

Percepción corporal en escolares versus su índice de masa corporal

(Perception in school children versus its body mass index)

Isabel C Morán-Álvarez,* María Guadalupe Alvear-Galindo,* Liria T Yamamoto-Kimura,* María Eugenia Acuña-Sánchez,** Patricia V Torres-Durán,*** Marco A Juárez-Oropeza,*** Aldo Ferreira-Hermosillo****

RESUMEN

Objetivo: Conocer la autopercepción e insatisfacción corporal en escolares y cotejarla con el índice de masa corporal, en niños de primero y segundo año de una escuela pública.

Material y métodos: Se empleó un cuestionario diseñado para conocer el grado de satisfacción corporal de una persona (*Body Attitude Test*), aplicado a escolares a quienes se les hicieron mediciones somatométricas para conocer su índice de masa corporal, de acuerdo con los estándares conocidos.

Resultados: Se hicieron mediciones en 75 niños: 44 mujeres y 31 hombres de acuerdo con su IMC, considerando 9 (12%) niños con peso bajo, 34 (45.3%) con peso normal, 16 (21.3%) con sobrepeso y 16 (21.3%) con obesidad, mientras que por autopercepción 42 (56 %) niños se perciben de bajo peso, 9 (12%) normal, 19 (26%) niños con sobrepeso y 1.3% como obeso. La correlación más alta fue en los que se percibieron delgados y eran delgados; 41 (54.6%) niños tuvieron una percepción inadecuada de su cuerpo y 33.73% ± 15% tuvieron insatisfacción corporal: 27 (36.0%) deseaba cambiar algo de su cuerpo y 14 (18.7%) dijeron haber sentido rechazo por su cuerpo.

Palabras clave: Percepción corporal, escolares, índice de masa corporal.

SUMMARY

Objective: To know the self-perception and body dissatisfaction in school and comparing it in with the body mass index in children from first and second year of a public school.

Material and methods: A questionnaire designed to determine the degree of satisfaction of a person body (*Body Attitude Test*), applied to schoolchildren who were somatometric measurements were made to find out your body mass index, according to the known standards.

Results: Measurements were made in 75 children: 44 women and 31 men according to the BMI recital 9 (12%) children with low birth weight, 34 (45.3%) with normal weight. 16 (21.3%) are overweight and 16 (21.3%) with obesity, while by perception, 42 (56 %) children are perceived low-weight, 9 (12%) normal, 19 (26%) children with overweight and 1.3 % as obese. The highest correlation was in the felt thin and were thin, 41 (54.6%) children had an inadequate perception of your body and 33.73 % ± 15% had body dissatisfaction: 27 (36.0%) wanted to change something about your body and 14 (18.7%) said they have felt rejected by your body.

Key words: Self-perception, school children, body mass index.

En la última década, la frecuencia del sobrepeso y la obesidad en los niños mexicanos se ha incrementado gradualmente, de tal manera que la OCDE estimaba que había 34% de los niños que tenía sobrepeso y que había nueve millones de niños obesos mayores de seis años y 15% estaban en peligro de sobrepeso.^{1,2}

A un lado de la importancia que el exceso de peso tiene para la salud, el crecimiento y desarrollo de los niños, el sobrepeso y la obesidad tienen consecuencias no

* Depto. de Salud Pública, Facultad de Medicina, UNAM.

** Dirección de Medicina del Deporte, UNAM.

*** Depto. de Bioquímica, Facultad de Medicina, UNAM.

**** Escuela de Dietética y Nutrición, ISSSTE.

sólo somáticas, sino también psicológicas en estos niños, ya que representan un riesgo frecuente de padecer discriminación acompañada de baja autoestima y asimilar una imagen corporal negativa en su relación con otros niños debido a su apariencia física.

Ante este conflicto generado por sus excesos en la alimentación, estudios recientes³ señalan que los niños de cinco años se preocupan cada vez más por su peso y que las niñas desean ser cada vez más delgadas, en tanto que los niños aspiran ser más musculosos, por lo que parece que el riesgo de tener este conflicto aumenta a medida que en los niños transcurre su etapa escolar.

Estudios hechos en diferentes países señalan que al finalizar su primaria, alrededor de los 11 años, más de la mitad de las niñas presentan algún tipo de insatisfacción respecto a su imagen corporal,⁸ lo que puede conducir en estas niñas una insatisfacción respecto a su apariencia física dando lugar en ellas a baja autoestima, depresión, o bien, desórdenes alimenticios desde edades muy tempranas.

Tal parece que la baja autoestima y la autoevaluación de estas niñas en relación con su peso corporal y su figura, las lleva entre los siete y ocho años a tener conflictos psicosociales que las pueden conducir al riesgo por desarrollar trastornos de conducta alimentaria en edades ulteriores.^{4,5} A este respecto, estudios en niños entre cinco y siete años encontraron que a la edad de cinco años las niñas con sobrepeso tienen respecto a su imagen un concepto bajo, en tanto que en los niños obesos ocurre una baja autoestima asociada con sentimientos de tristeza, soledad y nerviosismo.^{6,7}

Ante estos reportes e investigaciones de campo, respecto a las posibles variables de insatisfacción corporal y de aquéllas relacionadas con una imagen corporal negativa, son factores que se han asociado a los trastornos de la alimentación. Sin embargo, la insatisfacción corporal es consecuencia de un proceso cognitivo en el que una persona se compara, se autoevalúa y da muestra de su autorrechazo corporal que puede ser susceptible de corregirse mediante educación y orientación.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se llevó a cabo un estudio transversal descriptivo en escolares de seis a nueve años de edad de ambos sexos, de primero y segundo año de una escuela primaria ubicada en una zona marginada de la Delegación Tlalpan en el Distrito Federal, la fase de campo se llevó a cabo de marzo a mayo de 2006.

Cabe mencionar que la escuela donde se hizo la investigación fue seleccionada por las autoridades de la Secretaría de Educación Pública; el objetivo que se planteó

fue que la escuela no tuviera algún programa o proyecto de investigación acerca de la obesidad que pudiera interferir con el propósito de este estudio. Inicialmente se convocó a los padres y/o tutores para proporcionar la información detallada de la investigación que se pretendía hacer, mencionándoles el propósito del estudio y los procedimientos de medición corporal que se harían en los niños.

Fue así que se incluyeron sólo a los escolares cuyos padres aceptaron que participaran sus hijos, firmando una hoja de consentimiento «informado»; se excluyeron a los escolares cuyos padres decidieron que sus hijos no participaran; de tal manera que la tasa de aceptación fue de 87.3% de los niños.

Las mediciones de peso y estatura de los niños se hicieron con el uniforme escolar, pero sin zapatos, ni suéter o abrigo. Para la medición del peso se uso una báscula (Tanita) y el registro del peso de los niños se hizo con una precisión cercana a 100 g. En cuanto a la estatura, en ellos se hizo con una precisión de 0.1 cm, considerando el más próximo en un estadímetro marca Seca colocado y nivelado en la pared. En cuanto al perímetro de cintura, se midió con una cinta de fibra de vidrio, para luego calcular el índice de masa corporal (IMC) de acuerdo con las siguientes mediciones peso (kg)/talla² (m).

MÉTODOS Y TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Se aplicó un cuestionario previamente adaptado y conocido como «*Body Attitude Test*» (BAT) para estimar el grado de insatisfacción corporal (IC); por otro lado, se hizo una pregunta para ser valorada mediante el procedimiento de Likert con cinco opciones de respuesta, y para la percepción corporal de los niños ésta se valoró mediante el método **varimax invertido** ($\alpha=0.768$).

En cuanto al análisis de la información recabada, se hizo mediante los procedimientos habituales usados para la estadística descriptiva, empleando como medidas de resumen la media y desviación estándar; en cuanto a las pruebas de significación estadística se emplearon la prueba de «*t*» de Student y la prueba de «*U*» de Mann-Whitney. Ésta se usó para las variables que no tuvieron una distribución normal. Por otra parte, se estimaron los coeficientes de correlación de las variables somatométricas de los escolares respecto a la percepción y el rechazo corporal de los niños, usando la prueba de Spearman y se calculó el coeficiente de incertidumbre y las medidas de direccionalidad de Tau empleado para prueba Godman y Kruskal para variables independientes.

Los coeficientes fueron ajustados por sexo y para el análisis de los resultados se usaron los paquetes SPSS. Se

consideró que había una significancia estadística cuando los valores de p fueron menores a 0.05.

RESULTADOS

Se incluyeron en el estudio 75 niños: 44 (58.7%) mujeres y 31 (41.3%) hombres. De ellos, de acuerdo con el IMC 12% tuvieron peso bajo, en 45.3% fue normal, 21.3% tuvieron sobrepeso y 21.3% estuvieron obesos (*Figura 1*), en tanto que por la autopercepción el 56% se percibió con peso bajo, en 12% su respuesta fue normal, hubo 26% que se veían con sobrepeso y 1.3% se calificaron como obesos (*Figura 2*).

Fue así que la correlación más alta ocurrió entre aquellos que se percibieron delgados y eran delgados; de tal manera que en 54.6% su percepción corporal no

coincidió con la realidad, pues $33.73\% \pm 15\%$ tuvieron una insatisfacción corporal y 36% deseaba cambiar algo de su cuerpo, en tanto que 18.7% había sentido rechazo por su figura corporal (*Cuadro 1*).

DISCUSIÓN

Se puede decir que uno de cada tres (34%) de los niños en este estudio tuvieron una percepción equivocada de su cuerpo y, en una misma proporción (36%), su respuesta fue de rechazo a algo de su cuerpo; es así que al parecer, el mayor riesgo coincide con los niños que eran obesos, como lo mencionan otros autores.

Tal parece que los resultados invitan a reflexionar acerca de la importancia de la prevención primaria en relación con los trastornos de la alimentación, promo-

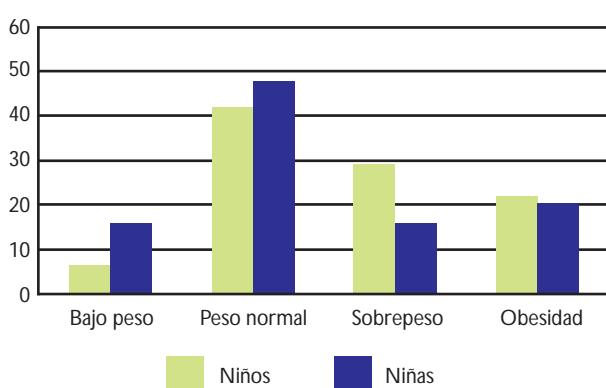


Figura 1. Estado nutricional de acuerdo con el IMC.

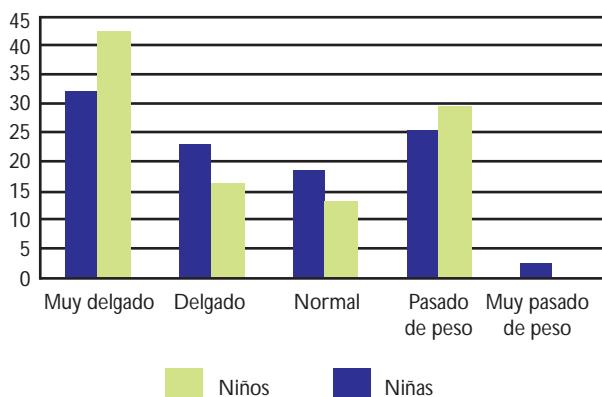


Figura 2. Autopercepción por sexo en los escolares.

Cuadro 1. Frecuencia de respuestas al *Body Shape Questionnaire*.

N.º	Pregunta	Sí	Rechazo corporal				Total	
			Niñas	No	Sí	Niños	No	Sí
1	Cuando te ves en los aparadores...	27	17	20	11	37	38	
2	¿Has evitado hacer deporte?	9	35	13	18	22	53	
3	Sensación de gordura	26	18	14	17	43	32	
4	¿Te preocupa tu cuerpo?	17	27	16	15	32	43	
5	Piensas que tu cuerpo es ...	17	27	12	19	36	39	
6	Evitas usar cierta ropa	12	32	17	14	26	49	
7	Te sientes mal con tu cuerpo	10	34	21	10	31	44	
8	Rechazo por tu cuerpo	14	30	5	26	19	56	
9	Cambiar algo de tu cuerpo	14	30	18	13	32	43	
10	Cuando te comparas con otros ...	24	20	13	18	37	38	

Insatisfacción corporal = 33.73%.

Rechazo corporal = 18.7%.

Desea cambiar algo de su cuerpo = 36.0%.

No se encontraron diferencias significativas por sexo.

viendo acciones que vayan dirigidas a modificar la percepción errónea respecto a su imagen corporal y la importancia que juegan los padres en la alimentación y promoción del autocuidado de los niños, además del respeto y la revaloración del cuerpo que contribuya a una mejoría en cuanto al autoconcepto de los niños en relación con su imagen corporal que permita disminuir la presión social por la delgadez extrema.

Es así como cobra particular importancia la preventión de las conductas alimentarias de riesgo, por lo que ésta debe iniciar en las niñas entre los siete y ocho años de acuerdo con lo informado por otros autores.⁵

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a los alumnos, padres de familia, autoridades y profesores de la escuela primaria «Héroes de Chapultepec» por su participación en este trabajo y al Ing. David Limón Cruz, por su importante asesoría y apoyo en los aspectos de informática.

Referencias

1. *Preventing childhood obesity: Health in the Balance*. 2005 Institute of Medicine, 2006. Available in: www.10m.edu
2. National Health and Nutrition. *Examination survey prevalence of overweight and obesity among adults*. Unite States, 1999-2002. Available in: www.cdc.gov
3. Childhood Overweight. A fact sheet for professionals University of California, Berkley Cooperative, Extension Department of Nutritional Sciences, January 2000.
4. Facchini M. La preocupación por el peso corporal y la figura en las niñas y adolescentes actuales: ¿de dónde proviene? *Arch Argent Pediatr* 2006; 104(4): 345-50.
5. Davison KK, Marker CN, Birch LL. A longitudinal examination of patterns in girls weight concerns and body dissatisfaction from ages 5-9 years. *Int J Eat Disord* 2003; 33: 320-32.
6. Davison KK, Birch LL. Weight status, parent reaction and self-concept in five-years-old girls. *Pediatric* 2001; 107(1): 46-53.
7. Phillips RG, Hill AJ. Fat, plain, but not friendless: Selfeseen and per acceptance of obese preadolescent girls. *Int J Obes* 1998; 22: 287-93.
8. Smolak L, Levine MP, Schermer F. Parental input and weight concerns among elementary school children. *Int J Eat Disord* 1999; 2: 263-71.

Correspondencia:
Isabel Cristina Morán Álvarez
Tel. 5623 2445
E-mail: crisma@unam.mx