

# EL ESTIGMA Y EL SESGO ASOCIADOS AL PESO

El sesgo por peso se produce cuando las personas tienen actitudes y creencias negativas sobre las personas que tienen obesidad.<sup>1</sup> Las actitudes y creencias negativas hacen que se comporten injustamente hacia las personas que tienen obesidad.<sup>2</sup>

## Ejemplos de sesgo por peso:



Juzgar a los trabajadores por elegir consumir comida rápida<sup>3,4</sup>



Proporcionar uniformes en tallas que no se adaptan a todos los tamaños de cuerpo cómodamente<sup>5</sup>



Sanciones económicas, como costos de atención médica más altos por tener sobrepeso<sup>2</sup>

## El estigma social de la obesidad puede causar lo siguiente:<sup>6</sup>

- Depresión
- Ansiedad
- Dietas extremas
- Atracones de comida
- Disminución en la actividad física
- Evitación de la atención médica

## Puede reducir el sesgo por peso usando un lenguaje que habla primero de las personas<sup>1</sup>



Y evite términos como...  
“Una persona obesa”



Considere decir...  
“Una persona con obesidad” o “Una persona afectada por la obesidad”<sup>7</sup>

**Hable con su médico sobre cómo puede tomar control de su salud.**

1. <https://www.obesityaction.org/advocacy/what-we-fight-for/weight-bias> (consultado el 2 de agosto de 2024); 2. <https://www.obesityaction.org/wp-content/uploads/Weight-Bias-in-the-Workplace.pdf> (consultado el 2 de agosto de 2024); 3. Gupta, CC. et al. *Ind Health*. 2019;57(4):419-453 [Table 1, 424-434]; 4. Cultural Competence. *Food Shame at Work: An Oft-Overlooked Employee Experience*. Gallup; 2022. Consultado el 26 de septiembre de 2024. <https://news.gallup.com/podcast/397910/food-shame-work-oft-overlooked-employee-experience.aspx?version=print>; 5. Gonzales, M. SHRM; 2024. Consultado el 26 de septiembre de 2024. <https://www.shrm.org/topics-tools/news/all-things-work/confronting-weight-bias>; 6. <https://www.obesityaction.org/get-educated/public-resources/brochures-guides/understanding-obesity-stigma-brochure/> (consultado el 2 de agosto de 2024); 7. Brown A, et al. *EClinicalMedicine*. 2022;47:101408.



Escanear  
para recursos  
adicionales

Respaldado por Eli Lilly and Company.



**Mi salud  
a mi manera  
para el cuidado  
de la obesidad**