

LA DISTORSIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN ALUMNOS DE QUINTO Y SEXTO GRADO PUEDE LLEVAR A ESTRÉS, DEPRESIÓN Y A HÁBITOS ALIMENTARIOS INDESEABLES.

BODY IMAGE DISTORTION IN FIFTH AND SIXTH GRADE STUDENTS MAY LEAD TO STRESS, DEPRESSION, AND UNDESIRABLE DIETING BEHAVIOR.

CHO JH, HAN SN, KIM JH, LEE HM.

Graduate School of Nutrition Education, Daejin University, Gyeonggi 487-711, Korea.

La búsqueda de un cuerpo delgado puede tener efectos negativos sobre la salud de los preadolescentes de todo el mundo. Se analizó la influencia de las distorsiones de la imagen corporal sobre los estilos de vida, los hábitos alimentarios y los factores psicológicos de 631 niños de quinto y sexto grado de Gyeonggi-do, Corea. Se clasificó a estos niños en tres grupos según su peso (por debajo de su peso, con peso adecuado y con sobrepeso) y en tres grupos según lo que percibían de sí mismos (baja estima, estima normal, sobreestima). Se recolectó la información necesaria mediante cuestionarios y se determinó el estado de cada niño en cuanto a su peso mediante el índice de Röhrer. El 57.4% de los niños tenía un peso adecuado, el 32.2% tenía sobrepeso u obesidad, el 16.6% sobreestimaba su peso, y el 55.2% tenía una imagen corporal distorsionada. Los niños con sobrepeso tuvieron modos de vida y hábitos alimentarios deseables, así como comportamientos de control de peso razonables. En comparación con aquellos sin distorsión de su propia imagen, los niños del grupo con sobreestima mostraron un mayor interés en el control de su peso ($P = 0.003$) y poca satisfacción con el mismo ($P = 0.011$), así como motivos poco saludables para querer bajar de peso ($P = 0.026$), y puntajes más altos en los ítems "me siento mal cuando comparo mi propio cuerpo con el de los demás" ($P = 0.000$) y "me enojo y me canso fácilmente" ($P = 0.037$), a pesar de tener índices de obesidad similares. Más niños del grupo de sobreestima ($P = 0.006$) eligió las películas dramáticas como sus favoritas, lo que sugiere un posible rol de los medios de comunicación en la distorsión de su imagen corporal. Estos hallazgos sugieren que la distorsión de la imagen corporal puede llevar a los preadolescentes a desarrollar estrés relacionado con la obesidad y la práctica de hábitos dietarios poco saludables, a pesar de presentar índices de obesidad similares a los de aquellos niños que no manifestaron distorsión de la imagen corporal. Estos resultados enfatizan la importancia de tener una imagen corporal no distorsionada.

Nutr Res Pract. 2012 Apr;6(2):175-81. Epub 2012 Apr 30.

Disponible en: www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3349041
