



LAS IDEAS DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA SOBRE EL TAMAÑO CORPORAL

Luisa Ambrosio Luz

Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México
luisa.ambroz@gmail.com

Rigoberto León-Sánchez

Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México
rigobert@unam.mx

Elena Calderón Canales

Instituto de Ciencias Aplicadas y Tecnología, Universidad Nacional Autónoma de México
elena.calderon@icat.unam.mx

Área temática: Educación en campos disciplinares

Línea temática: Educación para la salud

Tipo de ponencia: Reporte parcial o final de investigación



Resumen

El objetivo de la presente investigación consistió en conocer las ideas que los estudiantes de educación primaria construyen acerca del tamaño corporal. Participaron 165 estudiantes de tercero, cuarto, quinto y sexto grados, con un rango de edad de 7 a 11 años, quienes asistían a una primaria pública en la Ciudad de México. Los estudiantes contestaron un cuestionario conformado por preguntas abiertas donde tenían que describir las figuras de niños con desnutrición, peso normal y obesidad, así como explicar el porqué de su tamaño corporal. Se llevó a cabo un análisis de contenido, construyendo categorías emergentes a partir de las respuestas. Los estudiantes identificaron a los niños con desnutrición como “flacos” o “delgados”, a los niños con peso normal como “normales” o “sanos”, y a los niños con obesidad como “gordos”. Además, mencionaron la alimentación, en específico sus características de cantidad y calidad para explicar el tamaño corporal. Por último, los estudiantes de quinto y sexto grados utilizaron términos más específicos como “desnutrición”, “obesidad”, “anorexia” o “bulimia” y brindaron explicaciones más sofisticadas en las cuales empezaban a incluir otros factores, como la actividad física o el cuidado de los padres, en comparación con los estudiantes de tercero y cuarto grados.

Palabras clave: educación primaria, teorías implícitas, obesidad, desnutrición.

Introducción

Uno de los problemas de salud pública más relevantes en nuestro país es la obesidad, la cual se considera una enfermedad crónica y compleja, debido a los múltiples factores que intervienen en su desarrollo, presente incluso desde edades muy tempranas, ya que se estima que el 18.6% de los infantes entre 5 y 11 años padece esta enfermedad (Shamah-Levy et al., 2021). Con el propósito de controlar y reducir la obesidad infantil se han desarrollado distintos programas en el contexto escolar, en especial para la educación primaria (Trejo & Raya, 2018). Una de las estrategias utilizadas consiste en informar o educar a la comunidad escolar acerca de esta enfermedad, así como de los factores involucrados en el desarrollo de la misma. Por lo tanto, conocer las ideas de las personas que participan en estos programas podría contribuir a mejorar la estrategia de implementación de los mismos.

Las ideas de los estudiantes de educación primaria con respecto a las causas o factores involucrados en el desarrollo de la obesidad infantil se han abordado en distintas investigaciones (Babooram et al., 2011; Murphy et al., 2021; Nuñez, 2007; Weissová & Prokop, 2020). En éstas se ha encontrado que los estudiantes incluyen en sus explicaciones los factores *alimentación* (comer en exceso y/o consumir alimentos poco saludables) y *actividad física* (realizar actividades sedentarias o no hacer ejercicio) como causas de la obesidad. De igual forma, en algunas investigaciones, los estudiantes empiezan a mencionar la influencia de los padres de familia como un factor en la alimentación de sus hijos (Babooram et al., 2011; Murphy et al., 2021).

Por otra parte, también se han indagado las ideas de los estudiantes de educación primaria con respecto al tamaño corporal (Cothran & Kulinna, 2023; Rodgers et al., 2019; Xu & He, 2022; Xu & Nerren, 2017), donde se observa que lo relacionan principalmente con la alimentación (cantidad y/o calidad). Por ejemplo, el aumento del tamaño corporal en las figuras con sobrepeso u obesidad lo asocian con comer en exceso y/o comer alimentos con mucha grasa y azúcar, mientras que la disminución del tamaño corporal o figuras muy delgadas o con desnutrición las relacionan con comer muy poco. Además, aunque en menor medida, incluyen el factor *actividad física*, en específico señalan que, para bajar de peso deben aumentar la cantidad de ejercicio y para subir de peso se deben realizar actividades sedentarias. Asimismo, en las investigaciones de Cothran et al. (2023) y Xu y Nerren (2017), cuando se les pregunta a los participantes por el tamaño corporal saludable tienden a elegir figuras con peso normal o más delgadas, justificando su respuesta al decir que no son “ni tan gordos ni tan delgados”; además, agregan que su alimentación es saludable y hacen ejercicio. Por otro lado, en distintos estudios se ha mostrado la estigmatización hacia el tamaño corporal (Harringer et al., 2010; Murphy et al., 2021; Weissová & Prokop, 2020), donde los niños tienden a atribuirle características positivas como “feliz”, “bueno”, “inteligente”, etc., a las figuras con peso normal o delgadas, y características negativas como “triste”, “malo”, “flojo”, etc., a las figuras con sobrepeso u obesidad.

Por lo tanto, investigar las ideas y explicaciones que los estudiantes de educación primaria elaboran con respecto al tamaño corporal podría contribuir en el diseño, desarrollo e implementación de estrategias de los programas enfocados a la educación alimentaria.

Además de poder examinar los conocimientos previos de los estudiantes con respecto a este tema, así como con temas relacionados (alimentación, nutrición o actividad física) que revisan en sus clases.

En la presente investigación las ideas de los estudiantes se analizaron a partir del enfoque de las teorías implícitas. Dicho enfoque considera los conocimientos de los individuos como construcciones propias a partir de las cuáles interactúan con su entorno. Estas teorías son implícitas porque pueden activarse sin que los sujetos sean conscientes de que las están utilizando (Pozo, 2017), además, se considera que estas ideas no están aisladas y forman parte de un cuerpo conceptual más amplio (una teoría) a partir del cual cobran sentido.

Por consiguiente, el objetivo consistió en conocer las ideas que los estudiantes de educación primaria construyen acerca del tamaño corporal.

Método

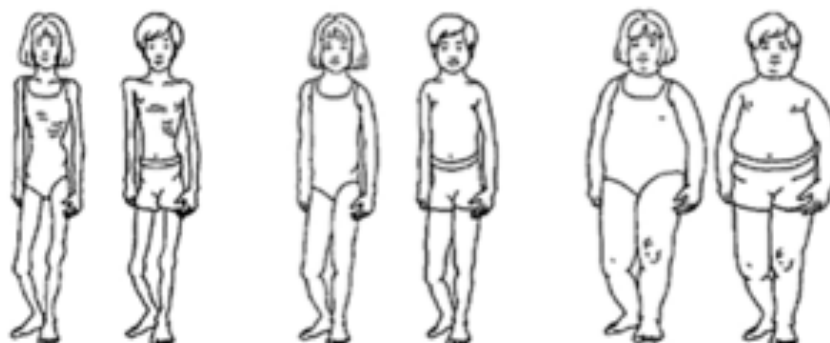
Participantes

Se seleccionó una muestra por conveniencia conformada por 165 estudiantes de educación primaria (51.5% niñas), quienes cursaban tercero ($n = 41$), cuarto ($n = 40$), quinto ($n = 41$) y sexto ($n = 43$) grados. La edad de los participantes tuvo un rango de 7 a 11 años ($M = 9.48$, $DE = 1.17$). Los estudiantes asistían a una escuela primaria pública, ubicada en la Ciudad de México.

Instrumento

Se elaboró un cuestionario con el propósito de conocer cómo identifican y explican el tamaño corporal los estudiantes de educación primaria. Dicho cuestionario mostraba tres pares de figuras, las cuales correspondían a un niño y niña con desnutrición, peso normal y obesidad (ver Figura 1), tomadas de las escalas de niños y niñas de Collins (1991) que representan los distintos rangos de peso corporal. Cada par de figuras se presentaba junto con las preguntas: *¿cómo crees que son, corporalmente, estos niños?*, *¿por qué crees que son así?*, *¿cómo son los papás de estos niños?*, *¿a qué les gusta jugar a estos niños?* y *¿qué comen estos niños?* Las preguntas se elaboraron a partir de la revisión de la literatura (Babooram et al., 2011; Núñez, 2007).

Figura 1. Figuras de niños con desnutrición, peso normal y obesidad de la escala de Collins (1991)



Procedimiento

Se contactó con el director de la escuela primaria y los padres de familia para explicarles en qué consistía la investigación y solicitar su permiso, además de preguntarles a los estudiantes si deseaban participar. El cuestionario se aplicó de manera grupal en los salones de clase, se les explicó a los estudiantes que contestaran lo que ellos creían acerca de las preguntas que se les harían y que no era un examen. Asimismo, se leyeron las instrucciones junto con ellos y se les brindó apoyo en caso de requerirlo. La aplicación tuvo una duración de 20 minutos aproximadamente. Los cuestionarios se analizaron mediante el método de análisis de contenido, construyendo categorías emergentes a partir de las respuestas.

Resultados

El presente trabajo muestra los resultados correspondientes a las preguntas *¿cómo crees que son, corporalmente, estos niños?* y *¿por qué crees que son así?* Se incluyeron algunas de las respuestas de los estudiantes para ejemplificar, las cuáles se muestran en cursivas y son seguidas de su grado escolar.

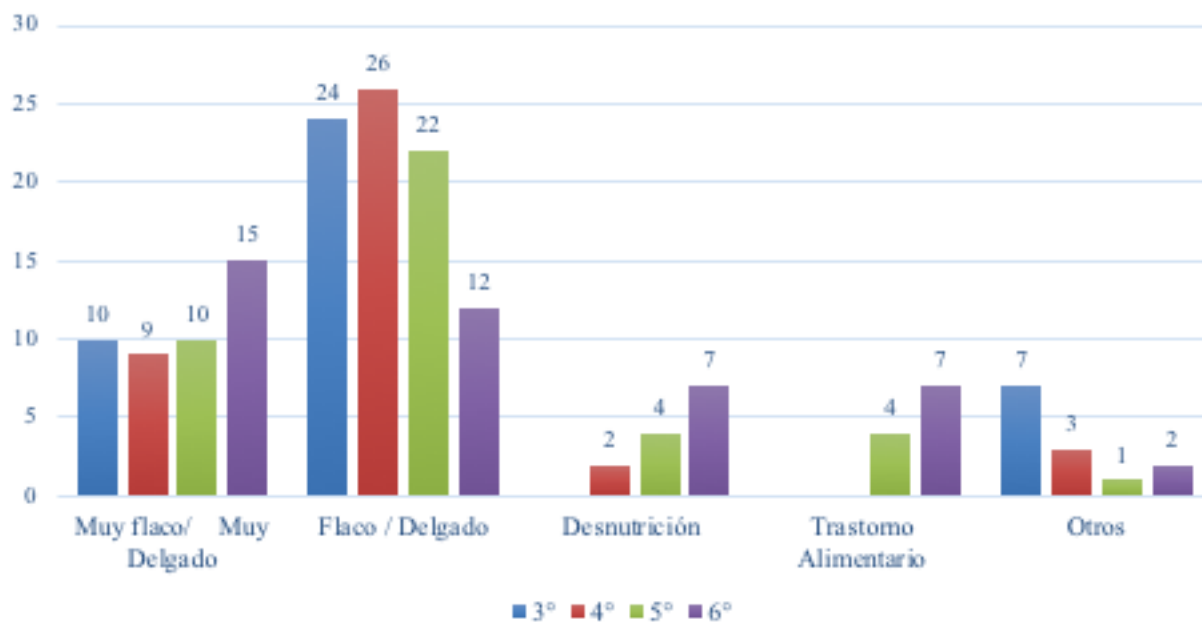
Desnutrición

La mayoría de los estudiantes identificó las figuras de niños con desnutrición (ver Figura 2) como *“flaco”* o *“delgado”*, seguido por *“muy flaco”* o *“muy delgado”*; además, a partir de cuarto grado varios estudiantes utilizaron el término *“desnutrición”*, en especial los estudiantes de sexto grado. Asimismo, únicamente los estudiantes de quinto y sexto grados mencionan que los niños con desnutrición podrían tener algún trastorno alimentario como anorexia: *“son anoréxicos... piensan que son muy gordos”* (alumno de 6°); o bulimia: *“bulímicos... comen y vomitan”* (alumna de 6°). Por otra parte, en la categoría *Otros*, nueve estudiantes, en su

mayoría de tercero, utilizaron adjetivos positivos para describir a los niños con desnutrición, mencionando que eran “*buenos*”, “*trabajadores*” o “*responsables*”, mientras que solo tres estudiantes utilizaron adjetivos negativos como “*tristes*” o “*latosos*”, y un estudiante de cuarto grado los describió como “*pobres*”.

Al indagar por qué los niños con desnutrición son así, la mayoría de los estudiantes, es decir, 129 de ellos (28 de tercero, 31 de cuarto, 37 de quinto y 33 de sexto), incluyeron la alimentación, comentando que “*no comen*”, “*comen poco*” o “*no comen bien*”. Sin embargo, pocos estudiantes de tercero consideraron que los niños con desnutrición consumían muchas frutas y verduras. El factor de actividad física fue mencionado por siete estudiantes (tres de tercero, dos de cuarto, uno de quinto y uno de sexto), aduciendo que los niños con desnutrición realizan mucho ejercicio. También, tres estudiantes (uno de cuarto y dos de sexto) dijeron que los niños con desnutrición eran pobres y que por lo tanto no comían. Además, dos estudiantes de sexto mencionaron que los padres de los niños con desnutrición no los cuidan. Por otra parte, dos estudiantes (uno de tercero y uno de cuarto) dijeron que “*así nacieron*”, y un estudiante de sexto comentó “*porque tienen una enfermedad, o por genética*” (alumno de 6°). Asimismo, 21 estudiantes (nueve de tercero, cinco de cuarto, tres de quinto y cuatro de sexto) brindaron respuestas relacionadas con la apariencia física o que justificaban los adjetivos utilizados en la categoría *Otros* de la pregunta previa.

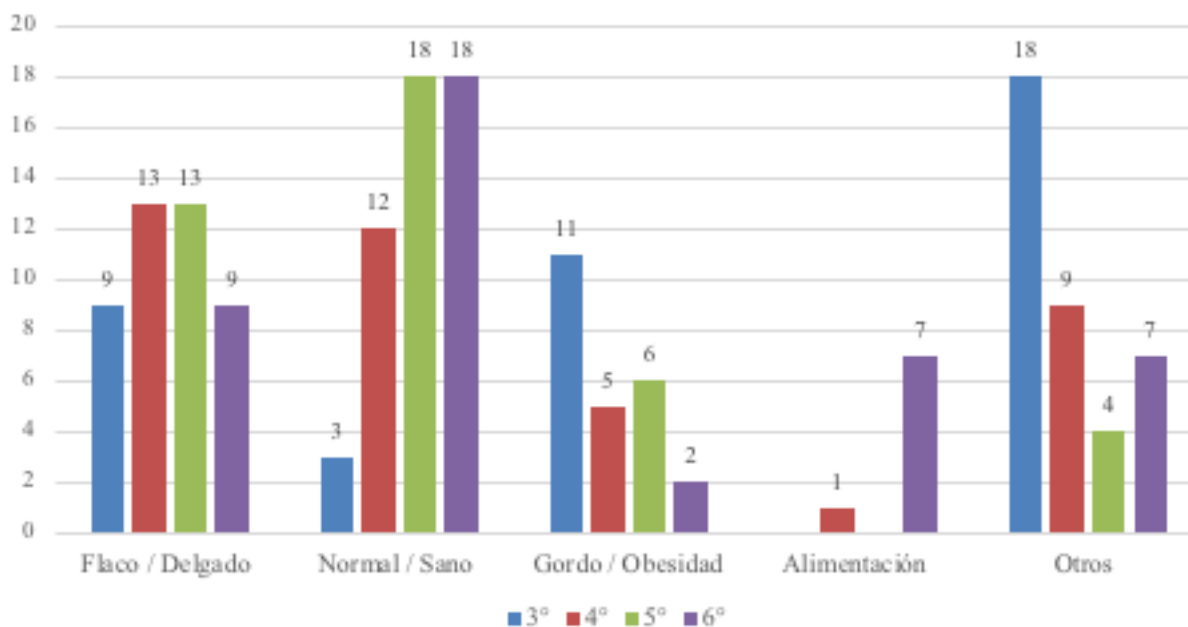
Figura 2. Frecuencia de las categorías utilizadas para identificar a los niños con desnutrición



Peso normal

Las figuras de niños con peso normal (ver Figura 2) fueron descritas por la mayoría de los estudiantes como “normales” o “sanos”, en especial por los estudiantes de cuarto a sexto grado. Asimismo, varios estudiantes los describieron como “flacos” o “delgados”, e incluso algunos los identificaron como “gordo” o “gordito”, en especial los estudiantes de tercer grado. También, en la categoría *Otros*, 20 estudiantes relacionaron a los niños con peso normal con adjetivos positivos como “buenos”, “felices” o “amigables”, mientras que solo dos estudiantes utilizaron adjetivos negativos como “aburridos” o “desobligados”, y 16 estudiantes incluyeron características físicas como la estatura, el color de cabello, etc. Por otro lado, ocho estudiantes los describieron a partir de su alimentación, diciendo que “comen bien”.

Figura 2. Frecuencias de las categorías utilizadas para identificar a los niños con peso normal



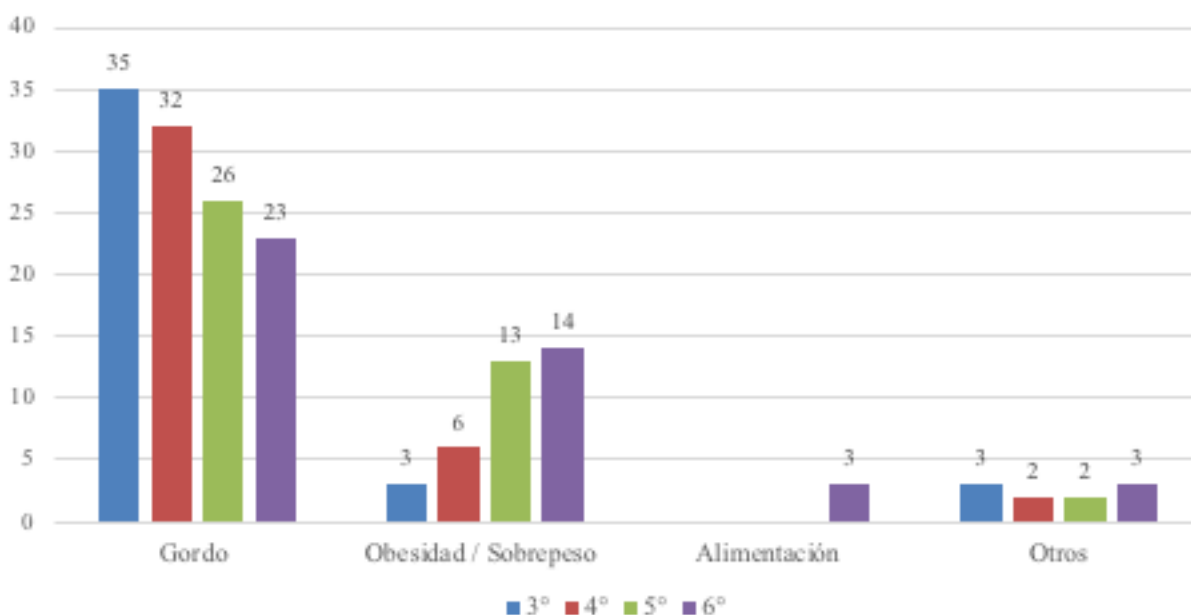
Con respecto a por qué los niños con peso normal son así, 97 estudiantes (20 de tercero, 24 de cuarto, 27 de quinto y 26 de sexto) comentaron que se debía a su alimentación, al decir “comen bien”, “comen saludable” o “comen frutas y verduras”, incluso ocho de estos estudiantes (tres de tercero, tres de cuarto, uno de cuarto y uno de sexto) los habían identificado como gorditos y comentaron que “comen mucho”. La actividad física fue mencionada por 15 estudiantes (tres de tercero, uno de cuarto, cuatro de quinto y siete de sexto) al decir que los niños con peso normal “hacen ejercicio”, mientras que 10 estudiantes (dos de tercero, tres de cuarto, uno de quinto y cuatro de sexto) indicaron que se debía a que cuidan su salud. Además, dos estudiantes

de cuarto comentaron que *“nacieron así”*, y un estudiante de sexto dijo que *“sus mamás los cuidan”*. Por otra parte, 40 estudiantes (16 de tercero, 10 de cuarto, nueve de quinto y cinco de sexto) dieron respuestas relacionadas con la apariencia física o que explicaban los adjetivos mencionados en la categoría *Otros* de la pregunta previa.

Obesidad

Las figuras de niños con obesidad (ver Figura 4) fueron identificadas por la mayoría como “gordo”, y por varios estudiantes con los términos “obeso”, “obesidad” o “sobrepeso”, en especial por los estudiantes de quinto y sexto. Además, tres estudiantes de sexto los identificaron a partir de su alimentación, la cual consideraron como *“mala alimentación”*. Asimismo, en la categoría *Otros*, cinco estudiantes mencionaron adjetivos positivos como *“felices”* o *“amables”* y cinco adjetivos negativos *“tristes”* o *“flojos”*.

Figura 4. Frecuencias de las categorías utilizadas para identificar a los niños con obesidad



Al justificar por qué los niños con obesidad son así, la mayoría de los participantes, es decir 118 de ellos (30 de tercero, 29 de cuarto, 31 de quinto y 28 de sexto) consideró la alimentación mencionando que *“comen mucho”*, *“comen comida chatarra”* o *“comen mucha comida chatarra”*. El factor de actividad física fue incluido por 15 estudiantes (dos de tercero, dos de cuarto, dos de quinto y nueve de sexto) al decir que los niños con obesidad *“no hacen ejercicio”*, mientras que nueve estudiantes (uno de tercero, dos de cuarto, dos de quinto y cuatro de

sexto) consideraron a los padres de familia, al mencionar que “no los cuidan” o “les dan mucho de comer”. Además, dos estudiantes de cuarto comentaron que se debía a que los niños con obesidad “nacieron así” y un estudiante de sexto mencionó que podría ser “por genética de los padres”. Por otra parte, 10 estudiantes (seis de primero, tres de cuarto y uno de quinto) incluyeron características físicas como “tiene panza”, “es grande” o “es gordo”, y otros 10 (dos de tercero, dos de cuarto, cinco de quinto y uno de sexto) dieron respuestas relacionadas con los adjetivos de la categoría *Otros* de la pregunta previa o respuestas repetitivas.

Discusión

Los hallazgos de la presente investigación muestran que los estudiantes de educación primaria explican el tamaño corporal principalmente a través de la alimentación retomando aspectos como la cantidad y la calidad, coincidiendo con lo encontrado en otros estudios (Rodgers et al., 2019; Xu & Nerren, 2017). No obstante, los estudiantes no siempre retoman ambas características en todas sus explicaciones, por ejemplo, en el caso de los niños con desnutrición se centran en la cantidad al mencionar “comen poco”, mientras que con los niños con peso normal resaltan la calidad al decir “comen saludable”, y solo con los niños con obesidad integran ambas al comentar “comen mucha chatarra”. Asimismo, algunos estudiantes, en su mayoría de quinto y sexto grados, consideraron la actividad física, implicando la cantidad al mencionar que los niños con obesidad no realizan ejercicio, los niños con peso normal hacen ejercicio e incluso que los niños con desnutrición realizaban mucho ejercicio. Por otra parte, también se mencionó el papel de los padres de familia, en específico, el cuidado que tienen con sus hijos, considerando que los niños con peso normal son los que tienen más atención o cuidado por parte de sus padres. Además, un estudiante de sexto grado hizo mención de la genética, sin embargo, sería importante considerar qué está entendiendo el estudiante por este concepto y cómo considera que influye en el tamaño corporal. Igualmente, en el caso de los niños con desnutrición, al igual que en la investigación de Xu y Nerren (2017), algunos estudiantes mencionaron que estos niños eran pobres y lo relacionaron con que no tendrían dinero para comer, no obstante, la posible influencia de los recursos económicos no se mencionó en los niños con peso normal y con obesidad. Si bien los estudiantes mencionaron algunos otros factores además de la alimentación, estos lo fueron solo en contadas ocasiones.

Por otra parte, los estudiantes utilizaron distintos términos para nombrar a las figuras de niños con desnutrición, peso normal y obesidad, identificándolos como “flaco” o “delgado”, “normal” o “sano” y “gordo”. Asimismo, se observó que los estudiantes de quinto y sexto grado utilizaron términos más específicos como “desnutrido”, “normal” y “obeso”, en comparación con los estudiantes de tercero y cuarto grados, incluso algunos estudiantes de estos grados llegaron a utilizar términos como “puro hueso” para nombrar a los niños con desnutrición, así como “un poquito gordito” o “flaco y gordo” con los niños con peso normal, además de utilizar más características físicas o adjetivos correspondientes a la categoría *Otros*. De igual forma, algunos

estudiantes de quinto y sexto grados hicieron mención de los trastornos alimentarios con las figuras de niños con desnutrición, considerando que podrían tener anorexia o bulimia. El uso de estos términos podría estar relacionado con los contenidos revisados ya que a partir de quinto grado se profundiza en los problemas de alimentación (Secretaría de Educación Pública, 2017). Por otro lado, algunos estudiantes utilizaron ciertos adjetivos en sus descripciones, en el caso de las figuras de niños con peso normal y desnutrición se presentó un mayor uso de adjetivos positivos como “buenos”, “responsables” o “felices” en comparación con los niños con obesidad, quienes fueron descritos como “tristes” o “flojos”, lo anterior coincide con lo presentado en otras investigaciones (Harringer et al., 2010; Murphy et al., 2021) donde también se presenta la estigmatización basada en el peso.

Los estudiantes brindaron distintos términos y explicaciones acerca del tamaño corporal, sin embargo, algunos de ellos son incorrectos o incompletos, por ejemplo, al mencionar que los niños con desnutrición realizan mucho ejercicio, los estudiantes aluden a la cantidad del ejercicio pero sin considerar otros factores como el estado de salud. De igual forma, los estudiantes se centran en la alimentación, específicamente en la cantidad y calidad, dejando de lado otros factores que podrían influir en el tamaño corporal, como la propia actividad física, factores sociales, ambientales o biológicos, etc. Por consiguiente, sería importante considerar las ideas erróneas y/o incompletas de los estudiantes en el diseño de propuestas de enseñanzas, para apoyarlos a esclarecerlas o complementarlas y fomentar la construcción de conocimientos más coherentes.

Con respecto a las limitaciones en el presente estudio, hizo falta incluir a los estudiantes de primero y segundo grados debido a la dificultad de contestar un cuestionario escrito, por lo tanto, se podría realizar una aplicación individual donde el entrevistador anote sus respuestas o considerar la aplicación de un instrumento distinto, como una entrevista o un cuestionario con opciones de respuestas. Asimismo, sería recomendable para futuras investigaciones esclarecer algunos de los términos utilizados por los estudiantes, por ejemplo, a que se refieren con “comer bien” o “así nacieron”, así como incluir tareas o preguntas que permitan abordar la influencia de otros factores en el tamaño corporal.

Conclusión

Los estudiantes de tercero a sexto grado de primaria lograron identificar adecuadamente las figuras de niños con desnutrición, peso normal y obesidad, y explicaron el tamaño corporal a través del factor de alimentación incluyendo sus características de cantidad y calidad. Asimismo, los estudiantes de quinto y sexto grados brindaron términos más específicos y explicaciones más sofisticadas en comparación con los estudiantes de tercero y cuarto grados.

Agradecimientos

Este trabajo se desarrolló gracias al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología por la beca 629771 otorgada a Luisa Ambrosio Luz.

Referencias

- Babooram, M., Mullan, B., & Sharpe, L. (2011). Children's perceptions of obesity as explained by the common sense model of illness representation. *British Food Journal*, 113(2), 234-247. <https://doi.org/10.1108/00070701111105321>
- Collins, M. E. (1991). Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, 10, 199-208. <https://doi.org/fng995>
- Cothran, D. J., & Kulinna, P. H. (2023). "He's a little skinny and he's a little wide.": a mixed design investigation of American Indian student perceptions of healthy bodies. *BMC Public Health*, 23(1), 239. <https://doi.org/kbtc>
- Harringer, J. A., Calogero, R. M., Witherington, D. C. & Ellen-Smith, J. (2010). Body size stereotyping and internalization of the thin ideal in preschool girls. *Sex Roles*, 63, 609-620. <https://doi.org/bn7pbj>
- Murphy, M., Boardman, F., Robertson, W., & Johnson, R. (2021). Children's perspectives and experiences of health, diet, physical activity and weight in an urban, multi-ethnic UK population: A qualitative study. *Child: Care Health and Developmental*, 47(5), 597-607. <https://doi.org/10.1111/cch.12867>
- Núñez, R. H. (2007). Las creencias sobre obesidad de estudiantes de la educación general básica. *Revista Educación*, 31(1), 145-164. <https://doi.org/gd7b>
- Pozo, J. I. (2017). Aprender más allá del cuerpo: de las representaciones encarnadas a la explicitación mediada por representaciones externas. *Infancia y Aprendizaje*, 40(2), 219-276. <https://doi.org/10.1080/02103702.2017.1306942>
- Rodgers, R. F., Wertheim, E. H., Damiano, S. R., Gregg, K. J., & Paxton, S. J. (2019). A qualitative, prospective study of children's understanding of weight gain. *The British journal of developmental psychology*, 37(3), 369-381. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12279>
- Secretaría de Educación Pública (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral*. Secretaría de Educación Pública. <https://t.ly/GqJc>
- Shamah-Levy, T., Romero-Martínez, M., Barrientos-Gutiérrez, T., Cuevas-Nasu, L., Bautista-Arredondo, S., Colchero, M. A., Gaona-Pineda, E. B., Lazcano-Ponce, E., Martínez-Barnetche, J., Alpuche-Arana, C., & Rivera-Dommarco, J. (2022). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre Covid-19. Resultados nacionales*. Instituto Nacional de Salud Pública. <https://tinyurl.com/2pnzjfhd>

- Trejo, D. A., & Raya, G. (2018). *Buenas prácticas para el control y la reducción del sobrepeso y obesidad en escolares. Casos en escuelas primarias de México*. Ciudad de México: Food and Agriculture Organization. <https://www.fao.org/3/CA2111ES/ca2111es.pdf>
- Weissová, M., & Prokop, P. (2020). Alternative conceptions of obesity and perception of obese people amongst children. *Journal of Biological Education*, 54(5), 463-475. <https://doi.org/gk8xr2>
- Xu, T., & He, Y. (2022). Body Size Perceptions Among Normal-Weight Kindergarten Children in China. *International Journal of Early Childhood*, 54, 245–259. <https://doi.org/10.1007/s13158-021-00300-z>
- Xu, T., & Nerren, J. S. (2017). Investigating Young Children's Perceptions of Body Size and Healthy Habits. *Early Childhood Education Journal*, 45, 499–507. <https://doi.org/gbjkjm>