



La obesidad infantil una perspectiva multifactorial

Childhood overweight and obesity, a multifactorial perspective

Brenda de los Ángeles Ramírez Vargas

Prestadora de Servicio Social, Programa Universitario: Obesidad, Sobrepeso, Salud, Emociones:
Atención cognitivo conductual/ Tratamiento Integral de la Obesidad, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM.
brendangelesvargas@gmail.com

<https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2023.13.52.88973>

Resumen

La obesidad infantil, es en esta década un problema creciente que impacta en muchos ámbitos de la vida de los infantes, incluyendo el bienestar psicosocial. Por mucho tiempo, solo se analizó la problemática únicamente desde la visión médica, lo que provocó que se dejaran de lado aspectos de la salud psicológica, psíquica y de las relaciones interpersonales, de forma particular. La estigmatización y los prejuicios establecidos en nuestra sociedad conllevan que los niños con sobrepeso u obesidad sientan discriminación en los entornos familiar, escolar, sanitario, a través de los medios de comunicación u otros que pueden dar lugar a problemas psicológicos, como depresión, ansiedad, baja autoestima y calidad de vida o trastornos alimentarios. Con el objetivo de identificar las principales alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil, se realiza en este artículo, una revisión de las alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil, considerando a su vez que, para prevenir y reducir la prevalencia e incidencia del sobrepeso y obesidad a fin de garantizar un adecuado estado de salud en la población pediátrica, es necesario promover entornos saludables donde la colaboración multidisciplinaria.

Palabras clave: obesidad, infantes, perspectiva multifactorial, entorno, salud.

Abstract

Childhood obesity, in this decade, is a growing problem that impacts on many areas of children's lives, including psychosocial well-being. For a long time, the problem was only analyzed from a medical point of view, which caused aspects of psychological and psychic health and interpersonal relationships, in particular, to be overlooked. The stigmatization and prejudices established in our society lead children with overweight or obesity to feel discrimination in the family, school and health environments, through the media or others, which can give rise to psychological problems, such as depression, anxiety, low self-esteem and low self-esteem, depression, anxiety, low self-esteem and quality of life or eating disorders. With the aim of identifying the main psychological alterations associated with childhood obesity, this article reviews the psychological alterations associated with childhood obesity, considering that, to prevent and reduce the prevalence and incidence of overweight and obesity in order to ensure an adequate state of health in the pediatric population, it is necessary to promote healthy environments where multidisciplinary collaboration.

Keywords: obesity, Childhood, multifactorial perspective, environment, health.

Recibido el 20 de septiembre de 2023.
Aceptado el 30 de enero de 2024.

El concepto de “obesidad infantil” hace referencia a la acumulación excesiva de tejido adiposo que determina afectación física y/o psicológica del niño, conduciendo a un incremento en el riesgo tanto presente como futuro de padecer patologías asociadas, así como de mortalidad precoz (Martos y Argente, 2020).

La obesidad se ha convertido en uno de los desafíos más relevantes de la salud pública. El crecimiento exponencial de la obesidad durante las últimas tres décadas la ha convertido en una epidemia mundial, que afecta tanto a países desarrollados como en vías de desarrollo, con un mayor impacto en estos últimos (Ruíz, Bacardí y Jiménez, 2019).

En la actualidad en México el problema del sobrepeso y obesidad infantil ha alcanzado niveles alarmantes. De acuerdo al reporte de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2016), la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad en los niños de 5 a 11 años de edad es de 33.2%, mayor en regiones urbanas que en las zonas rurales (34.9% vs. 29.0%). En la Ciudad de México la problemática epidemiológica es de las más alarmantes porque en esta región se alcanzan cifras especialmente elevadas de sobrepeso y obesidad 32.9% (15.9% de sobrepeso y 17.0% de obesidad) (Ayala, Hernández y Vergara, 2020).

La obesidad representa un proceso patológico común en el ser humano. Dicho proceso ha perdurado durante siglos por factores genéticos y ambientales, hasta convertirse actualmente en una pandemia con consecuencias serias para la salud (González, 2013).

El incremento de la obesidad está relacionado con factores dietéticos y con un incremento en el estilo de vida sedentario. El aumento del consumo de grasas saturadas y de carbohidratos, unido a una disminución de la ingesta de vegetales y unos bajos niveles de actividad física, son las causas más importantes en el desarrollo de este problema de salud mundial. Por otra parte, las consecuencias de la obesidad alcanzan proporciones catastróficas. Entre ellas se destacan las enfermedades cardíacas y vasculares, alteraciones del metabolismo lipídico (dislipidemias) y en consecuencia aterosclerosis; alteraciones en determinado tipo de hormonas con gran actividad metabólica como la insulina, originando problemas de resistencia celular

a la misma (hiperinsulinemia); menor tolerancia a la glucosa, lo que origina riesgo de padecer diabetes mellitus tipo 2; hipertensión arterial con el riesgo de accidentes cerebrovasculares (ACV) que ello supone; déficit de hormona de crecimiento e hiperleptinemia. Al conjunto de estos factores o alteraciones se le denomina síndrome metabólico, y algunos pueden hacer ya su aparición a los 6 años de edad en niños y adolescentes obesos (González, 2013).

La obesidad es una patología de etiología multifactorial, (genética, neuroquímica, metabólica, celular, hormonal, psicológica, social y cultural). Por lo anterior, se plantea la necesidad de abordar psicológicamente este problema con un enfoque que considere tanto la etiología como el mantenimiento de la obesidad, las variables cognitivas que son las creencias; variables afectivas, refiriéndose al manejo de estados emocionales displacenteros; y variables ambientales (costumbres, hábitos).

Las alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil se reflejan en:

- ▶ Personalidad del niño: Se ha determinado que no hay una personalidad específica para el niño obeso (Remesal, 2008); no obstante, hay algunos rasgos de personalidad que se asocian a la obesidad. Una revisión sistemática menciona que al parecer hay asociación entre la obesidad en niños de edad preescolar con un temperamento de reactividad negativa y baja autorregulación (Amaro y Flores, 2017). Un estudio en preescolares encontró asociación entre reactividad negativa y la alimentación emocional o Emotional Eating (Messereli, 2018). Otro estudio indica que, en adolescentes con peso normal, hay mayor tendencia a la agresividad, hostilidad e insensibilidad que en sus pares obesos (Lacunza, Caballero y Salazar, 2015).
- ▶ Actitudes de los niños hacia la obesidad: Diversos estudios han mostrado que los niños prefieren a niños de peso normal o delgado, así como prefieren la amistad de niños discapacitados a la de niños obesos. Los niños asocian obesidad con características negativas como la pereza y el desaliño, y desarrollan actitudes negativas contra las figuras con obesidad (Morales, 2010). Un estudio cualitativo reportó términos negativos asociados al sobrepeso, presentando los niños una mayor focalización corporal en el abdomen y las niñas,

una notable importancia de la estética (López y Ramírez, 2015). Los niños con obesidad tienen el mismo tipo de prejuicios, adoptando actitudes negativas contra el sobrepeso. El niño obeso se siente excluido en la ropa, moda y actividades lúdicas de una sociedad con valores, creencias y actitudes en pro a la delgadez (Pallares y Baile, 2012).

- **Imagen corporal en el niño obeso:** La imagen corporal se refiere a las representaciones, percepciones, sentimientos y actitudes que el individuo elabora con respecto a su cuerpo durante su existencia y a través de diversas experiencias, debidas a cambios psicológicos, sociales y culturales (Morales, 2010). La imagen corporal en el niño obeso tiene dos perspectivas importantes: la autoimagen corporal y la imagen corporal que perciben los padres.

La obesidad incide negativamente en la percepción social y actitudinal que tienen los niños y niñas sobre su propio cuerpo (Morán, Alvear y Yamamoto, 2012). Los niños obesos focalizan su atención en su sobrepeso, ignorando el resto de sus cualidades físicas. Tienen una imagen muy deteriorada de sí mismos y se sienten inferiores y rechazados. Esto puede llevar al niño a desarrollar comportamientos depresivos, de ansiedad o hasta de trastornos alimentarios. Es importante destacar que, en muchas ocasiones, los niños pueden manifestar la depresión de una forma distinta a los adultos, adoptando conductas agresivas como causa de la depresión.

Los progenitores, en especial las madres, perciben a sus hijos como más delgados de lo que realmente son. Numerosos estudios muestran que existe una distorsión de la imagen corporal de la madre hacia su hijo obeso o con sobrepeso, al que perciben como más delgado. Esta subestimación del peso corporal de sus hijos sin duda influye en la pobre adherencia familiar al tratamiento de la obesidad (Lundahl, Kidwell y Nelson, 2014).

Para prevenir y reducir la prevalencia e incidencia del sobrepeso y obesidad a fin de garantizar un adecuado estado de salud en la población pediátrica, hoy en día, existe la necesidad de desarrollar intervenciones que promuevan entornos saludables donde la colaboración multidisciplinaria entre distintos agentes sociales resulta fundamental, el esfuerzo coordinado de diversas

instancias (la familia, el sector público y de salud, el sector privado, sector educativo, sociedad civil y organismos internacionales), tendría el propósito de incidir con propuestas y acciones integrales tendentes a modificar los hábitos alimentarios y los patrones que inhiben la actividad física en la población infantil (Ayala, Hernández y Vergara, 2020).

Por otro lado, se han descrito ampliamente las consecuencias de los diferentes factores de riesgo en el desarrollo del sobrepeso y obesidad, por lo que la evidencia apunta a que la mayor parte de las intervenciones se orientan a la modificación de estos factores claves del estilo de vida con diferentes enfoques y niveles (Brown & Summerbell, 2008), cuyas bases teóricas, generalmente se fundamentan en la planeación e implementación de programas de intervención colectiva e individual orientados a lograr un aprendizaje social o con bases de comportamiento (Ayala, Hernández y Vergara, 2020).

El estigma que se encuentra detrás de la obesidad es el ambiente alimentario desfavorable de la transición alimentaria que condena a siete de cada diez mexicanos adultos, las acciones de salud preventiva que no llegan a la población, el “peso” asignada a cada persona para que lleve a cabo su autocuidado y el desarrollo de prácticas médicas clínicas en cirugía bariátrica para pacientes que pueden acceder económicamente a estas intervenciones. Así, la estigmatización de quienes padecen obesidad y sobrepeso agudizan esta problemática. Las acciones contra la estigmatización se podrán establecer a través de: Valorar las actitudes y comportamientos de las personas, facilitar el acceso a la alimentación y a espacios públicos seguros, modificar las actitudes negativas hacia las personas con presencia de sobrepeso u obesidad, eliminar las conductas violentas en el trato social, distinguir a las personas por sus cualidades integrales y no por un rasgo en particular, expresar la solidaridad a las dificultades que tengan de recuperar su salud con un peso normal, otorgar atención multidisciplinaria desde la prevención hasta la conclusión del tratamiento, recibir orientación psicológica de apoyo, asesoría y psicoterapia acorde con sus condiciones individuales vinculadas a la condición de peso, desenvolverse en la convivencia social con seguridad y confianza fortalecer la asertividad en todas áreas de interacción social.

Referencias

- Amaro, M. y Flores, Y. (2017). Efecto del temperamento infantil en el peso del niño preescolar: una revisión sistemática. *Enferm glob*, 16(46), 596-623. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.16.2.262231>
- Ayala-Moreno, M. R, Hernández-Mondragón, A. R. y Vergara-Castañeda, A. (2020). Educación multidisciplinaria en la prevención de obesidad en educandos de la Ciudad de México. *Revista de Educación*, 15(1), 102-115. <https://www.redalyc.org/journal/4677/467761669008/467761669008.pdf>
- González-Jiménez, E. (2013). Obesidad: análisis etiopatogénico y fisiopatológico. *ELSEVIER*, 60(1), 17-24. <https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-obesidad-analisis-etiotopatogenico-fisiopatologico-S1575092212001283>
- Lacunza, A., Caballero, S. y Salazar, R. (2015). Características de personalidad en adolescentes con sobrepeso y obesidad. *Psicología y Salud*, 25(1), 5-14. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.1.488>
- López, J., Ramírez, J. y Gea, A. (2015). Aproximación socio-antropológica a la obesidad infantil: estudio de caso en dos colegios de Valencia, España. *Rev Nutr*, 28(2), 155-163. <https://www.scielo.br/j/rn/a/rh3KJDgQVJ7yQpLHH3TyNMj/abstract/?lang=es>
- Lundahl, A., Kidwell, K. M. & Nelson, T. D. (2014). Parental Underestimates of Child Weight: A Meta-analysis. *Pediatrics*, 133(3), 689-703. doi: 10.1542/peds.2013-2690.
- Marto-Moreno, G. A. y Argente, J. (2020, junio). Obesidades en la infancia. *Pediatría Integral*, 24(4), 220-230. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-06/obesidades-en-la-infancia/>
- Messerli, N., Stülb, K. & Kakebeeke, T. (2018). Emotional eating is related with temperament but not with stress biomarkers in preschool children. *Appetite*, 120(1), 256-264. doi: 10.1016/j.appet.2017.08.032
- Morales-González, J. (2010). *Obesidad: un enfoque multidisciplinario*. Universidad Autónoma de Hidalgo, México.
- Morán-Alvarez, I., Alvear-Galindo, M. y Yamamoto-Kimura, L. (2012). Percepción corporal en escolares versus su índice de masa corporal. *Rev Mex Ped*, 79(2), 82-85. <https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2012/sp122d.pdf>
- Pallares, J. y Baile, J. (2012). Estudio de la obesidad infantil y su relación con la imagen corporal en una muestra española. *Psicología. Avances de la Disciplina* 6(2), 13-21. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862012000200002&lng=en&tlng=es.
- Remesal, R. (2008). Desarrollo evolutivo, personalidad y nivel de adaptación en un grupo de menores obesos. *Apuntes de Psicología*, 26(3), 411-426. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/163>
- Ruiz-Cota, P., Bacardí-Gascón, M. y Jiménez-Cruz, A. (2019). Historia, tendencias y causas de la obesidad en México. *Journal of Negative and No Positive Results JONNPR* 4(7), 737-745. <https://www.jonnpr.com/PDF/3054.pdf>



Perspectivas de Obesidad 2023 archivo personal RSGR