

Elizathe, Luciana; Murawski, Brenda; Rutzstein, Guillermina. (2010). *La cultura de la delgadez en los niños*. En: Encrucijadas, no. 50. Universidad de Buenos Aires. Disponible en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad de Buenos Aires: <<http://repositorioubi.sisbi.uba.ar>>

## DISCRIMINACIÓN Y ESTIGMATIZACIÓN SOCIAL

### La cultura de la delgadez en los niños

Por Luciana Elizathe [1] Brenda Murawski [2] Guillermina Rutzstein [3]

[1]Licenciada en Psicología y doctoranda de la Universidad de Buenos Aires. Becaria doctoral del CONICET.

[2]Licenciada en Psicología de la Universidad de Buenos Aires. Becaria de Investigación UBACyT.

[3]Doctora de la Universidad de Buenos Aires en Psicología. Licenciada en Psicología. Profesora Regular Adjunta de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.

*Estudios científicos revelan que ser víctima de discriminación y padecer burlas por la apariencia física en la infancia y en la adolescencia, puede favorecer el desarrollo de una baja autoestima, insatisfacción con la imagen corporal y sintomatología asociada a los trastornos alimentarios. Por eso, las autoras proponen diseñar intervenciones específicas para aplicar en el ámbito escolar, orientadas a trabajar sobre estos prejuicios para evitar burlas en función del peso.*

En la Argentina, la discriminación por la apariencia física es una de las modalidades más habituales, invisibles y naturalizadas. Los niños aprenden a comportarse en base a estereotipos desde muy pequeños. Por eso, este tipo de discriminación por la apariencia física se observa desde el inicio de la escolaridad cuando comienzan a vincularse con pares que presentan diferencias dadas por la diversidad característica de los seres humanos (físicas, de género, de raza, de cultura, entre otras).

El efecto de las prácticas discriminatorias sobre cualquier ser humano es generalmente negativo, y aún más en el caso de los niños en la etapa de formación de la identidad. Pueden llegar al punto de afectar el desarrollo de la autoestima y de la propia imagen corporal. Este trabajo se propone presentar una revisión sobre la discriminación por la apariencia física en niños, y las posibles consecuencias que este tipo de prácticas tienen sobre los sujetos que las padecen, tanto en la autoestima, en la imagen corporal y hasta en la aparición de sintomatología asociada a los trastornos alimentarios.

### Paradojas actuales de la cultura de la delgadez

Los medios de comunicación juegan un papel central en la promoción de cánones de belleza representados por una figura delgada, la cual aparece en la actualidad como único sinónimo de éxito, felicidad y salud (Castillo Pachón, 2006; Martín Llaguno, 2002; Mc Phail Fanger, 2002; Rutzstein, 2002; Vera Guerrero, 1998).

Estas representaciones propician la construcción de creencias negativas hacia quienes se apartan del estereotipo "exitoso". Es así como las personas que presentan sobrepeso u obesidad, y que no llegan a alcanzar este ideal de delgadez, se convierten en objeto tanto de estigmatización social como de prácticas discriminatorias (Gutiérrez Aguilar & López Ruiz, 2006).

Este modelo estético centrado en la delgadez es lejano a la realidad de la gran mayoría de las

personas, inclusive de los niños (Corti, 2005). De hecho, numerosos estudios sugieren que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población infantil está creciendo de manera alarmante en todo el mundo (Alva Frías, Ballesteros, Banda Correa, & López Badilla, 2005; Cole, Bellizzi, Flegal, & Dietz, 2000; Martinez, et al., 2001).

De manera coincidente con las tendencias internacionales, en la Argentina se halló una prevalencia del 20,8% de sobrepeso y del 5,4% de obesidad en varones y mujeres de 10 a 19 años que concurren al consultorio pediátrico. Incluso, los niños de 10 a 12 años presentaron una mayor prevalencia (34,3%) en comparación con las franjas etarias superiores (Kovalskys, Bay, Rausch Herscovici, & Berner, 2003). A su vez, otros autores señalaron que la prevalencia de sobrepeso y obesidad aumentaba en ambos sexos y a lo largo del tiempo en niños jujeños de entre 4 y 16 años (Bejarano, Dipierri, Alfaro, Quispe, & Cabrera, 2005).

Este incremento del sobrepeso infantil en una cultura que promueve la delgadez no deja de resultar paradójico. No obstante es preciso tener en cuenta que, a la vez que se promueve un ideal extremadamente delgado, la alimentación actual se caracteriza cada vez más por ser rica en grasas y poco nutritiva (Grupo de Trabajo Nutrición y Pediatría de la Sociedad Argentina de Nutrición, 2010). De hecho, los fast food (lugares de comidas rápidas) tienen gran popularidad entre los niños y adolescentes.

Si esto se combina con la ausencia de actividad física y el marcado sedentarismo característicos de los niños y adolescentes habitantes de grandes ciudades (Briz Hidalgo, Cos Blanco, & Amate Garrido, 2007; Pisabarro, Recalde, Irrazabal, & Chaftare, 2002), las tasas de sobrepeso y obesidad en población infanto-juvenil pueden comprenderse más claramente.

Por otra parte, es numerosa la literatura que analiza la presencia de estereotipos negativos hacia el sobrepeso y la obesidad en hombres y mujeres. Es frecuente que las personas obesas sean calificadas como menos competentes, más desagradables, inestables emocionalmente y faltas de voluntad (ver revisión de Puhl & Brownell, 2001).

Sin embargo, la presencia de estereotipos negativos en relación al sobrepeso y la obesidad no sería excluyente de la población adulta. Strauss y Pollack (2003) hallaron que los adolescentes con sobrepeso se encuentran más aislados socialmente, más marginados de las redes sociales de los jóvenes, y a su vez reciben menos apodos amistosos y más apodos injuriosos por parte de sus compañeros.

En la misma línea de estos hallazgos, en Chile (Collipal, Silva, Vargas, & Martínez, 2006) hallaron que para los adolescentes de entre 14 y 16 años la obesidad se asocia con conceptos negativos tales como discriminación, depresión, enfermedad, ansiedad, problemas, baja autoestima, chatarra y sedentarismo. También niños de menor edad (4 a 6 años), al calificar figuras de niños con diferentes rangos de peso (bajo peso, peso promedio y sobrepeso), otorgan atributos principalmente negativos (desagradable, tonto, sin amigos, descuidado, feo) a aquella figura que representa al niño con sobrepeso (Holub, 2008).

Incluso en la década del 60, uno de los más tempranos estudios sobre el tema (Richardson, Goodman, Hastorf, & Dornbusch, 1961) señaló que niños de entre 10 y 12 años, al clasificar seis figuras de niños según su atractivo físico (nenes: obeso, con peso promedio, con brazo o pierna amputados, o con alguna deformidad en el rostro), elegían al nene obeso entre los menos atractivos.

Por último, otro estudio detectó que niños de entre 7 y 12 años consideraron a la figura de un niño con sobrepeso como más vago (86%), menos feliz (74%), menos popular (81%), y menos atractivo (94%), en comparación con la figura del niño de peso promedio (Tiggemann & Wilson-Barrett, 1998).

Los prejuicios en relación a las personas con sobrepeso muchas veces son la base para el ejercicio de prácticas discriminatorias y burlas hacia quienes se alejan del ideal culturalmente aceptado.

De hecho, la discriminación por la apariencia física puede ser definida como la situación en la cual una persona o un grupo son tratados en forma desfavorable a causa de prejuicios en relación a atributos físicos.

En este sentido, diversos estudios indagaron la relación entre la presencia de sobrepeso u obesidad y el padecimiento de prácticas discriminatorias en función de la apariencia física (Brownell & Puhl, 2003; Manzo Chávez, López Mendiola, & Zavala, 2009; Saldaña García, 2005).

En 2006, un trabajo del Instituto Nacional contra la Discriminación, el Racismo y la Xenofobia (INADI) con adultos de la Ciudad de Buenos Aires reveló que entre aquellos que habían presenciado o padecido algún tipo de discriminación, un 30,8% había sido por obesidad, y un 29,1% por el aspecto físico (porcentajes superiores, en comparación con otros tipos de discriminación).

A su vez, un estudio realizado en los Estados Unidos con adultos mayores de 25 años (Carr & Friedman, 2005) demostró que las personas con obesidad son más discriminadas, reciben peores tratos en las relaciones interpersonales y presentan menores niveles de autoaceptación en comparación con personas de peso promedio. Claramente, los estudios dan cuenta de que este tipo de discriminación en función del peso es una de las modalidades más habituales de discriminación, pero también una de las más invisibilizadas o naturalizadas.

Es importante destacar que la experiencia de sufrir burlas y discriminación por la imagen corporal genera consecuencias en el desarrollo psicológico de quienes las padecen (Kovalskys, Bay, Rausch Herscovici, & Berner, 2003). Incluso, algunos autores señalan que las consecuencias psicológicas de padecer obesidad serían las más extendidas en la infancia y la adolescencia, en comparación con las posibles enfermedades médicas.

Kostanski y Gullone (2007) hallaron que la experiencia de sufrir burlas acerca del peso por parte de compañeros en la primaria -en niños de 7 a 10 años- incrementaba la insatisfacción con la imagen corporal, especialmente en aquellos niños que presentaban sobrepeso.

Un estudio posterior (Bittencourt et al., 2009) realizado en Brasil reveló que un 21% de chicos de 12 a 18 años experimentó sentimientos de discriminación por parte de sus pares en la escuela, y detectó que estos sentimientos fueron más prevalentes en aquellos jóvenes que se sentían insatisfechos con su propio cuerpo (un 42% más en comparación con quienes no lo estaban). A su vez, Krahnstoeber Davison y Birch (2002) revelaron que presentar sobrepeso se asociaba a un menor autoconcepto en niñas de 7 años, y que esa relación estaría mediatizada por las burlas experimentadas por los pares en relación con la apariencia física.

Por otra parte, se ha detectado que la aparición y el mantenimiento de los trastornos alimentarios también podría ser otra posible consecuencia de la discriminación por la imagen corporal.

Es así como algunos autores (Striegel-Moore, Dohm, Pike, Wilfley, & Fairburn, 2002) sostienen que una proporción significativamente mayor de mujeres que presentaban trastorno por atracón habían sufrido discriminación y burlas por parte de sus pares en la escuela, en comparación con mujeres controles.

A su vez, el riesgo de desarrollo de trastornos alimentarios puede vincularse con las prácticas discriminatorias ya que, como se ha señalado anteriormente, incrementan la insatisfacción con la imagen corporal, un factor asociado a los trastornos alimentarios también en la población infantil (Collins, 1991; De Gracia, Marcó, & Trujano, 2007; Elizathe, Arana, Murawski, & Rutzstein, 2009; Krahnstoever Davison, Markey, & Birch, 2003; Rutzstein et al., 2008; Skemp-Art, & Mikat, 2007).

## **Conclusiones**

Realizar intervenciones tempranas resulta esencial para prevenir el desarrollo de patologías tales como los trastornos alimentarios. En este sentido, en el marco del proyecto UBACyT y del proyecto UBANEX dirigidos por la profesora Guillermina Rutzstein, hace algunos años se está realizando un estudio que tiene como objetivo detectar adolescentes escolarizados en riesgo de desarrollar trastornos alimentarios, e implementar talleres preventivos en las escuelas secundarias.

Con el fin de ampliar esta iniciativa, desde 2009 la primera autora de este artículo comenzó a trabajar también con niños de escuelas primarias con el financiamiento de una beca doctoral del CONICET. En el marco de esta experiencia, encontró un elevado porcentaje de adolescentes y niños con trastornos alimentarios y tasas alarmantes de sobrepeso y obesidad en esta población.

A partir de estas investigaciones puede concluirse que, ser víctima de discriminación y padecer burlas por la apariencia física en la infancia y la adolescencia, puede favorecer el desarrollo de una baja autoestima, insatisfacción con la imagen corporal y sintomatología asociada a los trastornos alimentarios.

Dada la preponderancia de este tipo de prácticas en niños y adolescentes de edad escolar y del incremento de las tasas de sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil, en futuras investigaciones se debería evaluar cuáles son los prejuicios hacia el sobrepeso y la obesidad y su posible vínculo con las prácticas discriminatorias por el peso en esta población. Esto permitiría diseñar intervenciones específicas para aplicar en el ámbito escolar orientadas a trabajar sobre estos prejuicios para evitar burlas en función del peso. De esta manera, se podría hacer una importante contribución al trabajo que, como equipo venimos realizando, enfocado en la prevención de los trastornos alimentarios y patologías asociadas.

## **Bibliografía**

Alva Frías, L.; Ballesteros, E. A.; Banda Correa, D. & López Badilla, G. (2005). Análisis de la Obesidad en niños infantes en Mexicali, B.C., México.

- Bejarano, I.; Dipierri, J.; Alfaro, E.; Quispe, Y., & Cabrera, G. (2005). Evolución de la prevalencia de sobrepeso, obesidad y desnutrición en escolares de San Salvador de Jujuy. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 103(2), 101-109.
- Bittencourt, A.A.; Ganzo de Castro Aerts, D.R.; Alves, G.G; Palazzo, L.; Monteiro, L.; Conzatti Vieira, P.; & Freddo, S.L. (2009). Feelings of discrimination among students: prevalence and associated factors. *Rev Saúde Pública*, 43(2), 1-9.
- Briz Hidalgo, F.J.; Cos Blanco, A.I.; & Amate Garrido, A.M. (2007). Prevalencia de obesidad infantil en Ceuta. Estudio PONCE 2005. *Nutrición Hospitalaria*, 22(4), 471-477.
- Brownell, K.D. & Puhl, R. (2003). Stigma and Discrimination in Weight Management and Obesity. *The Permanente Journal*, 7(3), 21-23.
- Castillo Pachón, B. (2006). Sociedad de Consumo y Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 4, 321-335.
- Carr, D. & Friedman, M.A. (2005). Is Obesity Stigmatizing? Body Weight, Perceived Discrimination, and Psychological Well-Being in the United States. *Journal of health and social behavior*, 46, 244-259.
- Cole, T.J.; Bellizzi, M.C.; Flegal, K.M. & Dietz, W.H. (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *British Medical Journal*, 320(7244), 1240-3.
- Collins, M.E. (1991). Body figure perceptions and preferences among pre-adolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, 10(2), 199-208.
- Collipal, E.; Silva, H.; Vargas, R.; & Martínez, C. (2006) Significado de la Obesidad para los Adolescentes de Temuco-Chile. *International Journal of Morphology*, 24(2), 259-262.
- Corti, A.M. (2005). La estética de la imagen y la tiranía del éxito. *Revista Electrónica de Psicología Política*, 2(8).
- De Gracia, M.; Marcó, M. & Trujano, P. (2007). Factores asociados a la conducta alimentaria en preadolescentes. *Psicothema*, 19 (4), 646-653.
- Elizathe, L.; Arana, F.; Murawski, B. & Rutzstein, G. (2009). "Trastornos alimentarios en niños y su relación con insatisfacción con la imagen corporal y perfeccionismo: estado del arte". En *Memorias del I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XVI Jornadas de Investigación y Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. Tomo 1*, pag: 34-36, Ciudad de Buenos Aires – República Argentina.
- Grupo de Trabajo Nutrición y Pediatría de la Sociedad Argentina de Nutrición (2010). Mensajes engañosos en productos destinados a la alimentación de los niños. Extraído el 20 de septiembre de 2010 de <http://www.sanutricion.org.ar/productos-ninos.pdf>.
- Gutiérrez Aguilar, P., & López Ruiz, M.P. (2006). Estereotipo-Prejuicio. Programas hacia la tolerancia intergrupala. *Revista Digital Investigación y Educación*. 25(2), 1-18.
- Holub, S.C. (2008) Individual differences in the anti-fat attitudes of preschool-children: The importance of perceived body size. *Body Image*, 5, 317–321.
- Instituto Nacional contra la Discriminación, el Racismo y la Xenofobia (INADI), (2006). Mapa de la discriminación: representaciones, acciones y percepciones acerca de la discriminación en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
- Kovalskys, I.; Bay, L.; Rausch Herscovici C. & Berner E. (2003). Prevalencia de obesidad en una población de 10 a 19 años en la consulta pediátrica. *Archivos Argentinos de Pediatría*; 101(6), 1-7.
- Kostanski, M., & Gullone, E. (2007). The Impact of Teasing on Children's Body Image. *Journal of Child and Family Studies*, 16, 307–319.
- Krahnstoever Davison, K.; Markey, C.N., & Birch, L.L. (2003). A Longitudinal Examination of Patterns in Girls' Weight Concerns and Body Dissatisfaction from Ages 5 to 9 Years. *International Journal of Eating Disorders*, 33(3), 320–332.
- Krahnstoever Davison, K., & Birch, L.L. (2002). Processes Linking Weight Status and Self-Concept Among Girls From Ages 5 to 7 Years. *Developmental Psychology*, 38(5), 735–748.
- Manzo Chávez, M. C.; López Mendiola, A. & Zavala, L. S. (2009). La intervención psicológica para el manejo de la estigmatización de niños de 4º año de primaria. *Revista de Educación y Desarrollo*, 10, 67-72.
- Martín Llaguno, M. (2002) La tiranía de la apariencia en la sociedad de las representaciones. *Revista Latina de Comunicación Social*, 50.
- Martinez, C.A.; Ibañez, J.O.; Paterno, C.A.; Semenza de Roig Bustamante, M. Heitz, M.I; Kriskovich Jure, J.O.; de Bonis, G.R., & Cáceres, L.C. (2001). Sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes de la Ciudad de Corrientes. Asociación con factores de riesgo cardiovascular. *Medicina (Buenos Aires)*, 61(3), 308-314.
- Mc Phail Fanger, E. (2002). Cuerpo y cultura. *Razón y Palabra*, 25.
- Pisabarro, R.; Recalde, A.; Irrazabal, E.; & Chaffare, Y. (2002). ENSO niños 1: Primera encuesta nacional de sobrepeso y obesidad en niños uruguayos. *Revista Médica del Uruguay*, 18, 224-250.
- Puhl, R., & Brownell, K.D. (2001) Bias, Discrimination, and Obesity. *Obesity Research*, 9 (12), 788-805.
- Richardson, S.A.; Goodman, N.; Hastorf, A.H., & Dornbusch, S.M (1961). Cultural Uniformity in Reaction to Physical Disabilities. *American Sociological Review*, 26(2), 241-247.

- Rutzstein, G. (2002). Trastornos alimentarios. La cultura de la delgadez. *Encrucijadas-UBA, Revista de la Universidad de Buenos Aires*, 16 (2), 76-85.
- Rutzstein, G.; Maglio, A.L.; Murawski, B.; Leonardelli, E.; Sarudiansky, M.; Arana, F.; Armatta, A.M.; Diez, M.; Dos Santos, P.; Elizathe, L.; Lievendag, L.; Ojalora, J.; Reiner, C.; Scappatura, M.L. & Stazone, N. (2008). "Trastornos de la alimentación: identificación de casos en adolescentes escolarizados de la Ciudad de Buenos Aires". *En Memorias de las XV Jornadas de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR "Problemáticas actuales, aportes de la investigación en psicología". Tomo 1*, pag:74-77, Ciudad de Buenos Aires - República Argentina.
- Saldaña García, C. (2005). Repercusiones psicológicas de la obesidad en la adolescencia. *Formación Médica Continuada en Atención Primaria*, 12 (3), 139-46.
- Skemp-Arlt, K. & Mikat, R. (2007) Body Image Perceptions and Eating Patterns Among Preadolescent Children. *Californian Journal of Health Promotion*, 5 (1), 14-22.
- Strauss, R. S. & Pollack, H. A. (2003). Social Marginalization of Overweight Children. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 157 (8), 746-752.
- Striegel-Moore R.H.; Dohm, F.A.; Pike, M.K.; Wilfley, D.E. & Fairburn, C.G. (2002). Abuse, Bullying, and Discrimination as Risk Factors for Binge Eating Disorder. *American Journal of Psychiatry*, 159, 1902–1907.
- Tiggemann, M. & Wilson-Barrett, E. (1998). Children's Figure Ratings: Relationship to Self-Esteem and Negative Stereotyping. *International Journal of Eating Disorders*, 23, 83–88.
- Vera Guerrero, M.N. (1998). El cuerpo ¿Culto o Tiranía?. *Psicothema*, 10 (001), 111-125.