

Propuesta de intervención: Autoconcepto e Imagen corporal en la niñez intermedia

Alejandra Itzel García Ponce (*) manzanaa-pera@hotmail.com
Diana Laura Hernández Vázquez (*) dyy.noise@hotmail.com

Cómo citar este texto: García, A. I. y Hernández D. L.(2016). Propuesta de intervención: Autoconcepto e imagen corporal en la niñez intermedia. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*. 2(3), 60-66.

RESUMEN

Uno de los vectores psíquicos que surgen durante la infancia intermedia corresponde al surgimiento del autoconcepto. El autoconcepto es la percepción mental compuesta por lo que el niño o niña piensa de sí mismo, lo que cree capaz de conseguir y lo que cree que piensan los demás de él o ella (Uszynska-Jarmoc, 2008). Desde esta tesitura, la presente investigación tuvo como objetivo estudiar la influencia de los estereotipos socioculturales en la construcción y percepción de la imagen corporal, en conjunto, con la medición del nivel de autoconcepto global, determinando si existe una relación entre la imagen corporal y el autoconcepto de los niños que cursan el quinto y sexto año de primaria. Los participantes fueron niños de primaria a quienes se les aplicaron dos instrumentos, el primero que busca evaluar el autoconcepto y el segundo la autoimagen. Los resultados obtenidos mostraron que los individuos pertenecientes a la muestra no presentaron distorsión corporal y sus niveles de autoestima se encuentran en un nivel adecuado, lo que permitió inferir que los niños con una autoestima adecuada tienden a reconocer su cuerpo de manera positiva. Además, los datos expresados y obtenidos a partir de los instrumentos aplicados, permitieron identificar que los medios de comunicación sí son un factor que influye en la conformación de un ideal de la imagen corporal

Palabras clave: Autoestima, autoimagen, infancia intermedia, medios de comunicación.

1. INTRODUCCIÓN

La niñez intermedia es una etapa crucial del desarrollo que comprende de los 6 a los 11 años de edad, en esta etapa se aprecian distintos e importantes cambios: físicos, psicológicos, cognitivos y sociales. Además, comienza la adquisición de ciertas pautas que guían los comportamientos de los niños, las cuales se obtienen a partir de la socialización con la familia y con el resto del contexto sociocultural en el que se encuentran inmersos. Estos factores externos al niño, ayudan a conformar conceptos claves para su desarrollo como lo son: el autoconcepto y la autoimagen. El autoconcepto es la percepción mental compuesta por lo que el niño o niña piensa de sí mismo, lo que cree capaz de conseguir y lo que cree que piensan los demás de él o ella (Uszynska-Jarmoc, 2008). Por su parte, la autoimagen de los niños, es un constructo que parte del autoconcepto, y se entiende como la forma en la que el niño se concibe en el presente y en el futuro formando aspiraciones y expectativas de sí mismo. La autoimagen se compone por varios aspectos, uno de ellos es el aspecto físico, es decir, la forma en cómo perciben su imagen corporal los niños, siendo esta la manera en que se identifican así mismos en términos de su musculatura, adiposidad, estatura, forma, peso y otras características físicas medibles y cuantificables. En la actualidad, existe una gran preocupación con respecto a los altos niveles de insatisfacción corporal en los niños y niñas que se encuentran en la niñez intermedia, esta ocurre cuando el infante interioriza un cuerpo ideal, determinado y comparado

socioculturalmente, lo que puede causar efectos negativos en el desarrollo de los niños, mismos que pueden prevalecer en la adolescencia e incluso en la edad adulta. La insatisfacción corporal, que deviene del aspecto físico de la autoimagen, y el nivel de autoconcepto se encuentran íntimamente relacionados, pues la insatisfacción corporal puede causar un bajo nivel de autoconcepto y por el contrario, un bajo nivel de autoconcepto puede propiciar que los niños se sientan insatisfechos con su cuerpo. Los factores que podrían ser los más relevantes e influyentes en la insatisfacción corporal, son la exposición a ciertos estereotipos que se convierten en exigencias para los niños, los malos hábitos en la alimentación de los mexicanos y el estilo de vida moderno basado principalmente en el sedentarismo. Por lo anterior y haciendo énfasis en la creciente ola de estereotipos socioculturales a los que se enfrentan los niños, es pertinente indagar sobre la influencia de estos en la construcción y percepción de la imagen corporal y la relación que se tiene con el nivel de autoconcepto de los niños que cursan el quinto y sexto año de primaria, con edades comprendidas entre 10 y 11 años y que pertenecen a la Escuela Primaria General Emiliano Zapata. Se utilizaron como instrumentos para la investigación, la Escala de Autoconcepto (Para alumnos de 7 - 12 años) - Piers- Harris (1969), la Escala de Evaluación de la Imagen Corporal - Gardner (1999) y por último, un cuestionario para determinar los estereotipos que intervienen en la construcción de una imagen corporal en niños. Los resultados obtenidos a partir del estudio, indican que en general, la muestra

*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM
PsicoEducativa: reflexiones y propuestas. Vol. 2, Núm. 3, 60-66, 2016 | IZTACALA-UNAM

presenta un nivel medio de autoconcepto, es decir, que éstos están formando sus valores y componentes con relación al autoconcepto de una forma adecuada. Respecto a su imagen corporal, la mayor parte de los niños la percibe como delgada, y la mitad del número de niñas perciben su imagen como normal. Por último, se evidenció que los medios de comunicación son un factor influyente en la configuración de un ideal de la imagen corporal, específicamente, como un “proveedor” de un cuerpo ideal, más no como factor principal, pues se encontró, que son los padres los que sugieren y permean determinado criterio en el cuerpo de los niños. A partir de estos resultados, se generó una propuesta de intervención integral en la que no sólo se trabaje con los niños, sino también con los padres, esto con el fin de prevenir insatisfacción corporal y bajos niveles en su autoconcepto, o bien, potencializar la satisfacción en la imagen corporal y los altos niveles en el autoconcepto, utilizando como medio la institución escolar a la que pertenecen.

Propósito

El propósito del presente artículo es el estudio de la influencia de los estereotipos socioculturales en la construcción y percepción de la imagen corporal, en conjunto, con la medición del nivel de autoconcepto global, determinando si existe una relación entre la imagen corporal y el autoconcepto de los niños que cursan el quinto y sexto año de primaria, con edades comprendidas entre los 10 y 11 años. Y a partir de los resultados obtenidos en la investigación, desarrollar una propuesta de intervención centrada en la formación adecuada, corrección o potencialización de la imagen corporal y el nivel de autoconcepto de los niños, con el fin de que ésta construcción sea adecuada y mejore su desarrollo actual y futuro de los niños.

Presentación de la problemática

La infancia intermedia es una época importante para el desarrollo del autoconcepto dado que se empieza 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. Por lo tanto, la construcción del autoconcepto y la autoimagen son cruciales, pues en conjunto con la autoestima y la identidad forman la personalidad del niño. Estas construcciones, entre los 6 y los 11 años, suelen ser sólidas y aumenta la probabilidad de que perduren hasta la edad adulta y favorezcan su desarrollo, si existe una construcción adecuada de ellas. Gálvez, A., Rodríguez, P., Rosa, A., García, E., Pérez, J., Tarraga, L. & Tarraga, P. (2015) mencionan que el autoconcepto y la autoimagen se consideran indicadores de funcionamiento multidimensional: físico, cognitivo, comportamental, afectivo y social. Así, un autoconcepto y una autoimagen positivos estarán en la base del buen funcionamiento personal y social dependiendo de él, en buena medida, la satisfacción personal, por lo que ambas construcciones deben favorecer el desarrollo de los niños, y para esto es necesario la intervención de factores que generen altos niveles de autoconcepto, autoimagen y por ende, de satisfacción corporal.

Presentación del problema específico

Hoy en día existen altos índices de insatisfacción corporal en edades cada vez más tempranas, lo cual puede ser causa o consecuencia de inadecuadas construcciones del autoconcepto y

autoimagen del niño, ocasionando efectos negativos en su desarrollo. Por ejemplo, bajos niveles en los constructos mencionados (autoconcepto, autoimagen, autoestima e identidad) y/o la aparición de trastornos alimenticios y psicológicos, los cuales pueden prevalecer durante largos periodos. La imagen corporal se ha visto afectada por diversos factores, Davison, Markey, & Birch (2000 citado en Ricciardelli, et. al 2003) han encontrado que algunos de los factores socioculturales relevantes para entender las preocupaciones de la imagen corporal en los niños son: la familia, los compañeros y los medios de comunicación.

2. MARCO CONCEPTUAL

Perspectiva

En los niños el autoconcepto se va conformando gradualmente desde la infancia temprana a partir de las observaciones y experiencias del individuo en el mundo físico y social, es decir, a través de las relaciones con los padres y madres o con las personas más cercanas del infante y posteriormente con el grupo familiar y social. Asimismo, se va modificando y adaptando a las nuevas experiencias, tanto internas como externas, de acuerdo a la percepción real que tenga el individuo de sí mismo y a lo esperado o puesto en valor por el entorno más significativo (lo ideal). Burns (1990 citado en Morelato, Maddio, Valdez 2011) concibe al autoconcepto como un conjunto organizado de actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo en las que se distinguen tres componentes: a) un componente cognoscitivo: la autoimagen b) un componente afectivo y evaluativo: la autoestima y, c) un componente comportamental o tendencia conductual: la motivación. Con respecto a la autoimagen éste es un constructo social derivado del autoconcepto, y ha sido definida como la representación que la persona hace de sí mismo, a partir de las experiencias vividas y los juicios de valor realizados por los demás. Está compuesta por múltiples aspectos, uno de ellos es el aspecto físico, como se ha mencionado, hace referencia a la manera en cómo percibe el individuo su imagen corporal, identificado aspectos de sí mismos como la estatura, peso y otras características físicas.

La edad intermedia resulta ser un periodo vulnerable, ya que los primeros años son determinantes en la valoración que toma el concepto de sí mismo, y su génesis es producto de las interacciones que se llevan a cabo en los contextos sociales en que se desarrolla el niño, por lo que la adopción de ideas o estereotipos, construidos socioculturalmente, puede ocasionar insatisfacción y una distorsión de su imagen corporal y así, afectar su desarrollo en ámbitos cognitivos, emocionales, físicos, etc. Ejemplo de ello, es que actualmente los niños hacen grandes esfuerzos por tener el aspecto físico propuesto por los medios de comunicación o la sociedad en general, preocupándose, incluso, de manera excesiva por su imagen corporal. Lo cual, se ve reflejado en las investigaciones de los últimos años que han señalado la relación significativa entre la imagen corporal negativa y la probabilidad de desarrollar trastornos alimenticios (Attie y Brooks-Gunn, 1989 citados en Santrock, 2004). Estas afectaciones en la niñez intermedia, posteriormente pueden reflejarse en anomalías de tipo psicosocial tales como bajo autoconcepto físico, baja autoestima, insatisfacción corporal, depresión, ansiedad, déficit de atención, hiperactividad, etc. Respecto a esta problemática, diversas investigaciones han demostrado que la insatisfacción con la imagen corporal y el bajo autoconcepto físico se encuentran relacionados y han

aumentado considerablemente, llegando a convertirse, en un problema de salud pública.

Causas del problema

Con respecto a la problemática que dio lugar al presente trabajo, se hipotetiza que los criterios de una imagen corporal adecuada o idealizada es propuesta/sugerida principalmente por los padres, ya que con ellos existe una mayor interacción. Como se ha mencionado la construcción de la imagen corporal deviene en gran parte de los juicios de valor realizados por los demás, en este caso, por el padre, la madre, por las personas más cercanas al infante e incluso por medios de comunicación. Sin embargo, se podría inferir arriesgadamente, que las sugerencias por parte de los padres tienen como objetivo, que los infantes tengan una buena salud física y no con el fin de promover un estereotipo estético e ideal, como aquel o aquellos que suelen proponer los medios de comunicación (televisión, redes sociales, revistas, etc.) u otras personas. Por otra parte, si los niños pertenecientes a la muestra cuentan con un nivel alto o medio de autoconcepto global, es decir, que tienen un reconocimiento adecuado de sí mismos, y una idea apropiada de cómo es que son concebidos por los demás, estos resultados, podrán relacionarse con la no distorsión y satisfacción corporal y si por el contrario, se encontrara un nivel bajo de autoconcepto, este estaría relacionado con una insatisfacción y distorsión corporal. Concordando con los autores Gálvez, A., Rodríguez, P., Rosa, A., García, E., Pérez, J., Tarraga, L. & Tarraga, P. (2015), quienes mencionan que un indicador de un funcionamiento saludable de factores tales como el físico, cognitivo y comportamental, afectivo y social, es el autoconcepto, por lo que es en gran parte, la base de la satisfacción personal, involucrando así, la satisfacción corporal. Ya que estas construcciones suelen ser sólidas en estas edades, se podría suponer que los participantes de la muestra, probablemente mantengan o continúen desarrollando una imagen corporal y un autoconcepto apropiado, sin dejar de lado la ayuda que se les puede brindar a través de programas integrales.

3. PLANTEAMIENTO

Método

Se utilizó la *escala de autoconcepto de Piers-Harris para niños (de 7 a 12 años)*, la cual permite evaluar el autoconcepto en niños, para determinar si se presenta una visión estable acerca de la percepción que tienen estos sobre sí mismos, visión que se desarrolla y estabiliza durante la infancia. Este instrumento, presenta una lista de 80 frases con respuestas dicotómicas (Sí-No) en las que se pidió al alumno/a que eligiera una respuesta y la tachara según sus experiencias y opiniones. Las frases abarcan seis factores o subescalas: comportamiento, estatus intelectual y escolar, ansiedad, popularidad, aspecto corporal y cualidades físicas, felicidad y satisfacción.

El siguiente instrumento que se utilizó en la investigación para medir la percepción que tienen las niñas y niños de su cuerpo y el cuerpo ideal (autoimagen física), y a partir de esto, medir el índice de distorsión e insatisfacción de la imagen corporal, fue la *Escala de evaluación de la imagen corporal de Dohnt y Tiggemann (2005)*, sin embargo, esta escala sólo es para la evaluación de niñas, por lo que se hizo una adaptación para que se pudiera también evaluar a los niños. El instrumento consta de 9 siluetas, con 2 preguntas: ¿Qué niña/niño se parece más a ti? y

¿Qué niña/niño te gusta más? Para el análisis, se decidió dividir las 9 siluetas en 3 delgadas, 3 normales y 3 con sobrepeso; se tomó en cuenta la figura percibida y la figura ideal y el porqué de la elección de estas. Además, se hizo una interpretación de cada niño/a con su imagen corporal real, observada por los aplicadores, en donde la diferencia entre la imagen corporal percibida y la deseada se considera el índice de insatisfacción de la imagen corporal, y la diferencia entre la imagen percibida por los aplicadores y la imagen percibida por los niños se considera el índice de distorsión. La silueta central obtiene el valor 0, mientras que las siluetas situadas a su izquierda tienen puntuaciones negativas (de -1 a -4) y las situadas a su derecha obtiene puntuaciones positivas (de 1 a 4).

Por último y para fines específicos de la investigación se elaboró un *cuestionario sobre la evaluación de estereotipos*, el cual consta de 20 preguntas, 14 son con opción de respuesta dicotómica (Sí - No), y seis con diferentes opciones de respuesta. Las opciones de respuesta de los seis reactivos anteriormente mencionados son las siguientes: El primero de ellos, el cual que va referido hacia el conocimiento del medio de comunicación de preferencia del evaluado tiene como opción de respuesta: Redes Sociales, Televisión, Revistas y/o Periódicos. Los dos siguientes reactivos se enfocan en determinar cuáles son los factores influyentes en la ingesta alimentaria y su percepción corporal por lo que las opciones de respuesta son las siguientes: Amigos, Padres y Medios de comunicación. Y finalmente los dos reactivos restantes buscan conocer quienes han realizado comentarios positivos y negativos sobre el cuerpo de los niños, dando como opciones de respuesta: Papá, Mamá, Hermanos y Amigos. Este cuestionario permitió identificar qué factor (padres, amigos o medios de comunicación) influye más en la permeación de estereotipos sobre la percepción corporal que forman los niños, su opinión/actitud sobre los modelos televisivos y la presencia o ausencia por la preocupación/ansiedad generada por los estereotipos presentes en el contexto de los niños.

Obtención de datos

Escala de autoconcepto de Piers-Harris para niños:

Fase 1. Contacto institucional y selección de la muestra. En las que se presentó a los participantes la prueba, objetivos, y demás detalles del ejercicio realizado, creando un ambiente de confianza y garantizando la confidencialidad.

Fase 2. Aplicación de la prueba. Los participantes llevaron a cabo la prueba sin un límite de tiempo y de manera individual trazando una "X" sobre las palabras «sí» o «no», según se sintieran identificados o no con la descripción de cada frase.

Fase 3. Recolección y análisis de información. Se interpretaron los resultados del nivel de autoconcepto global de los niños y las niñas, a través de la plantilla de corrección del instrumento y se contrastaron entre sí. Lo que contribuyó a la creación de una hipótesis.

Escala de evaluación de la imagen corporal de Dohnt y Tiggemann (2005):

Fase 1. Se presentó la escala de evaluación de la imagen corporal, proporcionando las instrucciones necesarias para su realización.

Fase 2. Los experimentadores, realizaron la observación de la imagen corporal de cada niño para la obtención de los índices de insatisfacción y distorsión. los niños realizaron la selección y explicación de las siluetas.

Fase 3. Se analizaron los resultados de cada niño y a partir de ahí se hizo la evaluación pertinente para cubrir los objetivos del instrumento.

Cuestionario de Evaluación de estereotipos:

Fase 1.- Se presentó a los participantes la prueba, se mencionaron los objetivos, instrucciones y demás detalles del ejercicio a realizar, además se garantizó el manejo adecuado y la confidencialidad de los datos.

Fase 2.- Aplicación de la prueba. Los participantes llevaron a cabo la prueba sin un límite de tiempo y de manera individual, se les pidió que trazaran una “X” o subrayaran la respuesta que mejor correspondiera a sus experiencias.

Fase 3. Recolección y análisis de información. Se interpretaron los resultados a partir de la cuantificación del inciso elegido con mayor frecuencia en cada reactivo, es decir, se tomaron como resultados representativos a aquellas opciones de respuesta que fueron mayormente indicadas por los evaluados y a partir de esto, se eligieron los reactivos más significativos para demostrar la influencia de los estereotipos.

Resultados

1. EVALUACIÓN DEL AUTOCONCEPTO GENERAL, A TRAVÉS DE LA ESCALA DE AUTOCONCEPTO DE PIERHARRIS PARA NIÑOS (DE 7 A 12 AÑOS).



FIGURA 1. Distribución porcentual del autoconcepto

2. EVALUACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL DE LOS NIÑOS, A TRAVÉS DE LA ESCALA DE EVALUACIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL DE DOHNT Y TIGGERMANN.

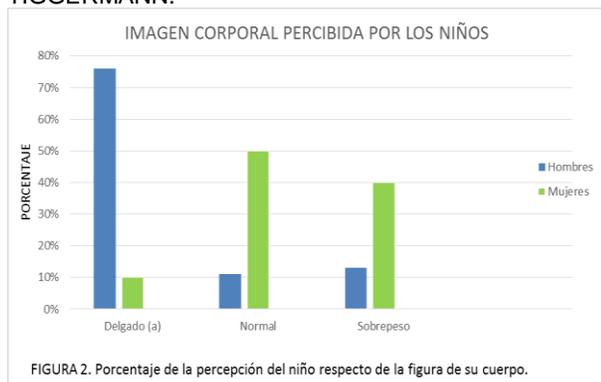


FIGURA 2. Porcentaje de la percepción del niño respecto de la figura de su cuerpo.

3. EVALUACIÓN DE LA INFLUENCIA DE ESTEREOTIPOS EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN LOS NIÑOS



FIGURA 4. Índice de la insatisfacción y distorsión en la imagen corporal de los niños.

3.1 EVALUACIÓN DE LA INFLUENCIA DE LOS FACTORES EN LA IMAGEN CORPORAL

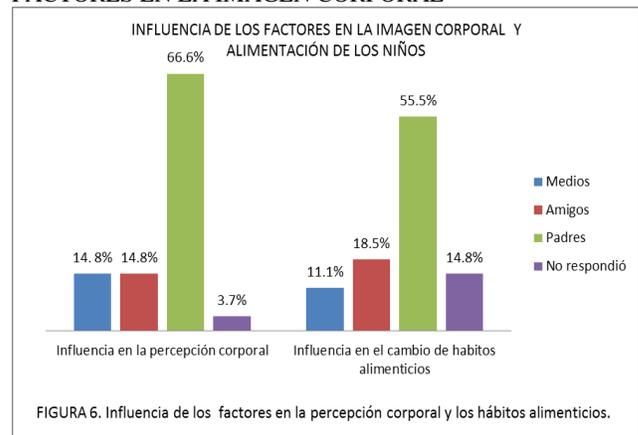


FIGURA 6. Influencia de los factores en la percepción corporal y los hábitos alimenticios.

3.2 SENTIMIENTOS GENERADOS POR LOS ESTEREOTIPOS

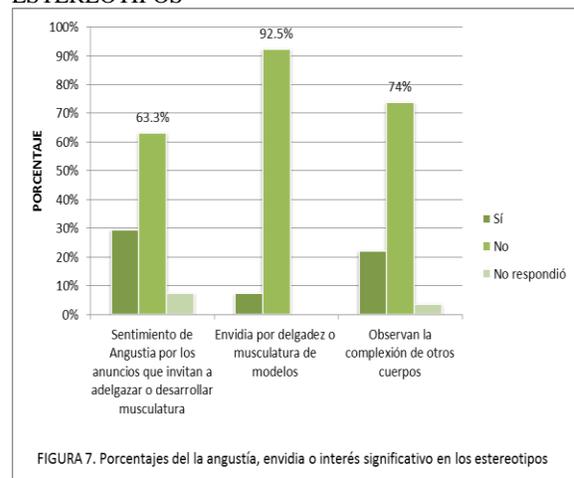
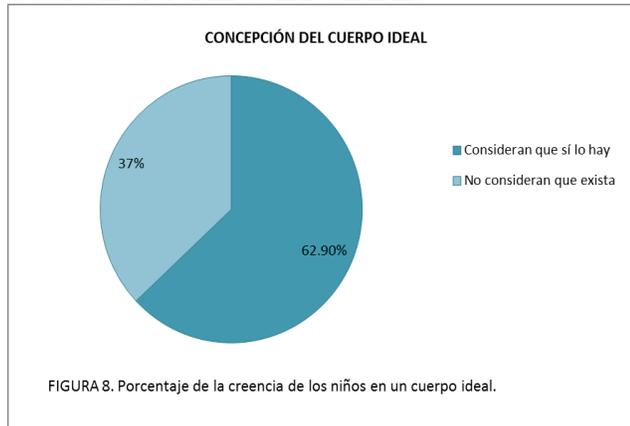


FIGURA 7. Porcentajes de la angustia, envidia o interés significativo en los estereotipos

4. CONCEPCIÓN DEL CUERPO IDEAL.



A partir de los resultados y la evaluación de la Escala de Autoconcepto de Piers- Harris se puede observar que, poco más de la mitad de la muestra se encuentra catalogada en un rango medio de autoconcepto, por lo que se puede deducir que la muestra no presenta un nivel bajo y significativo de autoconcepto, pues tan sólo un 15% de los participantes fue colocado en ese rango. Lo anterior, podría ser un primer indicador de la no presencia de insatisfacción corporal, ya que la autoimagen o autoconcepto físico, es uno de los componentes principales en la formación del autoconcepto global. Es a raíz de esta reflexión, que se puede hacer deducciones y relaciones de resultados con los dos instrumentos restantes. Comenzando por el instrumento de estereotipos en el que se encontró una tendencia en los niños por no sentirse angustiados al comparar sus cuerpos con los modelos propuestos por los medios, no envidiar los cuerpos de los modelos, ni hacer observaciones o juicios de otros cuerpos partiendo de su complexión, esto permite creer que se debe a que la mayoría de los participantes se encuentran dentro de la norma adecuada de autoconcepto y por lo tanto la imagen de sí mismo no se ve repercutida por las sugerencias/exigencias sociales. Aunado a esto, es conveniente mencionar que otro de los factores que posiblemente esté relacionado con los niveles de autoconcepto de la muestra es la distorsión e insatisfacción de imagen corporal.

Imagen corporal.

Los resultados obtenidos referentes al concepto de imagen corporal, fue dividido en a) figura corporal percibida, que se refiere a cómo el niño se identifica físicamente y sus características físicas, y b) la figura corporal preferida o ideal, es decir, el cuerpo que ellos desearían tener y con el cual se sentirían satisfechos.

Figura Corporal Percibida.

Con base en los resultados obtenidos, se encontró que la mitad de las niñas (50%) percibe su cuerpo con una complexión normal, esto debido a que mencionaron no sentirse con complexión robusta o delgada. En cuanto a los niños, sólo el 11% se catalogó en una complexión normal. Un 10% de las niñas manifestó percibir su complexión delgada, en cambio el 76% de los niños refirieron distinguirse como delgados y en su mayoría expresaron sentirse bien con ello. El 40% restante de las niñas dijo tener un cuerpo con sobrepeso, esto debido a que consideran no poseer un peso "adecuado", en tanto los niños sólo un 13% estimo sentirse con sobrepeso. Si bien es a partir de esto, que se puede observar que los niños y las niñas sí tienen un

interés y toman en cuenta su aspecto físico, lo cual podría ser un factor que los haga sentir insatisfechos con su cuerpo.

Figura Corporal Preferida o Ideal.

Con respecto al cuerpo ideal, el 90% de las niñas mostró una preferencia a un cuerpo de complexión normal, esto es, una figura que no se coloca en los extremos de la escala (complexión muy delgada - complexión muy robusta). En cuanto a los niños, sólo el 24% manifestó una predilección por la complexión normal. Por otra parte, sólo un 10% de las niñas dijo preferir un cuerpo delgado, mientras que en el caso de los niños el 76% se inclinó por ello. A través de ésta prueba, se pudo conocer el porqué de la elección del cuerpo ideal. Si bien, la mayoría de las niñas (70%) expresó atención y preocupación por su figura, con respecto a ello, el 58% de los niños manifestó lo mismo. El 30% de las niñas mostró preferencia a mantener un cuerpo de complexión normal o equilibrada, en contraste con los niños que sólo 10% estuvo de acuerdo con ello.

De acuerdo a esto, sólo el 10% de los niños se sentiría orgulloso de poseer un cuerpo del tipo deseado, en el caso de las niñas ninguna hizo referencia a esto. Por último, un 22% de los niños consideran tener un parecido respecto a la figura corporal preferida o ideal. Considerando lo mencionado, es que se puede dar cuenta del interés y preocupación de las niñas por mantener una buena figura y un cuerpo equilibrado, mientras que algunos niños también expresaron un deseo por un cuerpo equilibrado más no en su mayoría, así mismo mostraron un interés por poseer un cuerpo que consideren ideal y el cual mencionaron lograría hacerlos sentir orgullosos o satisfechos.

Insatisfacción corporal y distorsión de la imagen corporal.

Por último, al medir la insatisfacción corporal y el índice de distorsión de la imagen corporal, tanto niñas como niños mostraron un índice de insatisfacción de -1, puntuación negativa, que refiere a que presentan una insatisfacción sobre su cuerpo, puesto que optaron por elegir siluetas de una mayor complexión corporal a la que en realidad poseen. En cuanto al índice de distorsión corporal, en las niñas se pudo notar un índice mayor de distorsión pues se obtuvo hasta una puntuación de -2, mientras que en los niños la puntuación fue de -1 en su mayoría. De modo que, se puede inferir que a partir de la concepción de un cuerpo ideal los niños y las niñas muestran no sentirse agusto con sus cuerpos, pues optan por una silueta más delgada de la que actualmente presentan y al elegir un cuerpo que aspiran ser, lo cual refieren, los hace sentirse insatisfechos e inseguros con su cuerpo.

Estereotipos.

A partir de los datos obtenidos del cuestionario de evaluación de estereotipos, se encontró que el medio de comunicación preferido por los infantes pertenecientes a la muestra es la televisión, aunque si bien, es importante señalar que no hay una gran diferencia porcentual con respecto a la preferencia de las redes sociales ya que, cada vez más los niños tienen acceso a este tipo de medio de comunicación. Y que al igual que la televisión éstas presentan sugerencias físicas (prototipos de imagen corporal) que promueven la delgadez en el caso de las mujeres y la musculatura en el de los hombres. Por lo tanto, para conocer la influencia del factor de los medios comunicativos se realizaron preguntas acerca de la sugerencia de un estereotipo que corresponde a un cuerpo delgado. Al evaluar los factores que intervienen en la percepción corporal y los cambios de hábitos alimenticios de los niños, se observó que los agentes potenciales que los influncian son los padres, es a partir

de esto que se puede arriesgar a inferir que, estas sugerencias hacia su imagen corporal y los cambios de hábitos alimenticios por parte de los padres, tienen como objetivo promover y mantener una salud adecuada y no a imponer estándares de belleza mediados por un estereotipo de belleza corporal. Ahora bien, aunque su concepción corporal parece no estar permeada totalmente por estereotipos totalmente definidos, la mayoría de los niños considera que sí existe un cuerpo ideal. Aunque los medios de información bombardeen a los niños con publicidad y sugerencias de cuerpos estilizados, la mayoría de ellos declararon no sentirse angustiados al comparar sus cuerpos con los modelos propuestos por los medios, no envidiar los cuerpos de los modelos ni hacer observaciones o juicios de otros cuerpos partiendo de su complejión. Si bien, esto podría hacer referencia y relacionarse con los niveles de autoconcepto de la muestra pues, cuando una persona tiene un autoconcepto adecuado puede aceptar sus características tanto positivas y negativas, por lo que como indican las gráficas correspondientes los participantes no se ven permeados significativamente por los estándares de un estereotipo físico.

Solución del caso

El objetivo de la intervención es la formación adecuada, corrección o potencialización de la imagen corporal y el nivel de autoconcepto de los niños, con el fin de que ésta construcción sea apropiada y mejore su desarrollo actual y futuro de los niños. Esto a través de distintas estrategias, que hacen de ello un trabajo integral con las personas y medios más influyentes y cercanos a los niños y niñas, en este caso los padres y la institución educativa.

Padres: Se contempla invitar a los padres a asistir a pláticas informativas en las que podrán aprender y adquirir ciertas herramientas para:

*Potencializar el autoconcepto e imagen corporal de sus hijos.

*Cómo promover adecuadamente en los infantes el cuidado su cuerpo, de manera que ésta sea una proposición dirigida a la salud física/corporal y no al cumplimiento de estándares corporales estéticos.

Con el fin de llevarlos a la práctica en un taller o conferencias presentadas a los grupos de sus hijos y a otros más que pertenezcan a la niñez intermedia. Facilitando que estos se generalicen a la vida diaria de sus hijos, tanto dentro como fuera de la institución. Cabe mencionar, que para que estas pláticas se lleven a cabo, se debe preparar al personal de la institución que estará a cargo de estas pláticas.

Niños: Debido a que los resultados muestran que los niños tienen un nivel medio de autoconcepto y que la mayor parte no presenta distorsión ni insatisfacción de su imagen corporal, se pretende potencializar estos constructos a partir de:

*Realización de actividades didácticas en las que se buscará que los niños sepan evaluar correctamente los aspectos positivos y negativos sobre: apariencia física, capacidad intelectual, forma de ser, rendimiento escolar pensamientos y actitudes en relación a sí mismo y en relación a los demás.

Se les transmitirá la idea de que cada uno de ellos es diferentes de los demás. Es decir, cada uno con diferentes características, pero que esas diferencias no necesariamente tienen que ser malas. Esto con el objetivo de que ellos puedan dar cuenta de que cada uno de ellos es diferente y aprender potenciar y valorar los aspectos positivos que el niño tiene, aumentando de esta forma, su autoestima.

*Pláticas Informativas en las que se promueva una postura crítica frente a los estereotipos estéticos que promueven un cuerpo ideal. Además de la fomentar la alimentación saludable.

Institución Escolar: Debido a que es un contexto en el cual el niño interactúa socialmente y a partir de este también construye su autoimagen y autoconcepto, se pretende que en ésta se promueva:

*La realización de actividad física al menos tres veces por semana.

*Hábitos de alimentación saludables. Proporcionando comida con un contenido nutricional adecuado, esto referida a la venta de alimentos en la cooperativa escolar y el comedor de la institución.

Si bien, estas dos propuestas parten del supuesto de que factores relacionados con la insatisfacción corporal, es la exposición a ciertos estereotipos que se convierten en exigencias para los niños como los malos hábitos en la alimentación y el estilo de vida relacionado con la reducción de la autoestima, basado principalmente en el sedentarismo, los modelos estéticos y la opinión de los demás sobre ellos.

Aportaciones

En el presente trabajo no sólo se reporta la problemática sino también se genera una propuesta de intervención integral, la cual pretende trabajar en conjunto con padres, hijos e institución, y escolar no sólo con los infantes.

Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación, muestran que los individuos pertenecientes a la muestra no presentaron distorsión corporal y sus niveles de autoestima se encuentran en un nivel adecuado, es entonces que se puede inferir que los niños con una autoestima adecuada tienden a reconocer su cuerpo de manera positiva. Además, los datos expresados y obtenidos a partir de los instrumentos aplicados en la muestra, permitieron identificar que los medios de comunicación sí son un factor que influye en la conformación de un ideal de la imagen corporal ya que fue referido como el principal configurador de la idealización de un cuerpo delgado, es decir de un cuerpo ideal, más no es el factor principal, pues con base a la información recabada son los padres los que sugieren y permean un criterio de cuerpo delgado en los niños, lo cual se ve reflejada en la construcción de una concepción corporal personal del niño. Por lo que esta investigación apuesta por inferir que la influencia por parte de los padres es derivada por el interés de que los niños tengan una salud física adecuada y no una imagen corporal estética.

Es así que a partir de una investigación teórica y de la introducción al estudio de campo que fue generada, la propuesta de intervención se considera que es una buena forma de prevenir, detectar y combatir la construcción de una imagen corporal inadecuada, lo cual con el tiempo genera problemas en la autoestima provocando trastornos alimenticios.

En cuanto a la propuesta de intervención es necesario mencionar que ésta está diseñada con el fin de que pueda ser dirigida tanto como para los niños como para los padres, puesto que uno de los objetivos es no dejar de lado alguno de los factores implicados en una inadecuada construcción de la concepción corporal. Lo cual resulta en una intervención más completa y así que no se descuiden factores que son de vital importancia en este proceso. Considerando que los padres son el eje central de la

construcción corporal del infante estos deben ser quienes intervengan en su sana configuración. Es entonces que suponemos que si se cambia la manera de en qué se concibe el fin u objetivo de tener un cuerpo delgado, es decir, no la búsqueda de cumplir con cánones estéticos, sino obtención de un cuerpo saludable, será más fácil poder contribuir con esta problemática. Por último, es importante mencionar que los datos obtenidos en la investigación, sugieren que otro factor que influye en la obtención de estos, es el Programa Escuelas de Tiempo Completo, implementado en la Escuela Primaria General Emiliano Zapata, y el cual hace énfasis en recomendaciones y acciones para una alimentación saludable, ya que la muestra no presenta índices de sobrepeso y favorece a la construcción de su autoconcepto e imagen corporal. Cabe mencionar que los datos recolectados pueden ser insuficientes para generalizar estos resultados.

CONCLUSIÓN

Concluyendo con lo antes mencionado y con los resultados obtenidos en el estudio de campo, se observa que estos no difieren significativamente de la teoría revisada, si bien es a partir de ésta que se corroboran los aspectos relacionados con los constructos implicados en esta investigación. El autoconcepto y la autoimagen funcionan como factores determinantes del desarrollo en los niños, y estos se encuentran estrechamente relacionados con la construcción y percepción de la imagen corporal, lo que a su vez va a determinar la satisfacción o insatisfacción que se tenga con ella. Al plantear la intervención, se pretende prevenir que exista una insatisfacción de la imagen corporal y un bajo nivel de autoconcepto, sin embargo, como los resultados no sugieren precisamente una intervención basada en la prevención, se hará énfasis en la potencialización de estos constructos pretendiendo que se pueda generalizar a otras poblaciones, es decir, ser tomada como una intervención aplicable a diferentes edades que se encuentren dentro del rango de la niñez intermedia, puesto que no sólo se centra en prevenir, sino también pretende ser funcional cuando la problemática (insatisfacción corporal) se encuentre presente, ya que los contextos abordados en la intervención (familiar y social [institución escolar]) son esenciales para la configuración del autoconcepto y autoimagen y por lo tanto, para el desarrollo general del niño. Estas construcciones deben abordarse de manera integral, por lo cual la enseñanza de los padres a fomentar una autoimagen y un autoconcepto adecuado, se considera es una manera eficaz de poder contribuir a evitar y combatir una problemática que se ha llegado a considerar en la sociedad actual como una condición común. Además, se puede concluir, en cuanto a la institución, que el Programa Escuelas de Tiempo Completo, implementado en la Escuela Primaria General Emiliano Zapata, y el cual hace énfasis en recomendaciones y acciones para una alimentación saludable, contribuye a los resultados obtenidos, y se cree que es un factor que favorece estos constructos y la salud física de los niños. Sin embargo, los datos recolectados pueden ser insuficientes para generalizar estos resultados y estas conclusiones por lo que se sugiere la realización de otros estudios con el mismo objetivo o retomando otros constructos que también son importantes en esta edad y en la influencia de estereotipos respecto a la satisfacción o insatisfacción de la imagen corporal, por ejemplo, el autoestima y la identidad, teniendo en cuenta que también son parte esencial del autoconcepto. Por último, parece

pertinente promover la implementación de este programa o uno similar en otras escuelas, sin dejar a un lado, la promoción de la actividad física y el combate a actividades que promuevan el sedentarismo, que hoy en día está presente en cualquier edad, y posteriormente enfocarse en evaluar escuelas con este tipo de programas y valorar una muestra mayor o de igual forma, tener un grupo control para poder conocer el impacto de este tipo de programas.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cazalla N. & Molero, D. (2013). Revisión Teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 43 (5) , 43-64.
- Gálvez, A., Rodríguez, P., Rosa, A., García, E., Pérez, J., Tarraga, L. & Tarraga, P. (2015) Relación entre el estatus de peso corporal y el autoconcepto en escolares. *Nutrición Hospitalaria*, 31 (2), 730-736.
- Licciardelli, L., McCabe, M., Holt, K. & Finemore, J. (2003). Biopsychosocial model for understanding body image and body change strategies among children. *Applied Developmental Psychology*, 24 (1), 475-495.
- Morelato, G., Maddio, S. & Valdéz Medina, J. (2011). Autoconcepto en Niños de Edad Escolar: El papel del maltrato infantil. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 20 (2) 151-159.
- Mccabe, M., Ricciardelli, L., Salmon, J. (2006). Evaluation of a Prevention Program to Address Body Focus and Negative Affect among Children. *Journal of Health Psychology*, 11 (4), 589-598.
- Ricciardelli, L., McCabe, M., Holt, K. & Finemore, J. (2003). A biopsychosocial model for understanding body image and body change strategies among children. *Journal Of Applied Developmental Psychology*, 24 (2), 475-495.
- Pianda, J., Perez, J., Pumariega, S. & Garcia, M. (1997). Autoconcepto, Autoestima y aprendizaje escolar. *Phisicotema*, 9 (2), 271-289.
- Puhaj, S., Matejek, C. & Planinsec, J. (2013). Physical self-concept, anthropometry and body composition in preadolescents. *Annales Kinesiologiae*, 4 (2), 17-28.
- Santrock, J. (2004). Adolescencia. Psicología del desarrollo. España: McGraw Hill.
- Williams, N., Fournier, J., Coday, M., Richey, P., Tylavsky, F. & Hare, M. (2013). Body esteem, peer difficulties and perceptions of physical health in overweight and obese urban children aged 5 to 7 years. *Child: Care, Health And Development*, 39(6), 825-834.
- Uzysnska-Jarmoc, J. (2008). The Child's Conception of Selfknowledge and Self-esteem. *University of Joensuu, Savonlinna Department of Teacher Education*, 1-15.