



**Universidad de Concepción del Uruguay**

**Licenciatura en Nutrición**

**Centro Regional Santa Fe**

**“PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL Y ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN  
IMC, DE ESCOLARES ENTRE 10 Y 13 AÑOS  
DE LA ESCUELA PARTICULAR INCORPORADA N° 1144 SAN ROQUE  
DE LA CIUDAD DE SANTA FE, EN NOVIEMBRE DEL AÑO 2019”**

Firma Directora

Lic. Scalise Verónica

Firma Alumna

Melani Guerrero

**Santa Fe – Noviembre / 2019**

## RESUMEN

El objetivo de esta tesina fue establecer si existe relación entre el estado nutricional de los escolares según IMC y la percepción de la imagen corporal.

La etapa escolar es caracterizada por el almacenamiento de recursos para el segundo brote de crecimiento (adolescencia) y los índices de crecimiento varían de manera significativa. Debido a los cambios que experimenta el cuerpo de los niños durante la pubertad, pueden aparecer diversos problemas de autoestima. Esto, combinado con el deseo natural de ser aceptados, provoca que los escolares realicen constantemente comparaciones con los demás, siendo la imagen corporal el predictor más influyente en la autoestima.

Se realizó un estudio cualitativo, transversal y correlacional. Para llevar a cabo esta investigación se evaluaron 130 escolares de edades entre 10 a 13 años, pertenecientes a la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la ciudad de Santa Fe. El fin fue indagar acerca de la percepción de la imagen corporal de los niños a través de un Test de Siluetas y, valorar antropométricamente su peso y talla para conocer así su Índice de Masa Corporal. Una vez obtenidos estos datos, se realizó un análisis estadístico de los mismos utilizando el programa informático Who AnthroPlus, planillas de Microsoft Office Excel y diversas funciones estadísticas para establecer correlación entre las variables.

Como resultado de esta investigación, se pudo comprobar que el estado nutricional de los escolares no se relaciona con la percepción que tienen acerca de su imagen corporal. Se obtuvo que el 45,4% de los estudiantes presenta un peso poco saludable, siendo el bajo peso y la desnutrición lo más destacado (33,9%).

**Palabras claves:** Escolares – Percepción corporal – Estado Nutricional

## INDICE

INTRODUCCIÓN .....	- 1 -
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	- 3 -
FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	- 3 -
MARCO TEÓRICO .....	- 4 -
ETAPA ESCOLAR .....	- 4 -
VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL .....	- 6 -
CRECIMIENTO Y DESARROLLO EN EDAD ESCOLAR .....	- 7 -
REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES.....	- 8 -
<i>Requerimientos energéticos.....</i>	- 8 -
<i>Otros nutrientes.....</i>	- 9 -
<i>Hierro.....</i>	- 9 -
<i>Calcio.....</i>	- 10 -
<i>Zinc.....</i>	- 10 -
<i>Vitamina D.....</i>	- 11 -
HÁBITOS ALIMENTARIOS.....	- 11 -
IMAGEN CORPORAL .....	- 12 -
<i>Tiempo.....</i>	- 14 -
<i>Género.....</i>	- 15 -
<i>Familia.....</i>	- 16 -
<i>Pares.....</i>	- 16 -
<i>Factores socioculturales.....</i>	- 17 -
ANTECEDENTES.....	- 20 -
HIPÓTESIS.....	- 24 -
OBJETIVOS .....	- 24 -
OBJETIVO GENERAL .....	- 24 -
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	- 24 -
DISEÑO METODOLÓGICO .....	- 25 -
PLAN DE TRABAJO.....	- 26 -
MATERIALES Y MÉTODOS.....	- 28 -

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

ÁMBITO DE APLICACIÓN.....	- 28 -
UNIVERSO .....	- 28 -
POBLACIÓN .....	- 28 -
MUESTRA.....	- 29 -
UNIDAD DE ANÁLISIS.....	- 29 -
CRITERIOS DE INCLUSIÓN .....	- 29 -
CRITERIOS DE EXCLUSIÓN .....	- 30 -
IDENTIFICACIÓN, DEFINICIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES .....	- 30 -
DIAGRAMA DE GANTT.....	- 34 -
RECURSOS UTILIZADOS .....	- 35 -
RECURSO HUMANO .....	- 35 -
RECURSOS MATERIALES .....	- 35 -
RECURSOS FÍSICOS.....	- 35 -
CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	- 36 -
RESULTADOS.....	- 37 -
DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACIÓN EVALUADA.....	- 39 -
<i>Tabla I: “Distribución según sexo”.....</i>	- 39 -
<i>Gráfico I: “Distribución según sexo”.....</i>	- 39 -
ESTADO NUTRICIONAL .....	- 40 -
<i>Tabla II: “Estado Nutricional”.....</i>	- 40 -
<i>Gráfico II: “Estado Nutricional”.....</i>	- 41 -
PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL.....	- 42 -
<i>Tabla III: “Percepción de la imagen corporal “.....</i>	- 42 -
<i>Gráfico III: “Percepción de la imagen corporal “.....</i>	- 43 -
<i>Tabla IV: “Tipo de alteración de la imagen corporal “.....</i>	- 43 -
<i>Gráfico IV: “Tipo de alteración de la imagen corporal “.....</i>	- 44 -
PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL Y ESTADO NUTRICIONAL .....	- 45 -
<i>Tabla V: “Clasificación del Estado Nutricional en relación con la Percepción de la Imagen Corporal “.....</i>	- 45 -
<i>Gráfico V: “Clasificación del Estado Nutricional en relación con la Percepción de la Imagen Corporal “.....</i>	- 46 -
ANÁLISIS DE ASOCIACIÓN .....	- 47 -
<i>Tabla cruzada: “Estado Nutricional / Percepción de la imagen corporal “.....</i>	- 47 -

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

DISCUSIÓN.....	- 48 -
CONCLUSIÓN .....	- 51 -
RECOMENDACIONES.....	- 54 -
ANEXOS .....	- 56 -
ANEXO I.....	- 56 -
ANEXO II.....	- 58 -
ANEXO III.....	- 60 -
ANEXO IV.....	- 62 -
ANEXO V.....	- 63 -
BIBLIOGRAFÍA .....	- 64 -

## INTRODUCCIÓN

La etapa escolar se caracteriza por ser un período marcado por el aprendizaje social. Al ingresar al sistema escolar formal se produce la ruptura de la dependencia familiar, los niños y niñas amplían más su contacto con la sociedad, insertándose en el estudio, que a partir de ese momento se establece como actividad fundamental. (Almeida Lang, 2013).

Los escolares pasan en la escuela la mayor parte del día. En el establecimiento comienzan a formar grupos y participar en actividades deportivas y programas de tiempo libre. El trato y la relación tanto con sus pares como con los adultos (profesores, tutores o ídolos deportivos) influye considerablemente en sus actitudes y elecciones (Mahan y col., 2013).

Durante la etapa escolar, el crecimiento es lento y estable (Hidalgo y Güemes, 2011). Se evidencia y acentúa el dimorfismo sexual y las modificaciones en la composición corporal. Es una etapa caracterizada por el almacenamiento de recursos para el segundo brote de crecimiento y los índices de crecimiento varían de manera significativa (Casanueva y col., 2009).

Debido a los cambios que experimenta el cuerpo durante la pubertad, pueden aparecer diversos problemas de autoestima. Esto, combinado con el deseo natural de ser aceptados, provoca que los escolares realicen constantemente comparaciones con los demás, siendo la imagen corporal el predictor más influyente en la autoestima (López Sánchez, 2017).

La preocupación anómala por la imagen corporal no es exclusiva de nuestros días. Cada periodo de la historia cuenta con sus propios estándares de belleza y cada cultura desarrolla diferentes conceptos sobre la propia imagen, forma y decoración

del cuerpo. Como consecuencia de esto, la imagen corporal está influida por diferentes aspectos socioculturales, biológicos y ambientales.

En la actualidad existen ciertos estándares de belleza basados en modelos de delgadez, suponiendo la internalización de estos ideales un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones de la imagen corporal en los niños y niñas (Vaquero-Cristóbal y col., 2013).

La insatisfacción corporal y preocupación por el peso han sido vinculados con conductas inadecuadas para bajar de peso, tales como ayunos, dietas restrictivas y actividad física excesiva. Estas conductas, al ser realizadas por escolares, pueden traer como consecuencia para los mismos retraso en el crecimiento, pubertad tardía, fatiga, problemas gastrointestinales, deficiencias nutricionales, lesiones óseas y trastornos de conducta alimentaria en el futuro (Mancilla Medina y col., 2012).

Resulta fundamental establecer la relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares, a fin de brindarles herramientas para promover la aceptación corporal y/o promover maneras saludables de cuidado del cuerpo y así, prevenir patologías alimentarias a corto o largo plazo.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

¿Existe relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC en los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019?

## **FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

Durante la etapa escolar, los escolares transitan por cambios en el ambiente cotidiano, dejando fuera a las personas que forman parte de la familia y de su mundo hasta entonces.

En la pubertad aparecen numerosos problemas de autoestima e insatisfacción corporal derivados de los cambios corporales propios de la etapa. Esto, combinado con la gran influencia que tienen sus pares y el contexto sociocultural en el que impone un modelo de belleza específico hace que las exigencias personales en cuanto a la imagen corporal sean cada vez mayores, impulsándolos en muchos casos a llevar a cabo prácticas alimentarias inadecuadas.

Con este estudio se buscará establecer si existe una relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares, ya que en la actualidad no se cuenta con los suficientes estudios en los cuales se relacionen estas dos variables en dicha población.

Es por ello que resulta fundamental establecer la relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares, a fin de brindarles herramientas para promover la aceptación corporal y/o promover maneras



saludables de cuidado del cuerpo y así, prevenir patologías alimentarias a corto o largo plazo.

## **MARCO TEÓRICO**

### Etapa escolar

El periodo escolar comprende desde los 6 años hasta aproximadamente los 12 años de edad, con el comienzo de la pubertad. En el mismo, se produce una desaceleración en la velocidad de crecimiento en comparación con la etapa preescolar y por ello una disminución de las necesidades de nutrientes y del apetito (Hidalgo y Güemes, 2011).

La edad escolar se caracteriza por un incremento en el esqueleto óseo y tejido muscular, cambios metabólicos, actividad de los sistemas endócrinos, nerviosos y cardiovasculares. (Murawski, 2009).

En esta etapa, los escolares cambian el ambiente cotidiano, dejando fuera a las personas que forman parte de su familia y amplía su contacto con la sociedad, insertándose en el estudio, que a partir de ese momento se establece como actividad fundamental de la etapa. Se enfrenta a un ambiente nuevo, donde debe aprender de sus profesores y lograr la aceptación de un grupo. Es precisamente en la escuela donde aprenderá y adquirirá la mayoría de las herramientas que le ayudarán a desenvolverse en el mundo adulto (Almeida Lang, 2013).

Conforme aumenta la edad, las diferencias entre sexos en cuanto a composición corporal se tornan más evidentes. Los varones poseen más masa magra por centímetro de altura que las niñas. Estas últimas, en cambio, presentan un porcentaje superior de peso en forma de grasa que los niños, pero tales diferencias

en cuanto a masa corporal magra y grasa no son realmente significativas hasta el comienzo de la pubertad (Mahan y col., 2013).

La pubertad es el proceso del desarrollo físico durante el cual el niño y la niña se convierten en adultos, se desencadena por factores fisiológicos y comprende la maduración corporal. En las niñas, comienza entre los 8 y los 13 años con una duración de 4 años, mientras que en los niños se inicia más tarde, entre los 9 y los 14 años completándose en los 3 años y medio posteriores (Torres Guerrero y col., 2010).

Durante esta etapa, las niñas adquieren más grasa corporal que los niños, y en la adultez, tienen casi 22 a 26% de grasa corporal, en comparación con el 15 a 18% en los varones. Estos últimos aumentan el doble de tejido magro que las niñas en la pubertad (Luty, 2013).

El comienzo de la adolescencia es una de las etapas del desarrollo humano que plantea más retos, puesto que el crecimiento físico que se presenta, está acompañado de un desarrollo emocional e intelectual rápido. La capacidad de los adolescentes para el pensamiento abstracto, por contraposición a los patrones de pensamiento concreto de la infancia, les permite realizar tareas propias de este período, como el establecimiento de su imagen corporal (Torres Guerrero y col., 2010).

### Valoración del Estado nutricional

El estado nutricional es la condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutritivas individuales y la ingesta, absorción y utilización de los nutrientes contenidos en los alimentos (FAO, 2018)<sup>1</sup>. El mismo refleja en cada momento si la ingestión, absorción y utilización de los nutrientes son adecuadas a las necesidades del organismo. El inadecuado consumo de alimentos puede llevar consigo un estado de malnutrición por deficiencia o exceso. En el caso de las deficiencias puede conducir a enfermedades tales como: anemias y desnutrición y en el caso de los excesos a enfermedades como: obesidad, diabetes mellitus y enfermedades cardiovasculares (Montoya Resio, 2013).

La valoración del estado nutricional se basa en la interpretación de la información obtenida a partir del estudio de una serie de parámetros (medidas antropométricas, análisis de la dieta, parámetros bioquímicos y datos clínicos) (Torres Molina, 2011).

El peso y la talla son las mediciones más simples de obtener para evaluar el estado nutricional, teniendo en cuenta la edad y el sexo del individuo. Estas medidas, llamadas antropométricas son útiles y prácticas, y, a partir de las mismas, se pretende establecer algún criterio de normalidad, lo que implica transformar estas mediciones en un índice. (FAO, 2018; Torres Molina, 2011).

El peso mide la masa corporal total. Esta medida indica la situación actual y no permite discriminar si la misma es el resultado de situaciones presentes o pasadas.

La talla es la estatura corporal que mide el crecimiento lineal, fundamentalmente del tejido óseo (Girolami, 2014).

Las variables (edad, peso y talla) son utilizadas para compararlas entre sí y obtener los siguientes Índices: peso/edad, talla/edad, peso/talla e IMC (Índice de

---

<sup>1</sup> FAO: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

Masa Corporal)/edad. Con éstos, se obtiene la información de cada individuo y se compara con una gráfica estandarizada.

- **Peso/edad:** refleja la masa corporal alcanzada en relación con la edad cronológica. Es un índice compuesto influenciado por la estatura y por el peso relativo.
- **Talla/edad:** refleja el crecimiento lineal alcanzado en relación con la edad cronológica y su déficit se relacionan con alteraciones acumulativas de largo plazo en el estado de salud y nutrición.
- **Peso/talla:** refleja el peso relativo para una talla dada y define la proporcionalidad de la masa corporal. Un bajo peso/talla es indicador de desnutrición aguda. Un alto peso/talla es indicador de sobrepeso.
- **IMC/edad:** es el peso relativo al cuadrado de la talla ( $\text{peso}/\text{talla}^2$ ), el cual, en el caso de niños y adolescentes debe ser relacionado con la edad. Su interpretación es similar a la mencionada para peso/talla (Torresani y Somoza, 2011; Girolami, 2014).

### Crecimiento y desarrollo en edad escolar

Durante la etapa escolar, el crecimiento es lento y estable, con aumento de talla de 5- 6 cm al año; incremento de peso de 2 kg/año en los dos o tres primeros años y de 4-4,5 kg al acercarse a la pubertad (Hidalgo y Güemes, 2011).

En la medida en que aumenta la edad se observan diferencias por sexo en el incremento pondoestatural, ya que las niñas hacia los 11 años tienen el período de mayor velocidad de crecimiento, mientras que en los niños es hacia los 13 años.

En este periodo se acentúa el dimorfismo sexual y las modificaciones en la composición corporal son evidentes, se almacenan recursos para el segundo brote de crecimiento y los índices de crecimiento varían de manera significativa (Casanueva y col. 2009).

En las áreas grasa y muscular, las diferencias por sexo son notables. En los niños se produce un incremento significativo de masa magra con mayor masa esquelética y mayor masa celular. Las niñas, en cambio, presentan mayor depósito de grasa.

Al inicio de la pubertad, durante el periodo de preparación para el rápido crecimiento lineal, se suele producir una disminución de peso en los niños. En las niñas en la etapa de la menarca (momento de la primer menstruación) la talla se mantiene constante. La menarca temprana se asocia con un mayor peso corporal. (Torresani, 2010).

### Requerimientos nutricionales

La alimentación constituye el factor extrínseco más determinante en el crecimiento y desarrollo del individuo durante la infancia. En esta etapa, es esencial un equilibrado aporte nutricional para obtener un adecuado estado de salud, un óptimo crecimiento y desarrollo físico y psicosocial y, además, ayudar al establecimiento de hábitos alimentarios saludables que permitan prevenir determinados problemas de salud de la edad adulta (Hidalgo y Güemes, 2011).

### *Requerimientos energéticos*

Las necesidades energéticas de los/as niños/as sanos/as están determinadas por el metabolismo basal, la velocidad de crecimiento y el gasto energético debido a la

actividad. La energía de la dieta ha de ser suficiente para garantizar el crecimiento y para evitar que las proteínas sean utilizadas para la producción de energía, pero sin dar lugar a aumento excesivo de peso (Mahan y col., 2013).

Para obtener una mejor aproximación a los requerimientos individuales de energía, puede estimarse el gasto energético de reposo (GER), mediante ecuaciones recomendadas por la OMS para el sexo y el rango de edad correspondiente.

Las ecuaciones aplicables a población de 10 a 18 años son las siguientes:

Hombres: GER (Kcal/día) = (1,75 x peso en kg) + 651

Mujeres: GER (Kcal/día) = (12,2 x peso en kg) + 746

Para calcular el requerimiento energético diario se multiplica el resultado obtenido por el factor de actividad, que varía desde 1,3 para vida muy sedentaria, 1,5 para actividad liviana, 1,6 para actividad moderada y 1,8 a 2,0 para actividad intensa (Arroyo y col., 2010).

Las proporciones sugeridas para la ingesta energética son del 45 al 65% en forma de hidratos de carbono, del 25 al 35% en forma de grasas y del 10 al 30% en forma de proteínas (Mahan y col., 2013).

### *Otros nutrientes*

Las vitaminas y los minerales son necesarios para el normal crecimiento y desarrollo. Una ingesta insuficiente puede dar lugar a crecimiento deficiente y a enfermedades (Mahan y col., 2013).

### *Hierro*

El hierro es necesario para el crecimiento de la masa muscular, el sistema óseo y el volumen sanguíneo. Es el déficit más común y tiene un importante papel en la

síntesis y metabolización de neurotransmisores, en la función del sistema nervioso central y la inmunidad. Los síntomas del déficit pueden ser sutiles e inespecíficos, como cansancio, cefalea, mareos, palpitaciones o disminución del rendimiento escolar y alteración de la conducta.

El crecimiento más intenso en la talla de los niños durante el desarrollo puberal hace que, inicialmente, estos necesiten más hierro. En cuanto a las niñas, luego de la menarquia los requerimientos son ligeramente más elevados (Hidalgo y Güemes, 2011).

### *Calcio*

En los niños y niñas, el calcio es necesario para la mineralización y el mantenimiento adecuado de los huesos en crecimiento. Los requerimientos de calcio aumentan a 1300 mg/día para niños y niñas entre 9 y 18 años.

Las necesidades reales dependen de las tasas de absorción de cada individuo y de factores dietéticos como las cantidades de proteínas, vitamina D y fósforo (Mahan y col., 2013).

### *Zinc*

El zinc es esencial para el crecimiento. Es indispensable para el aumento de masa muscular, masa ósea y para la maduración sexual.

Su carencia da lugar a un crecimiento insuficiente, disminución del apetito y pérdida de agudeza en la percepción de sabores.

Es habitual que los niños y niñas en edad escolar presenten bajas ingestas, ya que las principales fuentes de zinc son las carnes y los mariscos (Hidalgo y Güemes, 2011; Mahan y col., 2013).

### *Vitamina D*

La vitamina D es necesaria para la absorción de calcio y su depósito en los huesos, así como para la prevención de trastornos autoinmunes, patologías cardiovasculares y enfermedades infecciosas.

Dado que este nutriente se forma a partir de la exposición a la luz solar, la cantidad necesaria en las fuentes alimentarias depende de factores tales como la localización geográfica y el tiempo que pasa el niño y la niña al aire libre (Mahan y col., 2013).

### Hábitos alimentarios

Los hábitos alimentarios son un conjunto de costumbres que condicionan la forma en la que los individuos o grupos seleccionan, preparan y consumen los alimentos influidos por la disponibilidad de estos, el nivel de educación alimentaria y el acceso a los mismos. Se adoptan de manera directa e indirecta como parte de prácticas socioculturales (Macías y col., 2012; FAO, 2018).

Los patrones de alimentación infantil han cambiado con el paso de los años. Aunque beben menos leche, una proporción superior de ella es descremada o semidescremada. La grasa total como porcentaje de la ingesta energética ha disminuido, aunque se mantiene por encima de los valores recomendados. Actualmente, una proporción mayor de la ingesta energética procede de los refrigerios ocasionales y el tamaño de las raciones ha aumentado (Mahan y col., 2013).

Por otro lado, se consumen más alimentos en entornos distintos del hogar, como la escuela (cafetería, máquinas, comedores con menús de baja calidad nutricional), restaurantes y comercios de comidas rápidas, áreas de recreo, deporte, cines y espectáculos. Los alimentos con baja densidad de nutrientes (refrescos, bollería y



postres lácteos, golosinas y aperitivos salados) a menudo desplazan a los alimentos más ricos en nutrientes (Hidalgo y Güemes, 2011).

Numerosos factores, unos evidentes y otros más sutiles, determinan la ingesta y los hábitos alimentarios de los/as niños/as. En este campo, los gustos, las aversiones y los hábitos se establecen en los primeros años y se mantienen en la edad adulta. Las principales influencias sobre la ingesta alimentaria en los primeros años de desarrollo son el entorno familiar, las tendencias sociales, los medios de comunicación y la presión de los iguales (Mahan y col., 2013).

### Imagen corporal

La imagen corporal es la imagen que forma nuestra mente de nuestro propio cuerpo, es decir, el modo que nuestro cuerpo se nos manifiesta. La misma está relacionada con sentimientos de autoconciencia, está socialmente determinada, no es fija ni estática, influye en el procesamiento de la información y la forma de percibir el mundo e influye en el comportamiento (Rodríguez-Camacho y Alvis-Gómez, 2015).

La imagen corporal está formada por diferentes componentes:

- Componente perceptual: es la percepción del cuerpo en su totalidad o bien, de algunas de sus partes.
- Componente cognitivo: son las valoraciones respecto al cuerpo o una parte de éste.
- Componente afectivo: son los sentimientos o actitudes respecto al cuerpo o a una parte de éste y sentimientos hacia el mismo.

- Componente conductual: Son las acciones o comportamientos que se dan a partir de la percepción (Vaquero-Cristóbal y col., 2013).

Por tanto, la imagen corporal no está necesariamente correlacionada con la apariencia física real, siendo claves las actitudes y valoraciones que el individuo hace de su propio cuerpo. Aquellas personas que, al evaluar sus dimensiones corporales, manifiestan juicios valorativos que no coinciden con las dimensiones reales presentan una alteración de la imagen corporal (Mirochnik, 2010).

Las alteraciones de la imagen corporal pueden concretarse en dos aspectos:

- Alteración cognitiva y afectiva: insatisfacción con el cuerpo, sentimientos negativos que nuestro cuerpo suscita.
- Alteraciones perceptivas que conducen a la alteración de la imagen corporal: inexactitud con el que se estima el cuerpo, su tamaño y su forma (Salaberria y col., 2008). Se caracteriza por la sobreestimación del cuerpo (percepción mayor a la dimensión real), o a la subestimación del mismo (percepción de un tamaño corporal inferior al que realmente se tiene) (Hernández Alcántara y col., 2009).

En los últimos años, numerosos estudios han sugerido la percepción de la imagen corporal como medida de la autoestima y del grado de satisfacción con la propia imagen (Montero y col., 2008).

En la pubertad aparecen numerosos problemas de autoestima e insatisfacción corporal derivados de la gran cantidad de cambios que experimenta el cuerpo en esa etapa. Esto, combinado con el deseo natural de ser aceptados, hace que los escolares realicen constantemente comparaciones con los demás, siendo la imagen corporal el predictor más influyente en la autoestima (López-Sánchez, 2017).

La insatisfacción corporal y preocupaciones por el peso han sido vinculados con conductas inadecuadas para bajar de peso, tales como ayunos, dietas restrictivas y actividad física excesiva. Estas conductas, al ser realizadas por niños, niñas y preadolescentes puede tener como consecuencia retraso en el crecimiento, pubertad tardía, fatiga, problemas gastrointestinales, deficiencias nutricionales, lesiones óseas y trastornos de conducta alimentaria en el futuro (Mancilla Medina y col., 2012).

### *Tiempo*

En las diversas culturas y periodos históricos, la corporalidad ha estado ligada irremisiblemente a lo social y a lo cultural. Desde el comienzo de la humanidad el ideal de belleza ha ido cambiando. Así, las primeras tallas artísticas como La Venus de Willendorf, con una antigüedad de 2500 años, representan la obesidad femenina como símbolo de salud y fertilidad. A lo largo del tiempo, estos cánones han variado significativamente y ahora se sobrevalora la delgadez en un entorno de gran presión mediática para mantener una situación de insuficiencia ponderal (Behar, 2010).

En la actualidad, la imagen corporal ha cobrado una gran importancia en todo el mundo y con más intensidad en las sociedades occidentales, en la que la identidad personal se basa cada vez más en el aspecto externo que, a su vez, tiene una íntima relación con el éxito social (González-Montero de Espinosa y col., 2010). La sociedad utiliza el cuerpo como un pasaporte al logro de un status social, y la figura esbelta se valoriza positivamente como sinónimo de éxito, poder, valía, atractivo e inteligencia. Al mismo tiempo, nuestra cultura homologa negativamente la gordura con enfermedad, fealdad, flojera, incapacidad e ineficiencia y discrimina a los sujetos con sobrepeso u obesos. De este modo, se construye una idea sobrevalorada

trascendental: ser delgado es sinónimo de triunfo, éxito personal, profesional y social, demuestra que se ejerce un control sobre sí mismo y sobre todo lo demás. Por el contrario, no estar delgado, engordar, perder el control del peso, significa fracaso, carecer de la capacidad de agradar, de alcanzar las metas propuestas y de triunfar.

La existencia de este ideal de belleza caracterizado por un modelo estético corporal, representado por un cuerpo delgado, establecido y compartido socialmente, supone una presión significativa para la población en general y, especialmente, para aquellos escolares que se encuentran en el comienzo de la pubertad, en donde los cambios psicológicos y físicos se vinculan con la imagen negativa del cuerpo, conductas alimentarias no saludables, dieta y la presencia de insatisfacción corporal (Behar, 2010; Mancilla Medina y col., 2012).

### *Género*

La preocupación por el aspecto corporal ha sido tradicionalmente propia del género femenino pero, desde hace pocos años, afecta también al masculino. Esta inquietud, comienza a expresarse cada vez en edades más tempranas y se relaciona erróneamente con una imagen saludable.

La disconformidad por la imagen corporal muestra distinta tendencia de género. Mientras la mayor parte de las chicas quisieran tener una silueta más estilizada, por lo general los varones desearían ser algo más robustos. Esto puede deberse a que, en contraposición al ideal estético de la delgadez, las mujeres durante la pubertad sufren una sucesión de cambios físicos como la acumulación de grasa y ensanchamiento de las caderas. Sin embargo, en los varones se produce el aumento de estatura y un mayor desarrollo muscular que va acompañado de una

serie de habilidades físicas, como la fuerza y la rapidez, que favorecen el reconocimiento social.(González-Montero de Espinosa y col., 2010).

Las diferencias entre géneros se aprecian cuando hay que elegir alimentos. Mientras que los varones prefieren productos de origen animal y lácteos, puesto que su objetivo es normalmente ganar músculo, las mujeres prefieren más verduras, frutas y menos cereales, ya que buscan bajar de peso (Vaquero-Cristóbal y col., 2013).

### *Familia*

Los padres pueden transmitir los modelos prevalecientes en nuestra cultura. No obstante, cuando se combina con conflictos familiares, emociones negativas expresadas, como la pobre comunicación o la falta de interacción parental y la identificación materna por la preocupación excesiva por el peso, la forma corporal y/o la ingesta alimentaria, influye significativamente de manera negativa en la percepción corporal, en la realización de dietas y en el comportamiento alimentario de los niños y niñas. Los hermanos y hermanas también juegan un papel importante, ya que perpetúan la importancia de las normas de apariencia ideal, si hacen comentarios negativos respecto al peso (Mariscal Rodríguez, 2013).

### *Pares*

Al crecer el/la niño/a, sus contactos sociales cobran una gran importancia. La influencia entre iguales aumenta con la edad e influye en sus actitudes y elecciones (Mahan y col., 2013).

La influencia de pares difiere entre hombres y mujeres. En el caso de las niñas, cuando se desarrollan en un entorno con jóvenes que poseen un ideal corporal

delgado pueden ser influidas negativamente en su comportamiento alimentario, así como en su percepción corporal. Por el deseo de pertenecer a un grupo tienden a la imitación y a la comparación con sus semejantes, consideran que estar delgadas va a aumentar su simpatía con los pares, especialmente con el género masculino (Mariscal Rodríguez, 2013).

En este sentido, la influencia del estereotipo de delgadez proviene principalmente de las personas cercanas, y es aún más aguda cuando proviene de personas o imágenes idealizadas o admiradas, como ciertos familiares y amigos (Ruíz Martínez y col., 2010).

### *Factores socioculturales*

Los factores socioculturales constituyen uno de los aspectos fundamentales en el desarrollo de los estereotipos corporales. Nuestra cultura, caracterizada por un avance vertiginoso de las comunicaciones y del consumo, parece favorecer el bombardeo permanente de mensajes publicitarios dirigidos a crear, exhibir y perpetuar un arquetipo ideal de belleza que debe ser alcanzado. Se ha llegado a conformar un entorno social en el cual se evalúa constantemente el aspecto físico, por encima de otros atributos espirituales y/o intelectuales (Behar, 2010).

Los niños y niñas están expuestos/as a los mensajes de los medios de comunicación (ya sean revistas, televisión, Internet, etc.) en donde estos influyen en el modelo ideal de belleza establecido (Mariscal Rodríguez, 2013).

La televisión pareciera ser el medio de comunicación de mayor impacto en la difusión de valores y patrones relacionados con la estética de la delgadez. A su vez el cine, la fotografía, los reportajes sobre métodos de adelgazamiento contribuyen a determinar el estado de opinión y evaluación corporal (Behar, 2010).

La posible influencia de la publicidad en el modelo estético corporal, no solo por las imágenes que presenta, sino también por el tipo de producto que anuncia, puede definir a la “publicidad de culto al cuerpo” como la comunicación de productos/servicios, a través de mensajes o de la presencia de imágenes relacionadas con la tendencia, motivación, deseo o necesidad del sujeto de bajar de peso o mejorar su aspecto externo. Dentro de la categoría producto/servicio de culto al cuerpo, se pueden diferenciar los de belleza y los de adelgazamiento. Los primeros están referidos, en general, a la mejora del aspecto externo y los segundos tienen como objetivo bajar de peso (Carrillo Durán y del Moral Agúndez, 2013).

Otro factor a tener en cuenta es el uso de Internet, las redes sociales juegan un papel muy importante en el incremento de la anorexia y la bulimia en los jóvenes. (Lozano Sánchez, 2012).

Es habitual seguir en redes sociales a “influencers”, marcas o revistas cuyas publicaciones se asemejan más a anuncios publicitarios que el día a día de las personas en general. Así, los niños y las niñas están expuestos/as a un estereotipo de belleza y estilo de vida que no es fácilmente alcanzable. Esto, puede generar malestar y afectar su autoestima.

En general se proyecta una imagen femenina que está inclinada hacia una delgadez extrema. La imagen que cada uno desea para sí mismo, generalmente, se acerca bastante al prototipo que se refleja por los influencers y las marcas de las redes sociales. El impacto en la autoestima es mayor a medida que aumenta el tiempo de exposición, así como la frecuencia de conexión a las redes sociales.

Esta situación no afecta solo a las mujeres. Los hombres buscan también parecerse más al estereotipo de los chicos con cuerpos musculosos que aparecen en este tipo de medios. La diferencia entre ambos sexos estriba en que los varones

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

presentan menos preocupación a la hora de llegar al canon de belleza (Reguera, 2018).



## ANTECEDENTES

- *Trastorno de la imagen corporal: Un estudio con preadolescentes y reflexiones desde la perspectiva de género.*
- México, 2010.

Se llevó a cabo un estudio en el que se exploró las diferencias en función del género y edad a través de cuatro instrumentos que valoran la Autoestima Corporal (BES), Autoestima General (LAWSEQ), Actitudes hacia la Alimentación (ChEAT) e Imagen Corporal (BIA). La muestra estuvo formada por 600 niñas/os mexicanos de 9 a 12 años.

La comparación por género mostró en las niñas una menor autoestima general y corporal que en los niños; igualmente, la imagen ideal (cómo quieren ser) y futura (cómo creen que serán) de las niñas fue más delgada. No se observó diferencias significativas en las puntuaciones del ChEAT.

Se encontró que las niñas poseen una menor autoestima general y corporal que los niños.

Respecto a la edad, la autoestima corporal fue mayor en los más pequeños, pero disminuyó conforme avanzó su edad. En la imagen real (cómo se perciben), los más grandes se evaluaron con figuras más gruesas. Los varones prefirieron, a futuro, físicos más desarrollados que los pequeños. Las niñas mayores se percibieron y pensaron que los demás también las veían (imagen social) más gruesas de lo que eran; así mismo mostraron una menor autoestima corporal que las pequeñas (Trujado y col., 2010).

- *Percepción corporal en escolares versus índice de masa corporal.*
- México, 2012.

Con el objetivo de conocer la autopercepción e insatisfacción corporal en escolares y cotejarla con el índice de masa corporal, en niños de una escuela pública, se empleó un cuestionario diseñado para conocer el grado de satisfacción corporal de una persona (Body Attitude Test). El mismo fue aplicado a los escolares, a quienes se les realizaron mediciones somatométricas para conocer su índice de masa corporal, de acuerdo con los estándares conocidos.

Se efectuaron 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%  $\pm$  15% tuvieron insatisfacción corporal: 27 (36.0%) deseaba cambiar algo de su cuerpo y 14 (18.7%) dijeron haber sentido rechazo por su cuerpo (Morán-Álvarez y col., 2012).

- *Percepción de la imagen corporal y su relación con el estado nutricional y emocional en escolares de 10 a 13 años de tres escuelas en Barranquilla (Colombia).*
- Colombia, 2016.

Con el objetivo de evaluar la percepción de la imagen corporal y su relación con el estado nutricional y emocional en escolares de 10 a 13 años, se llevó a cabo un estudio descriptivo transversal en tres colegios públicos.

Se tomaron mediciones biométricas y se realizaron encuestas, empleando cuestionarios de factores sociodemográficos. Se aplicaron en una muestra de 262 escolares y la media de edad fue de 11,39 años.

Según los resultados obtenidos, se pudo observar que predominó la adecuada percepción de la imagen corporal en los escolares (77,7%). El 22,3% de la población presentó distorsión en su imagen corporal y la misma fue mayor en varones. El 67,8% de los estudiantes con imagen distorsionada tuvo un Índice de Masa Corporal normal. (Borda Pérez y col., 2016).

- *Análisis de imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes españoles de 3 a 18 años.*
- España, 2018.

Se llevó a cabo un estudio el cual se evaluó la imagen corporal y la sobrecarga ponderal (sobrepeso y obesidad) en niños y adolescentes españoles.

La muestra estuvo compuesta por 1082 niños y adolescentes de 3-18 años ( $11.85 \pm 2.82$ ) de la Región de Murcia (541 de sexo masculino y 541 de sexo femenino). El instrumento utilizado fue el de las siluetas de Stunkard. El 34 % de hombres y el 17.9% de mujeres fueron clasificados en la categoría de sobrepeso/obesidad. Respecto a la imagen corporal, el 61.2% presentó insatisfacción con su cuerpo, destacando aquellos a los que les gustaría ser más delgados (hombres 44.7% y mujeres 46%). Por tanto, el problema psicológico de la

insatisfacción corporal tuvo una mayor prevalencia que el problema fisiológico de la obesidad (López-Sánchez y col., 2018).

- *Imagen Corporal y Obesidad mediante las siluetas de Stunkard en Niños y Adolescentes Indios de 8 a 15 Años.*
- India, 2018.

Se llevó a cabo un estudio con el fin de evaluar la imagen corporal y la sobrecarga ponderal (sobrepeso y obesidad) en niños y adolescentes. La muestra estuvo compuesta por 395 participantes de 8-15 años ( $12,16 \pm 2,01$ ) de Karbi Anglong, Assam (212 de sexo masculino y 183 de sexo femenino). El instrumento utilizado fue el de las siluetas de Stunkard et al. El 37.3% de hombres y el 22,4% de mujeres fueron clasificados en la categoría de sobrepeso/obesidad.

Respecto a la imagen corporal, el 82,3% presentó insatisfacción con su cuerpo, destacando aquellos a los que les gustaría ser más grandes (hombres 62,7% y mujeres 49,7%). Por tanto, el problema de la insatisfacción corporal tuvo una mayor prevalencia que el problema fisiológico de la obesidad. (Sánchez-Castillo y col., 2018).

## **HIPÓTESIS**

“La percepción que se tiene ante la imagen corporal se relaciona con el estado nutricional según IMC de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, en Octubre del año 2019”.

## **OBJETIVOS**

### Objetivo general

Determinar si existe relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC en escolares entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.

### Objetivos específicos

- Valorar el estado nutricional a través del Índice de Masa Corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.
- Evaluar la percepción de la imagen corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.

- Establecer la correlación entre la imagen corporal y el estado nutricional según IMC en escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.

### **DISEÑO METODOLÓGICO**

El presente estudio es transversal y correlacional, ya que se recogerán los datos en un momento o tiempo determinado y se pretenderá establecer un vínculo entre las dos variables de estudio: percepción de la imagen corporal y estado nutricional según IMC.

Además, tiene un enfoque cualitativo ya que se estudiará la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos con los significados que tienen para las personas implicadas.

## **PLAN DE TRABAJO**

Para dar comienzo a este estudio se envió una carta de consentimiento a la coordinadora de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay Centro Regional Santa Fe, Lic. Elsa Olmedo, con el objetivo de recibir autorización para iniciar el proyecto de investigación (Anexo I). Además, se envió una carta de consentimiento al establecimiento educativo en el cual se llevó a cabo el estudio: Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe. (Anexo II). Se envió también un consentimiento informado a los padres o tutores de cada uno de los estudiantes de edades entre 10 y 13 años del nivel primario, ya que los mismos eran menores de edad (Anexo III).

Lo mencionado anteriormente se confeccionó teniendo en cuenta el Reglamento para la elaboración de Tesinas de Grado propuesto por la Universidad de Concepción del Uruguay.

- Tarea 1: Valorar el estado nutricional de los escolares según IMC de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.

1<sup>a</sup>. Se llevó a cabo una investigación bibliográfica sobre la etapa escolar, los cambios de crecimiento y desarrollo que se generan en este periodo biológico y la forma adecuada de valorarlos antropométricamente.

1b. Antes de comenzar con la toma de mediciones se le solicitó el consentimiento informado a cada alumno y alumna de edades entre 10 y 13 años del nivel primario

de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe con la firma de sus padres o tutor.

Luego, se realizaron las mediciones antropométricas a los/as estudiantes. En esta instancia se tomó el peso y la talla correspondiente a cada uno. Los datos obtenidos se volcaron en una planilla confeccionada previamente.

1c. Se tabularon los datos obtenidos en las mediciones y se calculó a través del programa Who AnthroPlus el IMC para la edad de cada estudiante.

- Tarea 2: Evaluar la percepción de la imagen corporal de los/as escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.

2ª. Se realizó una investigación acerca de la imagen corporal y los factores influyentes en cuanto a su percepción en escolares, teniendo en cuenta los cambios sociales y psicológicos de los mismos en esta etapa.

2b. Se llevó a cabo la evaluación de la percepción de la imagen corporal a través de un test de siluetas (Sánchez-Castillo y col., 2018).

2c. Se tabularon los datos obtenidos con el objetivo de establecer la percepción corporal de cada uno de los escolares. Para esto, se comparó el IMC obtenido mediante las mediciones antropométricas y el IMC correspondiente a la figura seleccionada por cada alumno en el test de siluetas. Para realizar dicha comparación se utilizó el programa Office Excel.



“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

- Tarea 3: Establecer si existe correlación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares de edades entre 10 a 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, en Noviembre del año 2019.

3a. Según los datos del estado nutricional según IMC obtenidos a través de las mediciones antropométricas y los resultados derivados del test de siluetas se buscó establecer si existe correlación entre los mismos. Para ello se utilizó el estadístico Chi<sup>2</sup>.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

### Ámbito de aplicación

Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, Argentina.

### Universo

Alumnos y alumnas de Nivel Primario de la Escuela N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, Argentina.

### Población

Doscientos ochenta alumnos y alumnas de edades entre 10 y 13 años que asisten a la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe.

En general, los alumnos y alumnas del establecimiento son oriundos y oriundas de barrios cercanos a la zona de la escuela, comprendiendo: San Roque, Sargento Cabral y Candiotti Norte, entre los barrios de mayor cercanía, y los que corresponden

al cordón noreste de la ciudad de Santa Fe y distrito de la Costa, entre otros más alejados.

El nivel económico de los escolares es medio. El 95% de los padres cuenta con un trabajo estable. Existen niños y niñas cuyos hogares tienen menor nivel adquisitivo pero cuyas necesidades básicas se encuentran satisfechas.

La mayoría de los los alumnos y alumnas de edades entre 10 y 13 años realizan actividades extraescolares en los clubes de la zona. En el caso de los varones predomina el fútbol y en el caso de las mujeres, patín y voley.

### Muestra

Ciento treinta alumnos, 51 niñas y 79 niños, de edades entre 10 y 13 años que asisten a la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe que estuvieron presentes los días pautados para la realización de las actividades y que decidieron participar bajo consentimiento informado.

### Unidad de análisis

Cada uno de los alumnos y alumnas de edades entre 10 y 13 años que asisten a la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, que aceptaron participar de la investigación y cumplieron con los requisitos de inclusión.

### Criterios de inclusión

- Alumnos y alumnas de Educación Primaria de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe.
- Alumnos y alumnas que accedieron voluntariamente a participar de las actividades propuestas.

- Alumnos y alumnas que poseían la autorización por parte de su padre, madre o tutor para participar del estudio.

#### Criterios de exclusión

- Alumnos y alumnas menores de 10 años y mayores de 13 años.
- Alumnos y alumnas que se encontraban ausentes en el colegio el día que se lleve a cabo la recolección de datos.
- Alumnos y alumnas que no poseían la autorización de su padre, madre o tutor para participar en la investigación.
- Alumnos y alumnas que no tuvieron deseos de participar.

#### Identificación, definición y operacionalización de las variables

Con este estudio se buscó establecer si existe una relación entre las variables: percepción de la imagen corporal y estado nutricional según IMC. Siendo el estado nutricional según IMC dependiente de la percepción de la imagen corporal.

- Variable 1: Percepción de la imagen corporal.

Definición: es la imagen que forma nuestra mente de nuestro propio cuerpo, es decir, el modo que nuestro cuerpo se nos manifiesta (Rodríguez-Camacho y Alvis-Gómez, 2015).

Variable independiente, cualitativa. Se expresa de acuerdo a un orden establecido: Percepción adecuada, Percepción subestimada, Percepción sobreestimada.

#### Categorización:

- Percepción adecuada: el estado nutricional percibido por el escolar coincide con el estado nutricional real.
- Percepción subestimada: el estado nutricional percibido por el escolar es menor al estado nutricional real.
- Percepción sobreestimada: el estado nutricional percibido por el escolar es mayor al estado nutricional real (Soto Ruíz y col. 2015).

Medición: Test de Siluetas de Stunkerd y col. (Sánchez-Castillo y col., 2018).

- Variable 2: Estado Nutricional según IMC

Definición: es la condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutritivas individuales y la ingesta, absorción y utilización de los nutrientes contenidos en los alimentos (FAO, 2018).

Variable dependiente, cuantitativa continua (se mide en Kg/m<sup>2</sup>).

Medición: IMC/edad (peso relativo al cuadrado de la talla).

#### Otras variables:

- Edad

Definición: período de tiempo comprendido entre el nacimiento y un momento determinado. (FAO, 2018)<sup>2</sup>.

Variable cuantitativa continua.

Medición: cantidad de meses que tiene una persona desde que nació hasta el momento de la encuesta.

---

<sup>2</sup> FAO: Organización para las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

- Sexo

Definición: condición orgánica, masculina o femenina (RAE, 2017).

Variable cualitativa nominal (se diferencia en dos categorías).

Medición: femenino o masculino.

Para evaluar las variables antes mencionadas se comenzó determinando el estado nutricional según IMC de cada alumno y alumna. Se midió el peso con balanza digital marca Aspen, modelo 8873 (capacidad: 150 kg, exactitud: 100 g). Los niños y niñas debieron quitarse el calzado y las prendas de abrigo. Estos se colocaron en el centro de la plataforma y se efectuó la lectura.

Luego se determinó la talla utilizando un tallímetro adhesivo con precisión de milímetros. El alumno y alumna debieron pararse de manera tal que sus talones, nalgas y cabeza se encontraran en contacto con la superficie vertical. Las manos debieron estar sueltas y relajadas. Se les pidió que realicen una inspiración profunda, que relajen los hombros y se estiren, haciéndose lo más altos/as posible. Se efectuó así, la lectura de la talla (Torresani, 2010).

Los datos se registraron en una planilla correspondiente a cada alumno y alumna, en la que se completaron los siguientes datos: sexo, fecha de nacimiento y pseudónimo elegido por los mismos (Anexo IV).

Con los datos obtenidos de las mediciones se calculó el IMC con el programa Who AnthroPlus.

Para poder determinar la percepción de la imagen corporal se utilizó un Test de Siluetas (Anexo V), el cual se encontraba incluido en la planilla de cada alumno/a. Se compararon los IMC obtenidos antropométricamente y los correspondientes a la figura elegida por cada alumno/a, mediante el programa Microsoft Office Excel.

Esto se realizó con el fin de detectar si existe una diferencia entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC que presentan. La interpretación de los IMC obtenidos se llevó a cabo mediante la siguiente tabla:

<b>Silueta</b>	<b>IMC</b>	<b>Interpretación</b>
Silueta 1	$\leq 16$	Desnutrición grado II
Silueta 2	16 – 16,9	Desnutrición grado I
Silueta 3	17 – 18,4	Bajo peso
Silueta 4	18,5 – 24,9	Peso normal
Silueta 5	25 – 29,9	Sobrepeso
Silueta 6	30 – 34,9	Obesidad grado I
Silueta 7	35 – 39,9	Obesidad grado II
Silueta 8	$\geq 40$	Obesidad grado III (mórbida)

Para finalizar con la investigación se buscó establecer si existe una relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC. Dicha relación se llevó a cabo utilizando el estadístico Chi<sup>2</sup>.

### DIAGRAMA DE GANTT

Actividades	Mar 19	Abr 19	May 19	Jun 19	Jul 19	Ago 19	Sep 19	Oct 19	Dic 19	Ene 20	Feb 20	Mar 20	Abr 20
Búsqueda de bibliografía													
Identificación del problema													
Planteamiento del problema y objetivos													
Presentación carta de intención													
Formulación del marco teórico e hipótesis													
Planteamiento del diseño metodológico													
Presentación del proyecto de tesina													
Correcciones del proyecto de tesina													
Recolección de datos													
Tabulación de datos													
Interpretación de resultados													

## **RECURSOS UTILIZADOS**

### Recurso humano

- Alumna de la Carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe.
- Escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 de la Ciudad de Santa Fe, Argentina.
- Directora y Vicedirectora del nivel primario de la Escuela Particular N° 1144 de la Ciudad de Santa Fe, Argentina.

### Recursos materiales

- Notebook
- Impresora
- Transporte
- Artículos de librería
- Impresiones: cartas de consentimiento confirmado, carta de consentimiento para padres y/o tutores, test de siluetas, planilla de datos, lista de seudónimos.
- Balanza digital Aspen modelo 8873.
- Tallímetro adhesivo milimetrado.

### Recursos físicos

- Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe.
- Biblioteca Pedagógica, Ciudad de Santa Fe.
- Escuela Particular N° 1144 de la Ciudad de Santa Fe.



## **CONSIDERACIONES ÉTICAS**

La investigación fue realizada por una estudiante, Guerrero Melani, de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, Facultad de Ciencias Agrarias, bajo el consentimiento de la misma.

Esta investigación estuvo conformada por principios científicos aceptados y se apoyó en conocimientos de la bibliografía científica, así como en otras fuentes de información pertinentes.

Los resultados obtenidos en esta investigación no han sido ni serán divulgados públicamente, sino que se utilizaron a fin de desarrollar el proyecto de Tesina Final de la carrera, y serán puestos, en un futuro, al alcance de la población en estudio, a modo de herramienta para su capacitación.

El deber del investigador fue proteger la salud, la dignidad, la integridad, el derecho de la autodeterminación, la intimidad y la confidencialidad de la información personal de las personas que participaron en la investigación. Estas personas fueron correctamente informadas antes de someterse al estudio. La negativa de participar en la investigación o su decisión de retirarse no perturbó la relación investigador-participante.

Se respetó, además, el compromiso de lealtad con el participante del estudio y con los/as compañeros/as profesionales que participaron en la investigación.

## RESULTADOS

En el mes de enero del año 2020 se realizó un análisis estadístico de los datos obtenidos a partir de las distintas mediciones antropométricas y del Test de Siluetas, los cuales fueron aplicados a 130 alumnos de edades entre 10 y 13 años que asistían a la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe.

Mediante antropometría y las curvas de crecimiento correspondientes al IMC/E de la OMS, se valoró el estado nutricional de los mismos.

De los 130 escolares evaluados, el 54,6% tuvo un peso normal, seguido de un 16,9% con desnutrición I y un 10% con sobrepeso. El 9,2% presentó bajo peso y el 7,8% desnutrición II. Además se obtuvo un 1,5% de escolares con obesidad I.

Con respecto a la variable percepción de la imagen corporal, de la totalidad de los escolares evaluados a través del Test de Siluetas, un 61,5% presentó alteración de la imagen corporal, mientras que un 38,5% no presentó alteración.

De los alumnos que presentaron alteración de su imagen corporal, el 52,5% poseía un estado nutricional normal, el 39% bajo peso y el 8,8% sobrepeso y obesidad.

De los escolares que no presentaron alteración de su imagen corporal, se halló que el 58% de los mismos poseían un estado nutricional normal, el 26% presentó bajo peso y el 16% sobrepeso y obesidad.

Con los resultados obtenidos se confeccionaron diversas tablas que permitieron analizar los datos con el programa Microsoft Excel 2010. A través del mismo se realizaron tablas y gráficos que permitieron una correcta evaluación de las variables de la investigación.

Con el fin de establecer si existe relación entre las variables: percepción de la imagen corporal y estado nutricional, se utilizó la prueba Chi-Cuadrado ( $\chi^2$ ). Las hipótesis para aplicar este estadístico fueron:

H0: No existe relación entre la percepción de la imagen corporal según IMC y el estado nutricional de los escolares.

H1: Existe relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares.

Como resultado final se halló que no existe relación entre la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares, aceptando la hipótesis nula.

Si bien no se llegó al resultado esperado para corroborar la hipótesis planteada, los datos que se obtuvieron son de suma importancia, ya que permiten identificar que más de la mitad de los escolares presentan una alteración de su imagen corporal, independientemente de su estado nutricional. Siendo dos factores, que a pesar de que no estén relacionados según el presente estudio, se le debería prestar mucha atención para prevenir trastornos y enfermedades futuras.

Se debería seguir estudiando los factores que llevan a los escolares a poseer un estado nutricional inadecuado, con el fin de poder brindarles diversas herramientas para promover la incorporación de hábitos saludables y mejorar su calidad de vida.

### Distribución de la población evaluada

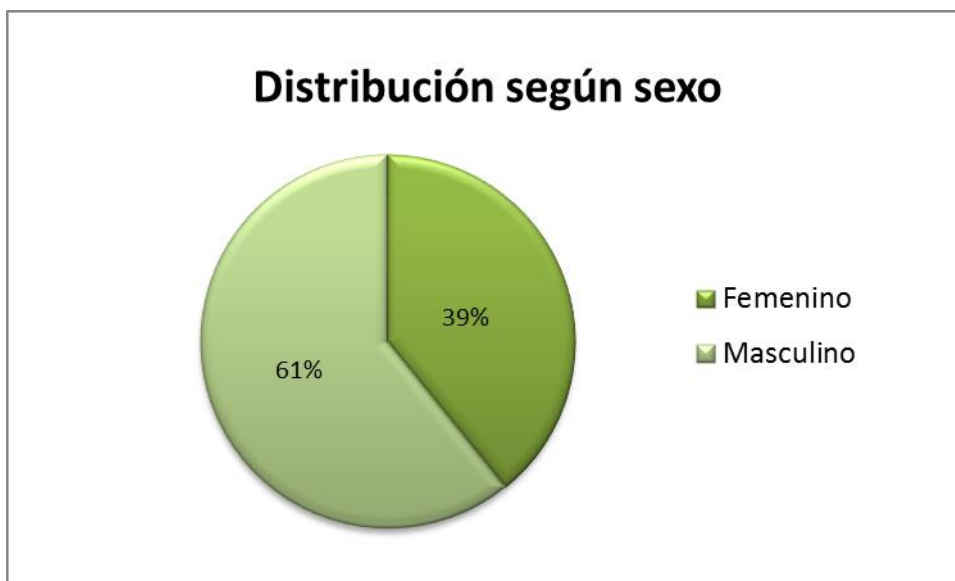
#### Distribución según sexo

Del total evaluado (n=130), un 39,2% (n=51) pertenecía al sexo femenino y un 60,8% (n=79) al sexo masculino, tal como se muestra en la Tabla N° 1 y el Gráfico N° 1.

*Tabla 1: “Distribución según sexo, de los escolares de edades entre 10 a 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*

<b>Sexo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Femenino</b>	51	39,2
<b>Masculino</b>	79	60,8
<b>Total</b>	<b>130</b>	<b>100</b>

*Gráfico 1: “Distribución según sexo, de los escolares de edades entre 10 a 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*



#### Estado Nutricional según IMC

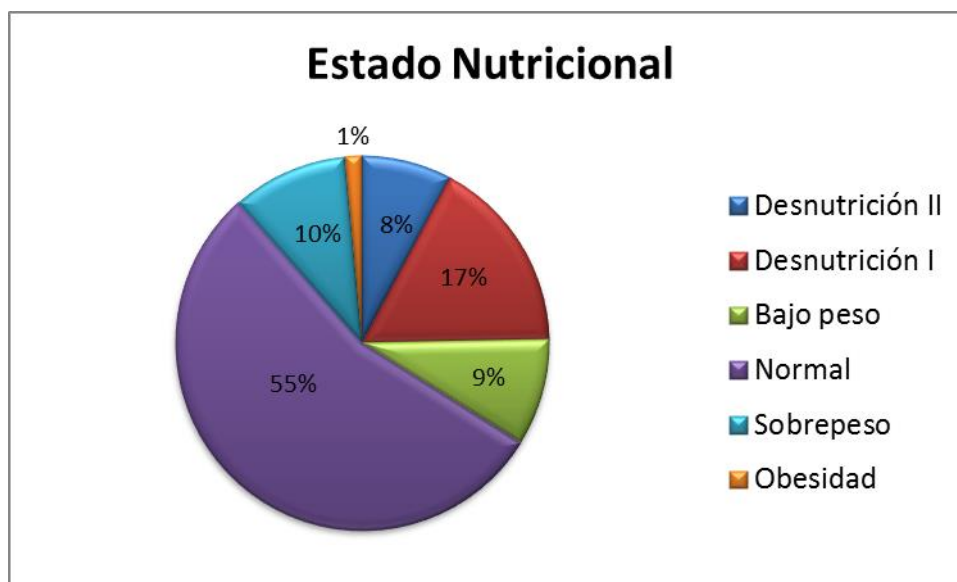
Utilizando los datos obtenidos de las mediciones antropométricas realizadas a los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019, se ha calculado el IMC/Edad empleando el programa informático WhoAnthroPlus (Tarea 1).

*Tabla II: “Estado Nutricional según IMC de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

Estado Nutricional	Escolares	
	Cantidad	Porcentaje
Desnutrición II	10	7,8
Desnutrición I	22	16,9
Bajo peso	12	9,2
Normal	72	54,6
Sobrepeso	13	10
Obesidad I	2	1,5
<b>Total</b>	<b>130</b>	<b>100</b>

Gráfico II: “Estado Nutricional según IMC de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.



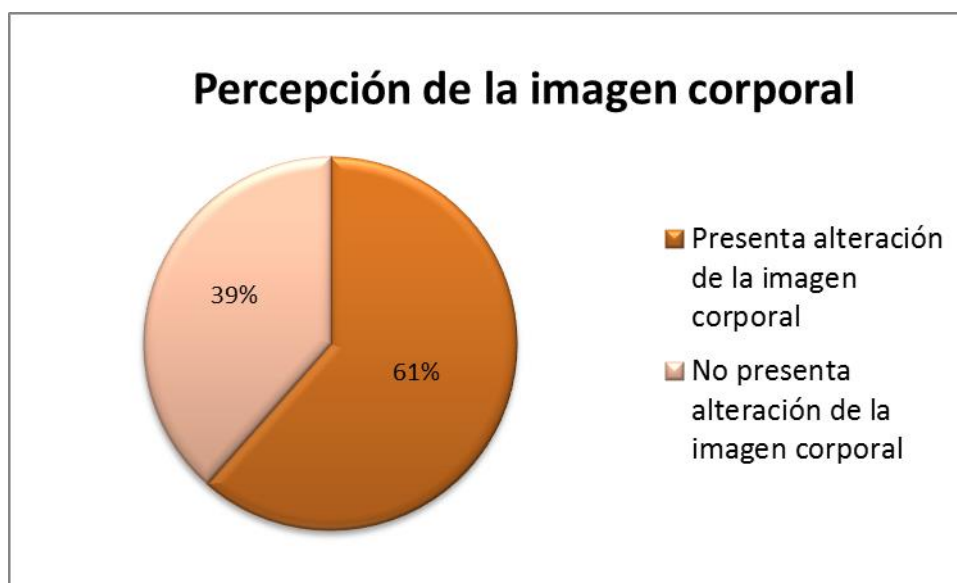
### Percepción de la Imagen Corporal

Para valorar la percepción de la imagen corporal de los escolares, se utilizó el Test de Siluetas de Stunkard. El mismo consiste en nueve siluetas de hombres y 9 de mujeres. Cada una de las mismas se relaciona con una categoría de IMC. Se le solicitó a cada escolar que encierre con un círculo el número de silueta que consideraba tener. Se compararon los IMC obtenidos antropométricamente y los correspondientes a las figuras elegidas por cada niño y niña, mediante el programa Microsoft Office Excel. Esto se realizó con el fin de detectar si existe una diferencia entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC que presentaban los escolares (Tareas 2).

*Tabla III: “Percepción de la imagen corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*

	<b>Escolares</b>	
	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Presenta alteración de la imagen corporal	80	61,5
No presenta alteración de la imagen corporal	50	38,5
<b>Total</b>	<b>130</b>	<b>100</b>

*Gráfico III: “Percepción de la imagen corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*



En relación al tipo de alteración de la imagen corporal se diferenció en sobreestimación (percepción de mayor tamaño corporal) y subestimación (percepción de menor tamaño corporal). Esto se realizó mediante el programa Microsoft Office Excel.

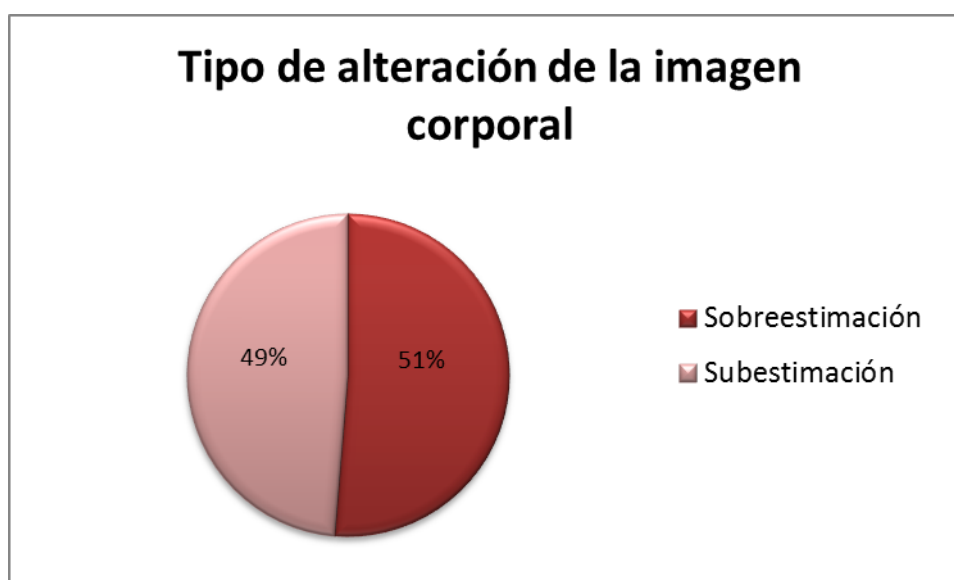
*Tabla IV: “Tipo de alteración de la imagen corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*



“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

Tipo de alteración	Escolares	
	Cantidad	Porcentaje
<b>Sobreestimación</b>	41	51,3
<b>Subestimación</b>	39	48,7
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100</b>

*Gráfico IV: “Tipo de alteración de la imagen corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*

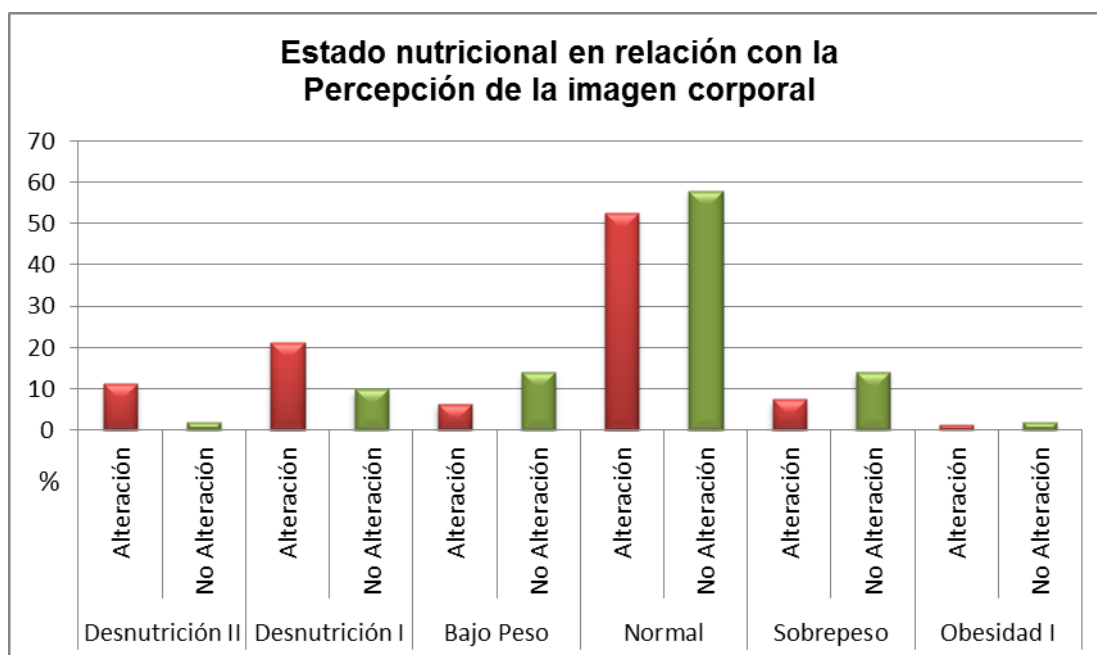


Percepción de la Imagen Corporal y Estado Nutricional según IMC

*Tabla V: “Clasificación del Estado Nutricional según IMC en relación con la Percepción de la Imagen Corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.*

		Total	
Estado Nutricional	Percepción de la imagen corporal	Cantidad	Porcentaje
Desnutrición II	Alteración	9	11,2
	No Alteración	1	2
Desnutrición I	Alteración	17	21,2
	No Alteración	5	10
Bajo Peso	Alteración	5	6,3
	No Alteración	7	14
Normal	Alteración	42	52,5
	No Alteración	29	58
Sobrepeso	Alteración	6	7,5
	No Alteración	7	14
Obesidad I	Alteración	1	1,3
	No Alteración	1	2

Gráfico V: “Clasificación del Estado Nutricional según IMC en relación con la Percepción de la Imagen Corporal de los escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe, que fueron evaluados en el mes de Noviembre del año 2019”.



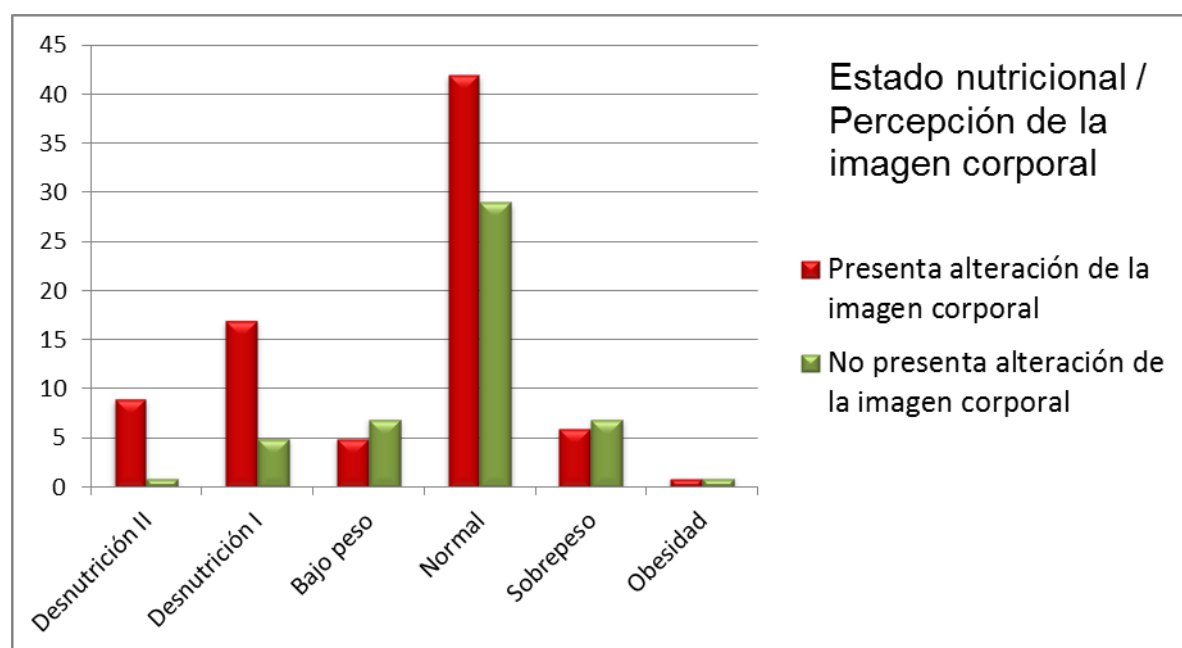
### Análisis de asociación

Se realizó con el programa Microsoft Excel una prueba de Chi-Cuadrado cuyo resultado fue  $p = 0,097$

Por lo cual existe suficiente evidencia estadística para afirmar que las variables no están relacionadas. ( $p > 0,05$ ), es decir, se acepta la hipótesis nula con  $\alpha = 0,05$  y nivel de confianza del 95%.

*Tabla cruzada: “Estado Nutricional según IMC / Percepción de la imagen corporal “*

Imagen corporal	Desnutrición II	Desnutrición I	Bajo peso	Normal	Sobrepeso	Obesidad
<b>Presenta alteración de la imagen corporal</b>	9	17	5	42	6	1
<b>No presenta alteración de la imagen corporal</b>	1	5	7	29	7	1
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>12</b>	<b>71</b>	<b>13</b>	<b>2</b>



## DISCUSIÓN

Una vez analizados los datos que se recolectaron en el trabajo de campo de la presente investigación, se compararon con otras investigaciones semejantes.

El objetivo general de este trabajo fue establecer la relación entre la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares.

En esta investigación se valoró el estado nutricional según IMC y la percepción de la imagen corporal de 130 escolares de edades entre 10 y 13 años que concurren a la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la ciudad de Santa Fe. Para lograrlo se utilizó antropometría (mediciones de peso y talla), IMC/Edad y un Test de Siluetas.

Con respecto a la variable **estado nutricional según IMC** se ha encontrado que, de los 130 alumnos evaluados, el 54,6% tuvo un peso normal, seguidos de un 24,7% con desnutrición y un 9,2% de bajo peso. El 10% de los escolares presentó sobrepeso y el 1,5% obesidad. En el estudio realizado por Morán-Álvarez y colaboradores en México en el año 2012, en el cual se evaluaron 75 niños, la evaluación antropométrica de los casos mostró una distribución del estado nutricional de un 45,3% en normalidad, un 33,9% de los escolares evaluados presentaron bajo peso y un 10% sobrepeso. Solo un 1,5% presentó obesidad, siendo el mismo porcentaje obtenido en la presente investigación.

En relación a la variable **percepción de la imagen corporal**, este estudio muestra que el 61,5% de los escolares evaluados presentó alteración de la imagen corporal, lo que significa que la imagen construida en su mente acerca de su propio cuerpo, no se correlaciona con la imagen real reflejada en sus medidas antropométricas. Un 38,5% de los mismos no presentó alteración de la imagen corporal, es decir que la misma coincide con el peso respecto a la talla. De estos porcentajes, un 51,3% presentó sobreestimación de la imagen corporal, es decir que se percibieron de un

tamaño mayor al que presentan realmente, mientras que el 48,7% mostró subestimación de la imagen corporal, es decir que se percibieron de un tamaño menor al presentado.

En el estudio realizado por Borda Pérez y colaboradores en Barranquilla, Colombia, en el año 2016 se pudo observar que predominó la adecuada percepción de la imagen corporal en los escolares (77,7%). El 22,3% de la población presentó alteración de su imagen corporal.

En el caso del estudio llevado a cabo en la región de Murcia, España por López-Sánchez y colaboradores en el año 2018, se obtuvo que el 61,2% presentó alteración de su imagen corporal y el 38,8% de los niños y niñas presentaron una adecuada percepción. Reflejando una similitud con el presente estudio, ya que un mayor porcentaje de los escolares manifestó una alteración de la imagen corporal, siendo similar el porcentaje obtenido.

Con respecto al sexo, se ha obtenido como resultado que las niñas presentaron un menor porcentaje de alteración de la imagen corporal (36,2%) mientras que en los niños fue del 63,8%. Caso similar al estudio realizado por Borda Pérez y colaboradores, donde el 22,3% de los escolares evaluados que presentó alteración de su imagen corporal fue mayor en varones (74%).

En el estudio llevado a cabo en India por Sánchez Castillo y colaboradores durante el año 2018 también se demostró que la alteración de la imagen corporal es mayor en el sexo masculino (69%) que en el sexo femenino (31%).

Considerando la **percepción de la imagen corporal** en relación con el **estado nutricional según IMC** de los escolares, esta investigación demuestra que de los escolares que presentaron alteración en su imagen corporal, el 32,4% poseía

desnutrición, el 6,3% bajo peso, el 7,5% sobrepeso, el 52,5% normal y solo 1,3% obesidad.

En la investigación realizada por Borda y colaboradores, el 68,7% de los escolares con la imagen corporal alterada tuvo un Índice de masa corporal normal, siendo éste el porcentaje más elevado, presentando una similitud con el estudio realizado.

A pesar de que con esta investigación no se arribó al resultado esperado y planteado en la hipótesis que se tiene de la imagen corporal se relaciona con el estado nutricional según IMC de los escolares, existen estudios (mencionados anteriormente) que sí corroboran dicha relación. Pudiendo quedar este estudio como antecedente para abordarlo nuevamente con otra población u otros métodos de recolección de datos. Teniendo en cuenta además, otros factores que pueden influir tanto en la percepción de la imagen corporal como en el estado nutricional de la población en estudio.

A lo largo de este apartado se pudo comparar la presente investigación con otras que trabajaron sobre temáticas similares, encontrando en ciertos aspectos coincidencias y en otras algunas diferencias que pueden deberse a la falta de estudios a nivel local o a otros factores que tienen que ver con el tamaño poblacional.

## CONCLUSIÓN

Luego de haber realizado el análisis de los datos que se recolectaron en el trabajo de campo y de efectuar la respectiva comparación con otros investigadores, se pueden resaltar las siguientes conclusiones:

Se evaluaron 130 escolares, pertenecientes a la Escuela Particular N° 1144 San Roque, de la ciudad de Santa Fe.

La evaluación del estado nutricional se realizó mediante la implementación del indicador IMC/Edad. A partir de esta evaluación se observó que, si bien la mayor proporción de los adolescentes evaluados (54,6%) presentó un peso normal, también se pudo identificar un porcentaje elevado en bajo peso (33,9%).

En cuanto a la variable percepción de la imagen corporal, evaluada a través del Test de Siluetas, se pudo determinar que un 61,2% presenta alteración de su imagen corporal. Dentro de ello, el 51,3% presentó sobreestimación de su imagen corporal, percibiendo tener un tamaño corporal o un peso mayor al real.

Con respecto al sexo se puede concluir que los niños presentan una mayor alteración de la imagen corporal que las niñas (63,8%), es decir, que la imagen construida en su mente acerca de su propio cuerpo, no se correlacionan con la imagen reflejada en sus medidas antropométricas.

En el caso de los niños, el 50,9% presentó una sobreestimación de su imagen corporal, es decir, se percibieron de un tamaño mayor al que realmente poseen. De los mismos se determinó que el 72,4% presenta un estado nutricional normal.

Más de la mitad de aquellos que presentaron una subestimación de su imagen corporal (49,1%) presentan bajo peso (54,5%).

Con respecto a las niñas, donde se obtuvo un porcentaje menor de alteración de su imagen corporal (36,2%), el 51,7% presentó sobreestimación de su imagen



corporal y el 48,3% subestimación. Dentro de las alumnas que sobreestimaron su tamaño, el 84,6% presenta un estado nutricional normal. Y en el caso de las que presentaron una subestimación, el 50% posee bajo peso y un 43,7% presenta un estado nutricional normal.

En cuanto al análisis de asociación se encontró que no existe correlación entre las variables imagen corporal y estado nutricional. Si bien este resultado lleva a rechazar la hipótesis planteada al inicio de la investigación, afirmando que la percepción de la imagen corporal que tienen los escolares no se relaciona con su estado nutricional según IMC, se puede concluir con el mismo, que la mayoría de los escolares presentan una alteración de su imagen corporal y que un gran porcentaje presentan un estado nutricional inadecuado, siendo el bajo peso y la desnutrición lo más destacado, lo cual se debería prestar mucha atención, ya que las prácticas alimentarias establecidas en este período, se mantendrán en la vida adulta, pudiendo llegar a ocasionarles graves consecuencias para la salud como trastornos alimentarios, enfermedades como anemia, desnutrición, entre otras. Este resultado de bajo peso, puede estar dado por características genéticas o de contextura, es por ello que sería necesario evaluar el estado nutricional en su totalidad para poder arribar a un diagnóstico certero.

Una de las limitaciones que se presentó durante la investigación fue el cronograma académico de la institución, dentro del cual se encontraban diversas actividades previamente programadas por lo que fue necesario concurrir reiteradas veces para poder coordinar fecha para la recolección de datos.

Otra limitación que se presentó fue la imposibilidad de ampliar el número de alumnos y alumnas, debido a que los/as mismos/as no poseían la autorización firmada por los padres el día que fue realizada la investigación.

Por ello, la cantidad de casos analizados se correspondió con la totalidad de alumnos y alumnas que asistieron el día de la investigación y poseían la autorización necesaria para participar.

Se espera que los resultados del presente estudio puedan ser útiles y dar lugar a nuevas investigaciones, reconociendo la importancia de poseer un estado nutricional adecuado para la salud y bienestar de la población, aplicando técnicas de recolección de datos para conocer la alimentación habitual de los niños.

Además, se desea que el ámbito educativo se involucre, para así poder estimular el desarrollo de actividades para lograr la aceptación corporal y la fomentación de hábitos nutricionales saludables.

Este estudio se incorpora a los anteriores estudios mencionados dando relevancia a un tema importante como la alteración de la imagen corporal que deriva, muchas veces, en trastornos de la conducta alimentaria de diversa gravedad. Es por eso que se considera de fundamental importancia la necesidad de poner énfasis en el reconocimiento de dicha problemática en el ámbito escolar y familiar.

## RECOMENDACIONES

Como se ha mencionado a lo largo de la investigación, los escolares, en la etapa de la pubertad, experimentan cambios corporales, los cuales pueden derivar en numerosos problemas de autoestima. Esto, combinado con el deseo natural de ser aceptados, provoca que los mismos realicen constantemente comparaciones con los demás, siendo la imagen corporal el predictor más influyente en la autoestima.

Es un período en la que se adquieren gustos y aversiones alimentarias que pueden ser perjudiciales. Por ello, ayudar al escolar a que adopte hábitos alimentarios saludables, vigilar que no sufra ningún trastorno nutricional y que aprenda a aceptar su cuerpo tal cual es, es vital para favorecer un adecuado desarrollo y lograr una vida adulta más saludable.

Si bien en este estudio se pudo comprobar que la percepción de la imagen corporal no está relacionada con el estado nutricional según IMC que poseen los escolares, son dos temas de suma importancia a la hora de llevar una vida sana. Por ello se mencionarán algunas recomendaciones que podrían ser implementadas para mejorar la calidad de vida de los mismos:

- Implementar en la institución quioscos/cantinas saludables, donde se ofrezcan alimentos variados, incluyendo frutas (jugos naturales, ensalada de frutas), verduras (ensaladas, sándwiches con vegetales), lácteos (yogur, leches saborizadas, postres de leche), cereales (arroz inflado, tutucas, galletas de avena, barritas), entre otros.
- Fomentar la realización de actividad física en el ámbito escolar, con el objetivo de mejorar el estado nutricional y, a su vez, generar sensación de bienestar en los escolares.

- Transmitir conocimientos a los docentes y personal escolar acerca de la alimentación en la etapa escolar (hábitos frecuentes, nutrientes esenciales, etc.) y la detección de conductas alimentarias poco saludables.
- Realizar talleres y campañas para promover la aceptación corporal y disminuir así la discriminación que puede observarse en las escuelas.
- Incluir a los padres y familiares de los alumnos y alumnas en las diversas actividades propuestas para contribuir a un crecimiento y desarrollo saludable, para que puedan acompañar a los escolares en todos los cambios que se presentan en esta etapa.

## ANEXOS

### Anexo I

Santa Fe, de        de 2019

Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe

Coordinadora de la Carrera Licenciatura en Nutrición

Sra. Lic. en Nutrición Elsa Olmedo

S        /        D

Me dirijo a Ud. a los efectos de solicitarle tenga bien considerar la presentación del proyecto de tesina “Percepción de la imagen corporal y estado nutricional según IMC de escolares entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N° 1144 San Roque, de la Ciudad de Santa Fe”

Con dicho estudio se buscará establecer si existe una relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares, ya que en la actualidad no se cuenta con los suficientes estudios en los cuales se relacionen estas dos variables en dicha población. Establecer esta relación es de suma importancia ya que en la infancia aparecen multitudes de problemas de autoestima e insatisfacción corporal derivados de la gran cantidad de cambios que experimenta el cuerpo en esa etapa, por eso resulta fundamental brindarles herramientas para promover la aceptación corporal y/o promover maneras saludables de cuidado del cuerpo y así, prevenir patologías alimentarias a corto o largo plazo.

Sin otro particular, quedando a su entera disposición ante cualquier duda al respecto, la saluda atentamente.

---

Firma Directora

Lic. Scalise Verónica

---

Firma Alumna

Guerrero Melani

## Anexo II

Santa Fe,        de        de 2019

Escuela Particular Incorporada N° 1144 San Roque

Sra. Directora de Educación Primaria

S        /        D

Me dirijo a Ud. en carácter de estudiante de la carrera Licenciatura en Nutrición, de la Universidad de Concepción del Uruguay Centro Regional Santa Fe, para solicitar tenga Ud. el agrado de permitirme llevar a cabo mi estudio. Es de mi interés que esta investigación se pueda desarrollar con los alumnos de 10 a 13 años de edad de Educación Primaria que asisten a esta institución. El objetivo de esta petición es poder llevar a cabo la investigación acerca de la percepción corporal y estado nutricional según IMC de los escolares. Para lograr dicho objetivo se les tomará su peso y talla en un ámbito del establecimiento privado y cómodo, en compañía de un personal de la institución. Para ello se les solicitará que se quiten los zapatos y si poseen prenda de abrigo (como camperas). Además deberán seleccionar una silueta corporal. Esto tomará aproximadamente 10 minutos de su tiempo.

Con mi investigación se buscará establecer si existe una relación entre la percepción de la imagen corporal y el estado nutricional según IMC de los escolares, ya que en la actualidad no se cuenta con los suficientes estudios en los cuales se relacionen estas dos variables en dicha población.

Establecer esta relación es de suma importancia ya que en la infancia aparecen multitudes de problemas de autoestima e insatisfacción corporal derivados de la gran cantidad de cambios que experimenta el cuerpo en esa etapa, por eso resulta fundamental brindarles herramientas para promover la aceptación corporal y/o promover maneras saludables de cuidado del cuerpo y así, prevenir patologías alimentarias a corto o largo plazo

Los resultados obtenidos serán estrictamente confidenciales y no serán usados para ningún otro propósito fuera de los de este estudio. Los mismos serán de carácter anónimo, teniendo previamente el consentimiento para poder realizarlas de sus padres o tutores.

Sin más, esperando su colaboración, saludad atte.

---

Firma directora

Lic. Scalise Verónica

---

Firma Alumna

Guerrero Melani



### Anexo III

La presente investigación es conducida por estudiante de Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay Centro Regional Santa Fe. La meta de este estudio es obtener información acerca de la percepción corporal y el estado nutricional según IMC.

Si sus hijos/as acceden a participar en este estudio, se les tomará su peso y su talla en un ámbito del establecimiento privado y cómodo, en compañía de un personal de la institución. Para ello se les solicitará que se quiten los zapatos y si poseen prenda de abrigo (como camperas). Además se le pedirá seleccionar una silueta corporal. Esto tomará aproximadamente 10 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Todas las actividades que se realicen serán anónimas (solo deberán elegir un seudónimo).

Si poseen alguna duda sobre este proyecto, los alumnos podrán realizar preguntas en cualquier momento durante su participación en él.

Desde ya, agradecemos su participación.

---

Acepto que mi hijo/a .....  
participe voluntariamente en esta investigación, conducida por estudiante de Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay. He sido informada/o de que la meta de este estudio es investigar acerca de la percepción

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

corporal y el estado nutricional de los estudiantes pertenecientes a la Escuela Particular Incorporada N° 1144 San Roque de la Ciudad de Santa Fe.

Reconozco que la información que ella provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin su consentimiento. He sido informada/o de que puede hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puede retirarse del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para su persona y solicitar los resultados de la investigación si así lo deseo.

---

Firma Directora

Lic. Scalise Verónica

---

Firma Alumna

Guerrero Melani

Anexo IV

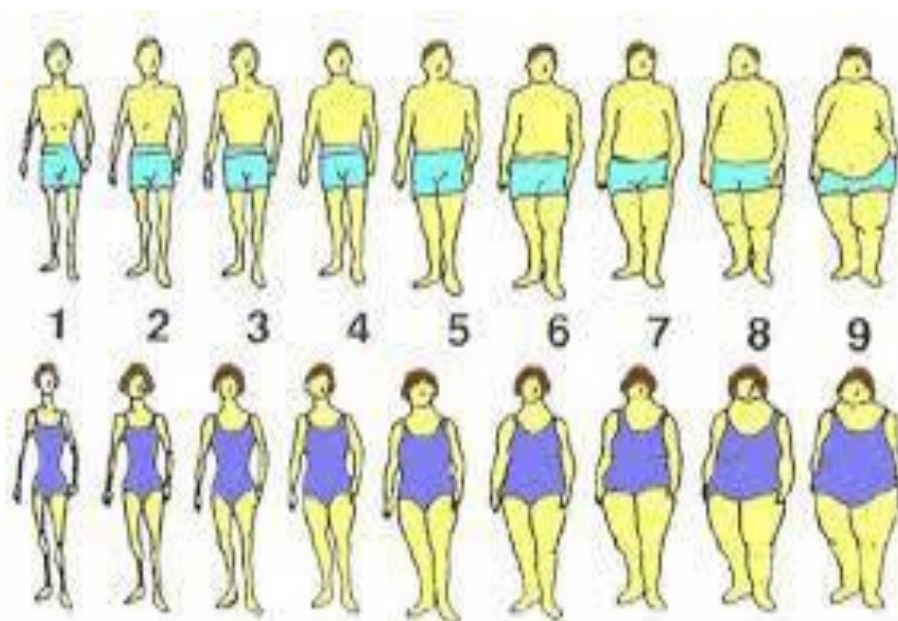
Planilla de Datos

• Seudónimo: *	
• Sexo: *	
• Edad: *	• Fecha de nacimiento: *
• Peso:	• IMC:
• Talla:	

\* Datos aportados por los alumnos y alumnas

Anexo V

Test de Siluetas de Stunkerd y col.



## BIBLIOGRAFÍA

Almeida Lang, I. (2013). *Hábitos de consumo y mediación familiar en la interacción de los escolares con el dibujo animado “Elpidio Valdés”*. Recuperado de <http://www.eumed.net/libros-gratis/2013a/1310/index.htm>.

Arroyo, H.A., Pasqualini y D., Llorens, A. (2010). *Salud y bienestar de los adolescentes y jóvenes: una mirada integral* (1era. Ed.). Buenos Aires: Organización Panamericana de la Salud.

Behar, R. (2010). *La construcción corporal del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria*. Revista chilena de neuro-psiquiatría, 48(4), 319-334.

Borda-Pérez, M., Alonso Santos, M., Martínez Granados, H., Meriño Díaz, E., Sánchez Álvarez, J., Solano Guerrero, S. (2016). *Percepción de la imagen corporal y su relación con el estado nutricional y emocional en escolares de 10 a 13 años de tres escuelas en Barranquilla (Colombia)*. Salud Uninorte, 32(3), 472-482.

Carrillo Durán, V. y del Moral Agúndez, A. (2013). *Influencia de los factores que definen el modelo estético corporal en el bienestar de las mujeres jóvenes afectadas o no afectadas por anorexia y bulimia*. Saude Soc. Sao Paulo, 22(2), 468-484.

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

Casanueva, E., Kaufer-Horwitz, M., Pérez-Lizaur, B. y Arroyo, P. (2009). *Nutriología Médica*. Recuperado de <https://books.google.com.ar/books?id=ZjcGp1su-IUC&pg=PA79&lpg=PA79&dq>.

Girolami, D.H. (2014). *Fundamentos de valoración nutricional y composición corporal*. Buenos Aires: El Ateneo.

González-Montero de Espinosa, M., André, A.L., García-Petuya, E., López-Ejeda, N., Mora, A.I. y Marrodán, M.D. (2010). *Asociación entre actividad física y percepción de la imagen corporal en adolescentes madrileños*. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 30(3), 4-12.

Hernández Alcántara, A., Aréchiga Viramontes J., Prado Martínez, C. (2009). *Alteración de la imagen corporal en gimnastas*. *Archivos de Medicina del Deporte*, 26(130), 84-92.

Hidalgo, M.I., Güemes, M. (2011). *Nutrición del preescolar, escolar y adolescente*. *Pediatría Integral*, 15(4), 351-368.

López-Sánchez, G.F. (2017). *Composición corporal, Imagen Corporal, Actividad Física y Salud en Niños y Adolescentes* (Tesis doctoral). Universidad de Murcia, Murcia.

López-Sánchez, G.F., Díaz Suárez, A., Smith, L. (2018). *Análisis de imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes españoles de 3 a 18 años*. *Anales de Psicología*, 34(1), 167-172.

Lozano Sánchez, Z.B. (2012). *La familia y las redes sociales en los trastornos alimenticios en adolescentes de la época contemporánea*. In *Cres*, 3(2), 299-311.

Luty, N.I. (2013). *La familia y las redes sociales en los trastornos alimenticios en adolescentes de la época contemporánea*. In *Cres*, 3(2), 299-311.

Macías, A.I., Gordillo, L.G. y Camacho, E.J. (2012). *Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud*. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 40-43.

Mahan, K., Escote-Stump y S., Raymond, J. (2013). *Krause Dietoterapia*. Barcelona, España: Elviesier.

Mancilla Medina, A., Vázquez Arévalo, R., Mancilla Díaz, J.M., Amaya Hernández, A., Álvarez Rayón, G. (2012). *Insatisfacción corporal en niños y preadolescentes: una revisión sistemática*. *Revista Mexicana de trastornos alimentarios*, 3(1), 62-79.

Mariscal-Rodríguez, G.L. (2013). *Influencias socioculturales asociadas a la percepción corporal en niño(a)s: una revisión y análisis de la literatura*. *Revista Mexicana de trastornos alimentarios*, 4(1), 58-67.

Mirochnik, P. (2010). *Los trastornos de piel y el trastorno corporal*. Recuperado de

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

[https://www.uces.edu.ar/institutos/iaepcis/8\\_jornada\\_desvalimiento/patricia-mirochniK.pdf](https://www.uces.edu.ar/institutos/iaepcis/8_jornada_desvalimiento/patricia-mirochniK.pdf).

Montero, P., Morales, M.E., Carabajal, A. (2008). *Valoración de la percepción de la imagen corporal mediante modelos anatómicos*. Antropo, 8, 107-116.

Montoya Resio, Y. (2013). *Percepción de la imagen corporal de niños y niñas de 9 a 12 años de la zona escolar P239, del Municipio de Zacualpan, estado de México en 2013* (tesis). Universidad Autónoma del estado de México, Toluca.

Morán-Álvarez, I.C., Alvear-Galindo, M.G., Yamamoto-Kimura, L.T., Acuña-Sánchez, M.E., Torres-Durán, P.V., Juárez-Oropreza, M.A., Ferreira-Hermosilla, A. (2012). *Percepción corporal en escolares versus su índice de masa corporal*. Revista Mexicana de Pediatría, 79(2), 82-85.

Murawski, B.M., Elizhate, L., Rutzstein, G. (2009). *Hábitos alimentarios e insatisfacción con la imagen corporal. Un estudio comparativo entre mujeres y varones estudiantes de escuelas secundarias*. Anuario de investigaciones, 16,65-72.

Organización de las naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2018). Recuperado de <http://www.fao.org/home/es/>.

Ortega Becerra, M.A. (2010). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de Primer ciclo de Educación secundaria de la Ciudad de Jaén* (Tesis Doctoral). Facultad de Ciencias de la Educación, Granada.



Real Academia Española. (2017). Recuperado de <http://dle.rae.es>.

Reguera, L. (2018). *La influencia de las redes sociales en nuestra autoestima*. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-influencia-de-las-redes-sociales-en-nuestra-autoestima/>.

Ruíz Martínez, A.O., Vázquez Arévalo, R., Mancilla Díaz, J.M., Trujillo Chi Vacuán, E.M. (2010). *Influencia de factores socioculturales en mujeres jóvenes y sus padres en los trastorno del comportamiento alimentario*. *Psicología y Salud*, 20(2), 169-177.

Rodríguez-Camacho, D.F. y Alvis-Gómez, K.M. (2015). *Generalidades de la imagen corporal y sus implicaciones en el deporte*. *Revista de la Facultad de Medicina*, 63(2), 279-287.

Salaberria, K., Rodríguez, S., Cruz, S. (2008). *Percepción de la imagen corporal*. *Osasunaz*, 8, 171-183.

Sánchez-Castillo, S., López-Sánchez, G.F., Ahmed, M.D., Díaz-Suárez, A. (2018). *Imagen Corporal y Obesidad mediante las siluetas de Stunkard en Niños y Adolescentes Indios de 8 a 15 Años*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 20-32.

Soto Ruíz, M.N., Marín Fernández, B., Aguinaga Ontoso, I., Guillén-Grima, F., Serrano Monzón, I., Canga Armayor, N., Hermoso de Mendoza Cantón, J., Stock, C.,

“Percepción de la imagen corporal y estado nutricional de escolares de edades entre 10 y 13 años de la Escuela Particular Incorporada N°1144 San Roque de la ciudad de Santa Fe, en noviembre del año 2019”

Kraemer, A., Annan, J. (2015). *Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de Navarra*. *Nutrición Hospitalaria*. 31(15), 2269-2275.

Torres Molina, A. (2011). *Caracterización clínico-antropométrica y estado nutricional en escolares de 6-11 años*. *Medisur*, 9(3), 215-222.

Torresani, M.E. (2010). *Cuidado nutricional pediátrico*. Buenos Aires: El Ateneo.

Trujano, P., Nava C., De gracias M., Limón, G., Alatraste, A.L., Merino, M.T. (2010). *Trastorno de la imagen corporal: Un estudio con preadolescentes y reflexiones desde la perspectiva de género*. *Anales de psicología*, 26(2), 279-287.

Vaquero-Cristóbal, R., Alacid F., Muyor, J.M., López-Miñarro, P.A. (2013). *Imagen corporal; revisión bibliográfica*. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27-35