83.
- Sánchez, M. (2010). Ejercicio físico y salud. ¿Dónde estamos? *Archivos de Medicina del Deporte*, 27(139), 327-328.
- Tatangelo, G.L., McCabe, M.P., y Ricciardelli, L.A. (2015). Body Image. En J.D. Wright (Ed.), *International Encyclopedia of Social & Behavioral Sciences*, 2, 735-740.
- Teixeira, P.J., Carraça, E.V., Markland, D.M., Silva, N., y Ryan, R.M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9, 78. Doi: 10.1186/1479-5868-9-78.