

Anexo 3

Consentimiento informado

Composición corporal y percepción de la imagen corporal en mujeres de 40 a 60 años

González Camila
3435725330
camila.gonzalez@uap.edu.ar
Institución:
Universidad Adventista del Plata

Estimado/a participante:

Usted ha sido invitado a participar en una investigación que se realizará con el objetivo de analizar la composición corporal y la percepción de la imagen en mujeres de 40 a 60 años

Este estudio se llevará a cabo por la alumna: González Camila, Liset, en la Universidad Adventista del Plata, bajo la supervisión de la profesora Heinze, Verónica Mariel.

Si acepta participar en la investigación se le solicitará los siguientes datos: edad, completar un cuestionario de percepción de la imagen y toma de medidas antropométricas.

Procedimientos del estudio:

Se le solicitará completar un cuestionario que incluye preguntas sobre percepción de la imagen corporal.

Y toma de medidas antropométricas que realizará la alumna las cuales son: peso, altura, circunferencia de cintura y cadera, pliegues bicipital, tricipital, subescapular y suprailíaco.

Todos estos procedimientos más la realización del cuestionario llevará aproximadamente 20 minutos.

No se le pedirá información que permita identificarlo/a personalmente.

No se anticipan riesgos significativos asociados con su participación. Algunas preguntas podrían generar incomodidad al reflexionar sobre cómo percibe su cuerpo. Al realizar la toma de las mediciones antropométricas puede presentar algún tipo de enrojecimiento en la piel luego de la toma de los pliegues ya que se realiza un leve “pellizco”.

Beneficios. Aunque no recibirá beneficios directos, ni remuneración, su participación contribuirá al conocimiento científico y ayudará a comprender mejor las necesidades de las mujeres, permitiendo ofrecer una atención más adecuada y personalizada en el ámbito de la consulta clínica.

Toda información que pueda identificar al participante será manejada confidencialmente. Solamente los investigadores tendrán acceso a los datos crudos que puedan identificar directa o indirectamente a un participante, incluyendo esta hoja de consentimiento. Estos datos serán utilizados exclusivamente para fines académicos o científicos.

Si ha leído este documento, entiende haber sido debidamente informado de su contenido, de modo claro y comprensible para usted y ha decidido participar. Autoriza el uso de la información proporcionada para los fines descritos. Su participación es voluntaria y usted tiene derecho a abstenerse de participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin penalidad alguna, ni riesgo para su salud o vida. También tienen derecho a no contestar alguna pregunta en particular. Además, tiene derecho a recibir una copia de este documento.

Por cualquier consulta o reclamo puede comunicarse con la Vicerrectoría de Investigación y Desarrollo de la UAP, al mail comite.etica@uap.edu.ar.

Investigadoras responsables:

González Camila Liset, alumna de la carrera de Licenciatura en Nutrición, Universidad Adventista del Plata, 25 de mayo 99, Libertador San Martín, Entre Ríos.

Contacto: camila.gonzalez@uap.edu.ar.

Heinze Verónica Mariel, Lic. en Nutrición y Dra. en Ciencias de la Salud, Universidad Adventista del Plata, 25 de mayo 99, Libertador San Martín, Entre Ríos.

Contacto: veronica.heinze@uap.edu.ar.

Su participación es de gran ayuda para el desarrollo de la investigación.

Acepto participar:

Anexo 4

Procedimientos para la toma de medidas antropométricas

Peso

Se debe verificar que la balanza esté calibrada en cero antes de iniciar. Luego, el sujeto debe colocarse de pie en el centro de la balanza, sin apoyarse, distribuyendo el peso de manera uniforme entre ambos pies. La cabeza debe mantenerse erguida y la mirada dirigida al frente (25).

Talla

Para medir la talla, altura o estatura, el sujeto debe colocarse de pie con los pies y talones juntos, apoyando la parte posterior de los glúteos y la parte superior de la espalda contra el estadiómetro o tallímetro. La cabeza debe estar en el plano de Frankfort, lo cual se logra cuando el borde inferior de la órbita ocular está alineado horizontalmente con el trago, la prominencia cartilaginosa del oído. Una vez que la cabeza está alineada, el vértex (el punto más alto del cráneo) puede identificarse (25).

El evaluador coloca sus manos bajo la mandíbula del sujeto, posicionando los dedos sobre los procesos mastoideos, y le pide que inhale profundamente y mantenga la respiración. Mientras la cabeza se mantiene en el plano de Frankfort, el evaluador ejerce una tracción suave hacia arriba a través de los procesos mastoideos. Luego, quien anota la medición posiciona firmemente el tope del estadiómetro sobre el vértex, comprimiendo el cabello lo más posible. Además, verifica que los pies permanezcan en la posición correcta y que la cabeza siga en el plano adecuado. La estatura se registra al final de una inhalación profunda (25).

Circunferencia de cintura

La medición se lleva a cabo en la parte más estrecha del torso, ubicada entre el borde inferior de la última costilla y la cresta ilíaca. Si esta zona no es claramente visible, se toma la medida en el punto medio entre ambas referencias anatómicas. El evaluador se posiciona frente al sujeto para identificar correctamente la región más angosta. La medición se realiza al final de una espiración normal, con los brazos del sujeto relajados a los lados del cuerpo (25).

Circunferencia de cadera

Este perímetro se mide en la parte de mayor prominencia de los glúteos, que generalmente coincide con el nivel de la sínfisis pubiana. El evaluador se coloca al costado del sujeto para asegurarse de que la cinta métrica esté posicionada de forma horizontal. Durante la medición, el sujeto debe estar de pie con los pies juntos y sin contraer los músculos glúteos (25).

Pliegue suprailiático

El pliegue se localiza justo por encima de la marca iliocrestídea, a la altura de la línea ilioaxilar. Para facilitar la medición, se le pide al sujeto que abduzca el brazo derecho hasta colocarlo en posición horizontal, o que lo cruce por delante del pecho apoyando la mano derecha sobre el hombro izquierdo. Con la mano izquierda, se alinean los dedos sobre la marca iliocrestídea y se aplica presión hacia adentro para que los dedos deslicen sobre la cresta ilíaca. Luego, esos dedos se reemplazan con el pulgar izquierdo, y el dedo índice se posiciona un poco más arriba del pulgar, estableciendo así el sitio donde se tomará el pliegue. La dirección del pliegue es ligeramente descendente hacia la zona media del cuerpo (25).

Pliegue subescapular

El evaluado debe colocarse de pie con los brazos relajados a los costados del cuerpo. El evaluador palpa con el pulgar el ángulo inferior más prominente de la escápula. A partir de ese punto previamente marcado, se realiza la toma del pliegue cutáneo, de aproximadamente 2 cm, utilizando el pulgar y el índice de la mano izquierda. El pliegue se orienta de forma oblicua y descendente hacia el lateral, siguiendo un ángulo cercano a los 45 grados, en concordancia con las líneas naturales de la piel en esa zona (25).

Pliegue tricipital

El pliegue se realiza utilizando el pulgar y el dedo índice de la mano izquierda sobre la marca posterior ubicada en la línea media entre los puntos acromial y radial. La orientación del pliegue es vertical, siguiendo el eje longitudinal del brazo. Se toma en la parte más posterior del brazo, específicamente sobre el músculo tríceps, de manera que sea visible desde una vista lateral. El punto marcado debe coincidir con la región más posterior del tríceps, respetando la línea media acromial-radial. Durante la medición, el brazo debe mantenerse relajado, con una leve rotación externa del hombro y el codo extendido, descansando al costado del cuerpo (25).

Pliegue bicipital

La toma del pliegue se realiza utilizando el pulgar y el índice de la mano izquierda sobre la marca ubicada en la línea media entre los puntos acromial y radial, asegurando que el pliegue siga una dirección vertical, paralela al eje longitudinal del brazo. El evaluado debe estar de pie, con el brazo derecho relajado, el hombro en ligera rotación externa y el codo extendido. El pliegue se localiza en la zona más anterior del brazo, sobre el bíceps. Es importante verificar que la marca esté correctamente posicionada en la superficie anterior del músculo, lo cual puede corroborarse observando el brazo de perfil mientras se mantiene la posición anatómica. La línea acromial-radial media debe ser visible desde esa perspectiva, indicando que el punto de medición es el adecuado (25).