

IMC en estudiantes de primer grado de primaria y su relación con la autoestima y el autoconcepto

América Patricia Marmolejo Colin (*) meryiop@hotmail.com
Ariadna Romero Martínez (*) arirm1995@gmail.com

Cómo citar este texto: Marmolejo, A. M. y Romero, A. (2016). IMC en estudiantes de primer grado de primaria y su relación con la autoestima y el autoconcepto. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*. 2(3), 37-39.

RESUMEN

Tomar conciencia de la trascendencia de conceptos como la autoestima y autoconcepto es determinante el óptimo desarrollo meta que se desea alcanzar en la vida de un niño. La autoestima está constituida por una evaluación subjetiva de la información objetiva que cada uno utiliza para describirse. Actualmente, México ocupa el primer lugar mundial en obesidad infantil, y el segundo en obesidad en adultos, precedido sólo por los Estados Unidos. Problema que está presente no sólo en la infancia y la adolescencia, sino también en población en edad preescolar. Las consecuencias del problema de salud y sobrepeso pueden verse en diversos ámbitos, como es el escolar o familiar, puesto que afecta el Autoconcepto y Autoestima del niño. Es por ello, el objetivo de esta investigación es determinar la relación que tiene en el nivel de autoestima y autoconcepto con el índice de masa corporal en un grupo de niños de 5 a 6. Los resultados indican que los niños le confieren un valor a su cuerpo, lo aceptan con sus limitaciones y defectos y reciben aprobación o recompensas por parte de sus padres y el entorno en el que se desarrollan, la autoestima y la valoración que el niño hace de sí mismo se ve altamente influenciada.

Palabras clave

Autoestima, autoconcepto, niños, índice de masa corporal, obesidad.

1. INTRODUCCIÓN

La presente investigación se encuentra enmarcada dentro del desarrollo de la autoestima y el autoconcepto ya que tomar conciencia de la trascendencia de ésta, es determinante para la eficacia y la perfección que se desea alcanzar en la vida del niño. Al tener un adecuado nivel ésta será la base de la salud mental y física de una persona y al ser fomentada por los diversos ambientes como el familiar, social y afectivo hasta el ambiente escolar, podrá ser desarrollada de una manera satisfactoria a lo largo de la vida para la maduración y el desarrollo psicológico y social del infante.

Se ha comprobado en varios estudios que la autoconfianza, la autoestima, la seguridad, la capacidad de compartir y amar, e incluso las habilidades intelectuales y sociales, tienen sus raíces en las experiencias vividas durante la primera infancia. En contextos como el colegio y el hogar donde se respira un ambiente de cariño, de respeto, de confianza y de estabilidad probabiliza que los niños se desarrollen psíquica, social y culturalmente más sanos, seguros, y se relacionarán con el exterior de esta misma forma, con una actitud más positiva, constructiva y competitiva hacia su futuro desarrollo como niño, preadolescente, adolescente y adulto.

Los niños desarrollan diferentes conceptos sobre sí mismos a lo largo de su niñez que poco a poco se van haciendo más realistas, gracias a la interacción que tienen con sus compañeros y a la independencia que van adquiriendo gradualmente de sus padres. Por lo que la infancia intermedia es una época importante para el desarrollo de la autoestima, dado que se empiezan a crear la autoimagen o autoevaluación, en la que el niño se juzga a sí mismo

por la manera en que interactúa con el contexto y alcanza los patrones sociales; y las expectativas que se ha creado de su propio autoconcepto.

De esta manera la autoestima es un concepto que normalmente se confunde con el de autoconcepto y con frecuencia se usan como sinónimos, sin embargo se debe tener en cuenta que el autoconcepto se refiere a la descripción que un individuo hace de sí mismo, mientras que la autoestima se relaciona más con una evaluación que la persona hace de su autoconcepto.

Por lo tanto, la autoestima está constituida por una evaluación subjetiva de la información objetiva que cada uno utiliza para describirse. De igual manera, la autoestima se reconoce como un indicador del desarrollo personal fundado en la valoración, positiva o neutral, que cada persona hace de sus características cognitivas, físicas y psicológicas. Dicha valoración se construye sobre la base de la opinión que cada persona tiene sobre sí misma, a partir de los atributos que le otorgan las características mencionadas. Esta opinión es confirmada por cada individuo a partir de la percepción de cómo y cuánto lo valora quien lo rodea y, particularmente, todo aquel que es relevante, para él, en su vida cotidiana; desde esta perspectiva, la autoestima sustenta y caracteriza el comportamiento relacional y el potencial de interacción del sujeto en su medio ambiente.

En consecuencia, el desarrollo de la autoestima es esencial en el proceso de formación y crecimiento de cada individuo, ésta depende de la educación brindada por la familia, la escuela y la sociedad en general, en donde se construye una buena actitud consigo mismo. Por lo tanto, tomar conciencia acerca de su

*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM
PsicoEducativa: reflexiones y propuestas. Vol. 2, Núm. 3, 37-40, 2016 | IZTACALA-UNAM

importancia es determinante para la eficacia, la perfección y realización que se desea alcanzar en las personas.

Por otra parte, la autoestima sirve para superar las dificultades personales, ya que cuando se goza de buena autoestima se es capaz de afrontar los fracasos y problemas que se presenten a lo largo de la vida. Además, fundamenta la responsabilidad, apoya la creatividad, determina la autonomía personal, posibilita una relación social saludable, garantiza la proyección futura de la persona y constituye el núcleo de la personalidad.

Así mismo, al investigar la autoestima es importante tener en cuenta la intercomunicación de los siguientes componentes: cognitivo, afectivo y conductual; el primero de ellos es el componente cognitivo, el cual se refiere a la idea, opinión, creencia, percepción y procesamiento de la información que posee la persona respecto a sí misma. El segundo, hace referencia a la valoración de lo positivo y lo negativo, e involucra sentimientos favorables y desfavorables que las personas perciben de sí mismas. En definitiva, se trata de un juicio de valor sobre las cualidades personales, es decir, la respuesta de la sensibilidad y emotividad ante los valores y contravalores que advierten en ellos mismo.

El tercer elemento integrante de la autoestima es el conductual. Significa tensión, intención, y decisión de actuar o de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. Es el proceso final de toda la dinámica interna de la autoestima. Es decir, la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de la consideración y el reconocimiento por parte de los demás. En definitiva, se trata del esfuerzo por alcanzar fama, honor y respeto ante ellos mismos y los demás.

Por otro lado, además de los componentes de la autoestima, existe otro factor fundamental que influye en el desarrollo de un buen nivel de ésta, como lo es la motivación. Ésta se entiende como aquellos elementos que impulsan a una persona a realizar determinadas acciones y persistir hasta el cumplimiento de sus objetivos. En otras palabras, la motivación es la voluntad para hacer un esfuerzo y alcanzar ciertas metas, la cual implica la existencia de alguna necesidad, ya sea absoluta, relativa, de placer o de lujo.

Al respecto, Wang, Q., y Koh, J. B. K. (2015) demuestran que la integración de los elementos cognitivos y motivacionales es necesaria para tener una visión completa del proceso de aprendizaje en el contexto escolar, así como para comprender las dificultades que aparecen en las fases de la instrucción y en la consecución de los aprendizajes. Los elementos significativos que se encuentran en la mente del alumno (conocimientos previos, autoconcepto, metas académicas, expectativas y actitudes, estrategias, etc.) afectan su proceso de aprendizaje, englobando tanto aspectos cognitivos, afectivos como motivacionales y desempeñan un papel importante en la evolución del pensamiento de este.

Propósito

El objetivo de esta investigación es medir el índice de masa corporal y determinar la relación que tiene en el nivel de autoestima y autoconcepto en un grupo de niños de 5 a 6 años de edad del grado 1° de primaria de un colegio privado en el Estado de México;

Presentación de la problemática

El sobrepeso es el problema de salud más importante de nuestro país, si a esto le agregamos que las personas que padecen esta enfermedad (obesidad) sufren de burlas constantes y violencia

psicológica, el resultado será una persona que no se desarrolle de manera óptima a nivel físico, psicológico y emocional.

La OMS define a la obesidad como: “Una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud”.

La obesidad se identifica a través del índice de masa corporal (IMC) el cual es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla, esta se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m^2)

Se realiza esta investigación con estudiantes de primaria debido a que es posible prevenir la obesidad y disminuir sus efectos en un futuro. De acuerdo con Huitt, W. (2009). El autoestima es el aspecto emocional de uno mismo, es decir cómo nos sentimos, para comprender el autoestima es necesario conocer el autoconcepto el cual es, la percepción de uno mismo a través de lo que los semejantes nos han dicho lo que somos haciendo un reflexión y así construimos el autoconcepto, además este no es innato y según el autor se puede reconstruir o cambiar en las diferentes facetas de nuestra vida. Auto-concepto se divide en sub áreas como el social, físico o académico, otros autores mencionan que, hay una relación entre autoestima y formación de valores, además señala que la formación de una adecuada autoestima no solo depende del ámbito escolar, sino que es el conjunto de diferentes sectores como el familiar, social, académico véase en Moreno, J., Ángel A., Castañeda, B., Castelblanco, P., López, N., Medina, A., (2011) por lo que, al recibir comentarios negativos de sus semejantes, se esperaría que el niño comenzara a desarrollar una autoestima baja, así mismo esto repercutirá en el tipo de alimentación adecuada para el niño.

Actualmente, México ocupa el primer lugar mundial en obesidad infantil, y el segundo en obesidad en adultos, precedido sólo por los Estados Unidos. Problema que está presente no sólo en la infancia y la adolescencia, sino también en población en edad preescolar.

Ante tal situación La Cámara de Diputados, avaló en su totalidad la ley antiobesidad en noviembre del 2010. La cual consta de prohibir la publicidad y la venta en escuelas de alimentos y bebidas poco nutritivos y con alto contenido de grasas, sales y azúcares, conocidos como alimento chatarra revisado 04 de noviembre. Se plantea fomenta una cultura con una alimentación rica en verduras y frutas, además de promover realizar actividad física para evitar el sobrepeso y los problemas sociales y emocionales que implica en todos los niveles, logrando así que su autoestima sea adecuada en todos los apartados para un desarrollo integral del niño.

Presentación del problema específico

Conocer la construcción del autoconcepto y autoestima en niñas y niños de edades entre 5 y 6 años y su relación con el Índice de Masa Corporal.

2. MARCO CONCEPTUAL

Perspectiva

Actualmente, el sobrepeso es una problemática de nuestros días, ya que es un problema de salud pública en México no sólo afectando a adultos, sino también a niños, con ello va generando baja autoestima y autoconcepto en niños donde aún no tienen conformada su identidad, por ello, es conveniente que los padres generen seguridad y un autoconocimiento en los menores, que les muestren que existe diversidad, siendo todos diferentes. Tal como lo muestra Noguch y Watanabe (2012) el autoestima es el sentimiento de auto apreciación, siendo una emoción indispensable

para toda persona que sirve para adaptarse a su medio social y formarse como individuo. Para los niños, el medio ambiente social en el que se desarrollan, contribuye fundamentalmente al desarrollo del amor propio.

El Autoconcepto se va instruyendo, es decir, se va generando con los comentarios que los padres realizan en los niños, cuando el niño se desempeña bien en la escuela y recibe comentarios favorables, esto hará que se sienta motivado, con esto, responderá mejor a las exigencias que se vayan presentando.

Causas del problema

Las consecuencias del problema de salud y sobrepeso pueden verse en diversos ámbitos, como es el escolar o familiar, puesto que afecta el Autoconcepto y Autoestima del niño, como menciona Lingreen (1991) estos aspectos provienen de diferentes contextos en los que se desarrolla el niño, tales como la familia, la escuela y amigos. Cabe destacar que estos contextos pueden favorecer un buen Autoconcepto en el niño, y cuando no es así, va mermando la percepción que tiene de sí mismo, puesto que en esa edad, la familia funge un papel nuclear en el desarrollo del niño.

Por lo anterior, cuando el niño presenta sobrepeso u obesidad repercutirá en el Autoconcepto de niños de primaria, ya sea por factores como críticas, burlas, acoso escolar, afectando poco a poco su Autoconcepto y autoestima, tal como lo describe Wang y Koh en un estudio, donde se realizó una simulación de eventos, si el niño era reforzado de manera positiva mostraba una favorable conducta, así como, mejora en el rendimiento académico.

Por ello, la hipótesis del presente artículo es que el sobrepeso repercutirá en el Autoconcepto y Autoestima, en los niños de primaria.

3. PLANTEAMIENTO

Método

Debido a las características de la muestra y al problema de la investigación, se trata de un estudio de tipo descriptivo y por el método de estudio de sus variables se trata de una investigación cuantitativa. Además, es predictiva por el tipo de sus preguntas y No Experimental, ya que no existió manipulación activa de alguna variable, sino más bien se observaron dichas variables tal y como ocurren naturalmente, sin intervenir en su desarrollo.

Obtención de datos

En este estudio se empleó un instrumento de respuesta dicotómica de Piers Harris con 52 reactivos. Instrumento hecho para medir autoconcepto y autoestima en niños entre 5 y 13 años de edad.

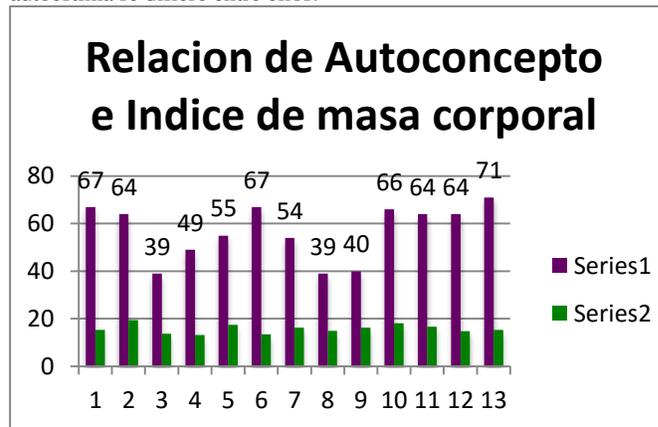
Resultados

Tabla de valores totales en los rangos de autoconcepto y autoestima e índice de masa corporal:

| | | |
|---------------------------------------|-------------------|--------------|
| Autoconcepto y Autoestima | | |
| 45% ----- 60% ----- 75%----- | | |
| -35 aplicar revalidación | | Bajo +36 -47 |
| Regular + 48 -59 | Alto +60 -81 | |
| Índice de Masa Corporal | | |
| -18 ----- 24.9 25 -26.9 ----- 27----- | | |
| Peso Bajo -18 | Normal +18 a 24.9 | Sobrepeso |
| +25 a 26.9 | Obesidad +27 | |

En la tabla anterior se muestran los puntajes totales en una prueba aplicada de autoconcepto con un total de 80 reactivos como equivalente al 100% y el índice de masa corporal de los trece participantes evaluados

La figura anterior nos muestra el índice de autoconcepto (morado) y el índice de masa corporal (verde) por participante. Se puede apreciar que no existe una correlación, pues mientras el IMC es casi igual en los participantes su apreciación de autoconcepto y autoestima se difiere entre ellos.



Solución del caso

La propuesta de prevención consiste en diversos talleres y cursos informativos para padres, acerca de la importancia que tiene una buena relación con sus hijos, además de pasar con ellos, tiempo de calidad. Se enfocarán en explicar qué es el autoconcepto y la autoestima, además de cómo la crianza y el trato que tienen hacia sus hijos influye en su desarrollo. En alguna de las sesiones, se invitará a los padres que lleven a sus hijos para realizar actividades integradoras padres-hijos con el fin de fomentar una mejor relación entre éstos. De igual manera, en la escuela se impartirán cursos y talleres a los niños, donde se les hablará de la importancia de tener una buena relación entre compañeros para lograr la inclusión de todos; el objetivo de estos talleres es precisamente incluir a los alumnos que presentan baja autoestima o un autoconcepto negativo, ya que uno de los factores que tiene relación con los comportamientos problemáticos es que los niños se sientan excluidos.

Por otro lado, también se reforzará tanto la autoestima como el autoconcepto en los niños que presentan un nivel –regular, alto-, fomentando la cohesión grupal, el autocuidado y la correcta alimentación.

Aportaciones

Los cursos y talleres que se impartirán ayudarán a la formación de la autoestima y autoconcepto en los niños que presenten un nivel negativo de estos, fomentando una buena relación padres-hijos, alumno-alumno, respeto y cooperación. También ayudarán a reforzar a aquellos cuya autoestima y autoconcepto sean positivos; evitará o disminuirá las conductas problemáticas en niños que presenten un autoconcepto negativo. Además que se desarrollará o fortalecerá las relaciones afectivas entre padres e hijos, hará que los padres reflexionen acerca del tiempo y la atención que dedican a sus hijos.

Discusión y conclusiones

A partir de los resultados obtenidos, se evidenció que la mayoría de los estudiantes puntuaron un nivel alto y medio, lo cual podría indicar que le confieren un valor a su cuerpo, lo aceptan con sus limitaciones y defectos y reciben aprobación o recompensas por parte de sus padres y el entorno en el que se desarrollan, la autoestima y la valoración que el niño hace de sí mismo se ve altamente influenciada.

En segundo lugar, los estudiantes podrían tener expectativas altas y reales de sí mismos garantizando su proyección futura y generando así, un paso más para la construcción de un buen nivel de autoestima. De esta manera, esto concuerda con la existencia de una serie de conductas correlacionadas con la importancia y el buen desarrollo de la autoestima como lo son las expectativas hacia el futuro, la asertividad personal y el nivel de aspiraciones.

Por otra parte, en cuanto al IMC, los resultados obtenidos fueron no correlacionados, dado que la mayoría de los niños obtuvieron una puntuación alta y media, lo cual demuestra que poseen un sentimiento de satisfacción y valoración frente a sus vidas sin relacionarlo con su peso e índice de masa corporal. Por lo tanto esto señala que los sentimientos de alegría satisfacción y felicidad cimentan la construcción de la autoestima.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arjan, E., Muris, P., Mulken, S. y Herman, P. (2006). "Changing self-esteem in children and adolescents: A roadmap for future interventions". *Revista Netherlands Journal of Psychology*. (Vol. 62, pp.26-33)
- González, J., Núñez, C., Pumariaga, S. y García, M. (1997). "Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar." *Revista Psicothema*. (Vol. 9, núm. 2, pp. 271-289).
- Hosogi, M., Okada, A., Fujii, C., Noguchi, K. y Watanabe, K. (2012) "Importance and usefulness of evaluating self-esteem in children". *Revista BioPsychoSocial Medicine*. (Vol. 6, núm. 1, pp. 9).
- Lingren, H. (1991). "Self-Esteem in Children". *Revista Children and family*. (Vol. 12, núm. 1, pp. 1-3).
- Moreno, J.; Ángel, A.; Castañeda, B.; Castelblanco, P.; López, N.; Medina, A. (2011). Autoestima en un grupo de niños de 8 a 11 años de un colegio público de la ciudad de Bogotá. *Psychologia. Avances de la disciplina*, (vol. 5, núm. 2, pp. 155-162)
- Rodríguez, L. M., Moreno, J. E., y Resett, S. (2012). El autoconcepto y la autoestima en la niñez escolar. Diferencias según sexo. *Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires*. (pp. 1-5).
- Wang, Q., y Koh, J. B. K. (2015). "How will things be the next time? Self in the construction of future events among school aged children". *Revista Consciousness and cognition*. (Vol. 36, núm.1, pp. 131-138).