

CONDUCTAS PSICOSOCIALES ASOCIADAS A LA OBESIDAD INFANTIL OBSERVADAS POR EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

PSYCHOSOCIAL BEHAVIORS ASSOCIATED WITH CHILDHOOD OBESITY OBSERVED BY STUDENTS OF PRIMARY EDUCATION IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Autores:

Gigirey Vilar, Ana⁽¹⁾; Rodríguez Fernández, José Eugenio⁽¹⁾; Ramos Vizcaíno, Alba⁽¹⁾

Institución:

⁽¹⁾ Universidade de Santiago de Compostela. Contacto: anitavilar89@gmail.com

Resumen:

El sobrepeso y la obesidad infantil se considera actualmente uno de los problemas más importantes de salud de niños y niñas en edad escolar, aspecto que deriva en muchas ocasiones en diversos problemas físicos, psicológicos y sociales. Los cambios sociales, fruto de una modernización acelerada e imparable, han provocado cambios en los hábitos de las personas, haciéndolas más sedentarias, recurriendo a una precaria alimentación y enfocando la educación, en muchos casos, con fines competitivos y de producción.

El objetivo de esta investigación fue conocer la percepción del alumnado de Educación Primaria sobre las conductas psicosociales derivadas de la obesidad. Se diseña una investigación cuantitativa y descriptiva, en la que participan un total de 310 alumnos (174 niños y 136 niñas) de 5º y 6º curso de 6 centros de Educación Primaria de la zona norte de la ciudad de Santiago de Compostela, utilizando el cuestionario como herramienta principal para la recogida de datos. Los resultados muestran que se produce rechazo hacia compañeros que sufren problemas de sobrepeso y obesidad, produciéndose

burlas y otras conductas negativas que en muchos casos pueden desembocar en casos graves de acoso escolar. La práctica regular de ejercicio físico, una dieta equilibrada y una educación en valores pueden y deben contribuir decididamente a paliar los altos índices de obesidad infantil y mitigar, de cierta forma, los problemas que de ella se derivan.

Palabras Clave:

Educación primaria; obesidad infantil; ejercicio físico; dieta equilibrada; educación en valores.

Abstract:

Overweight and obesity is currently considered one of the most important health problems of children at school age, appearance that derives many times in various physical, psychological and social problems. Social changes, result of a modernization accelerated and unstoppable, have led to changes in the habits of people, making them more sedentary, resorting to a precarious power and focusing on education, in many cases, for competitive purposes and production.

The objective of this research was to study the perceptions of students of primary education on psychosocial arising from obesity behaviors. A quantitative and descriptive research involving a total of 310 students (174 boys and 136 girls) 5 th and 6 th course of 6 primary schools in the northern part of the city of Santiago de Compostela, using the questionnaire as a tool is designed main for the collection of data. The results show that there is rejection of many suffering problems of overweight and obesity, taunts and other negative behaviors that may lead to serious cases of bullying in many cases. The regular practice of physical exercise, a balanced diet and a values education can and must contribute decisively to mitigate the high rates of childhood obesity and, somehow, to mitigate problems arising from it.

Key Words:

Primary education; childhood obesity; physical exercise; diet balanced; education in values.

Gigirey, A.; Rodríguez, J.E.; Ramos, A. (2018). Conductas psicosociales asociadas a la obesidad infantil observadas por el alumnado de educación primaria en las clases de educación física. *Trances*, 10(2):217-236. 218

1. INTRODUCCIÓN

Resulta difícil, desde un punto de vista social, valorar los beneficios de la modernidad. Si lográramos cuantificar todos los perjuicios, incluidos los “costos ocultos”, podríamos determinar el resultado real, valorando si el balance resultante es positivo en términos de desarrollo armónico, salud y calidad de vida.

Los cambios sociales que se están produciendo en los últimos años están afectando considerablemente al estilo de vida de los ciudadanos y, el cambio, no siempre es de forma positiva. El éxodo del campo a la ciudad, el desarrollo de las nuevas tecnologías, del transporte o de nuevas formas de ocio han motivado una pérdida de ciertos hábitos beneficiosos para nuestra salud (Martínez, Contreras, Aznar & Lera, 2012; Moscoso, Martín, Pedrajas & Sánchez, 2013; Pinel et al., 2017), reflejando datos alarmantes y preocupantes de sedentarismo y obesidad en la población infantil (De Piero, Rodríguez-Rodríguez, González-Rodríguez & López-Sobaler, 2014; García-García et al., 2013; Sánchez-Cruz, Jiménez-Moleón, Fernández-Quesada & Sánchez, 2013). De esta realidad se hace eco en los diferentes medios de comunicación, organizaciones (OMS, 2016) y estudios científicos, que consideran que estos factores (sedentarismo y obesidad) constituyen el cuarto y quinto factor de riesgo para la mortalidad mundial (Espejo et al., 2015).

Durante la etapa escolar, los niños y niñas que desarrollan obesidad tienden a padecer diversos problemas físicos, psicológicos y sociales, que suelen acompañarlos a lo largo de su vida, contribuyendo de este modo a que aumenten los factores de riesgo y que provoquen que, en su etapa adulta, tengan una mala calidad de vida (Pinel et al., 2017). Así pues, tal y como se muestra en la figura 1, es conveniente prestar atención a los hábitos de los escolares (en este caso, relacionados con la práctica de ejercicio físico y una alimentación saludable), que a menudo no se les presta la atención necesaria y que a la larga provoca numerosos problemas (de salud y de relación social) y que en muchos casos suelen desembocar en actitudes discriminatorias por parte de sus propios compañeros.

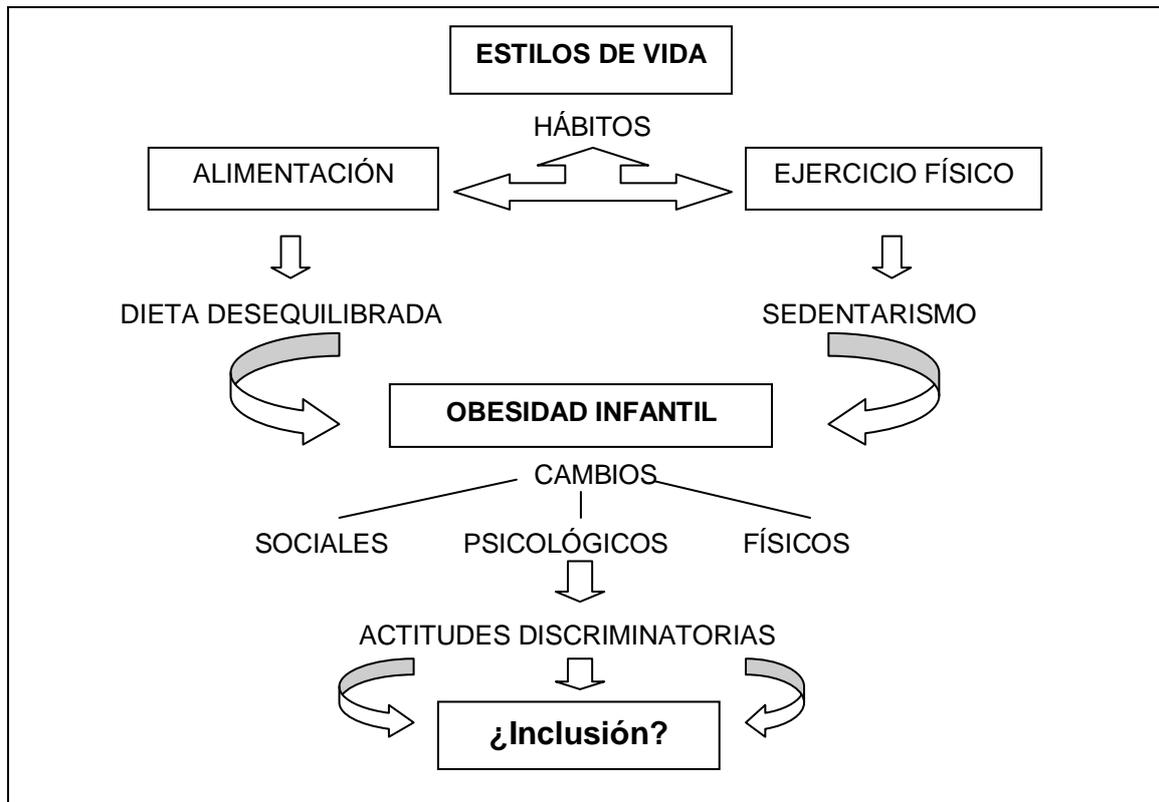


Figura 1. Esquema de la relación entre los estilos de vida y su influencia en posibles actitudes discriminatorias. Fuente: elaboración propia.

Los niños y niñas en edad escolar, están sometidos a estereotipos y valores estéticos relacionados con la imagen corporal que se difunden a la sociedad a través de los medios de comunicación (Gómez-Peresmitré & Acosta, 2000; Núñez-Avilés, 2015; Vaquero-Cristóbal, Alacid, Muyor & López-Miñarro, 2013). En este sentido, afirma Núñez-Avilés (2015) que:

En la sociedad de hoy, el cuerpo se presenta como un objeto de consumo y como objeto de juicio social. A través de los medios masivos de comunicación se intenta mostrar una imagen ideal del cuerpo, a la cual hay que imitar, o por el contrario, se teme quedar fuera de las normas sociales, ser juzgado y excluido de la sociedad. Esto afecta sobretudo a los adolescentes, por la etapa del desarrollo en la que se encuentran, pero cada vez más se extiende a todas las etapas de la vida de los sujetos, desde los inicios de la niñez hasta la vida adulta (p. 28).

Los niños y niñas en edad escolar se encuentran en un período especialmente crítico, ya que su desarrollo normal entra en conflicto con el ideal estético imperante (Camacho, Fernández & Rodríguez, 2006), dentro de un contexto sociocultural que sobrevalora un estándar de belleza basada en la prodelgadez (Serpa, Castillo, Gama & Giménez, 2017; Vaquero-Cristóbal et al., 2013) y el atractivo físico (Levine, Smolak, Moodey, Shuman & Hessen, 1994).

Esta percepción y valoración de la imagen corporal es más frecuente en chicas que en chicos (Camacho et al., 2006; López-Sánchez, 2017; Núñez-Avilés, 2015; Serpa et al., 2017) y está asociado al trastorno de conductas alimentarias (Behar & Arancibia, 2015; López-Morales & Garcés-de-los-Fayos-Ruiz, 2012; Magallares, Carbonero-Carreño, Ruiz-Prieto, & Jauregui-Lobera, 2016). Además, una connotación negativa de la imagen corporal tiende a provocar en los sujetos determinados problemas psicológicos, como una baja autoestima (Furnham, Badmin & Sneade, 2002) o depresión (Stice, Hayward, Cameron, Killen, & Taylor, 2000).

La práctica de actividad física repercute positivamente en la mejora de la imagen corporal de los jóvenes (Borrego-Balsalobre, López-Sánchez, & Díaz-Suárez, 2014; Buchworth & Dishman, 2002; Camacho, 2005; López-Sánchez, López-Sánchez, & Díaz-Suárez, 2015; Serpa et al., 2017; Williams & Cash, 2001) y constituye una de las variables de mayor importancia en el desarrollo de una persona (Castro-Sánchez et al., 2015; Chacón-Cuberos et al., 2016; Espejo-Garcés et al., 2017).

Todos estos aspectos relacionados con el ejercicio físico, la alimentación, la imagen corporal o los estereotipos sociales, entre otros, repercuten de forma importante en la personalidad y, en concreto, en los aspectos psicosociales de niños y niñas en edad escolar, etapa en la que desarrollan su sentido de adaptación y de relación con su entorno (Hernández, 2010).

El objetivo de esta investigación fue conocer y analizar la percepción del alumnado de educación primaria con respecto a conductas y actitudes de

carácter psicosocial asociadas al sobrepeso y obesidad en esta etapa educativa.

2. METODOLOGÍA

2.1. Diseño

Se diseña una investigación de carácter cuantitativa y descriptiva, empleando un estudio de caso que, según Flick (2015) intenta llevar a cabo una investigación descriptiva, exhaustiva y en profundidad de un caso determinado, con el fin de descubrir e identificar tanto los problemas como las causas que pueden ocurrir en el origen de los mismos.

2.2 Muestra

Participan en este estudio 310 alumnos (174 niños y 136 niñas) de 5º y 6º curso de 6 centros de educación primaria de la zona norte de Santiago de Compostela. Para la inclusión de la muestra se siguieron estos criterios:

- Aceptar la propuesta de realización del estudio.
- Tener un rango de edad de entre 9 y 12 años.
- Realizar un cuestionario online.

2.3. Instrumento

Se emplea un cuestionario como instrumento de recogida de datos (López-Roldán & Fachelli, 2015; Martínez-Olmo, 2002). Se elabora este cuestionario de tipo ad hoc, a partir de cuestionarios similares previamente validados, correspondientes al Programa PERSEO (Ministerio de Educación y Ciencia, 2011). Se opta por el empleo de soporte digital para su realización, alojando el cuestionario en un blog y al que el alumnado accedía en función del sexo.

Se trata de un cuestionario de 10 preguntas, con opciones de respuesta múltiple, donde el tiempo que requería su cumplimentación era aproximadamente de 7 minutos.

2.4. Procedimiento

Para el desarrollo de esta investigación se procedió con la siguiente hoja de ruta:

- Solicitud de permisos a los órganos educativos competentes (dirección del centro, tutores y familias) e información pormenorizada del estudio que se pretendía realizar (objetivos, procedimiento, confidencialidad de los datos, etc...).
- Explicación en el aula (en compañía del docente especialista en Educación Física) del cuestionario y del procedimiento para su cumplimentación. Posteriormente, cada alumno/a cubre el cuestionario en el aula, gracias a los recursos informáticos existentes por la implantación del Proyecto Abalar en los centros educativos.
- El análisis estadístico se realiza automáticamente, de forma online, a través de la aplicación del programa de Google docs, formato elegido para la realización del cuestionario electrónico. Posteriormente se emplea una hoja de cálculo para plasmar los resultados teniendo en cuenta la variable de género.

3. RESULTADOS

En el primer ítem del cuestionario, tanto para niños como para niñas, se proporciona como anexo una foto de una niña obesa, y se les cuestiona acerca de su percepción de la fotografía, otorgándoles cuatro opciones: Guapa, inteligente, sincera y trabajadora (opción A); Fea, torpe, vaga y glotona (opción B); Fea, inteligente, sincera y trabajadora (opción C); Guapa, torpe, vaga y glotona (opción D).

En este caso, se obtienen diferencias en cuanto a género. Los niños alcanzan un porcentaje más elevado (55,3%) refiriéndose a la imagen como fea, inteligente, sincera y trabajadora (opción C); el 21,8% como guapa, inteligente, sincera y trabajadora (opción A); el 17,2% como fea, torpe, vaga y glotona (opción B); y el 5,7% como guapa, torpe, vaga y glotona (opción D) (ver figura 2).

En cambio, las niñas alcanzan el mayor porcentaje (47,1%) en la opción A (guapa, inteligente, sincera y trabajadora); el 30,1% se refiere a la niña de la fotografía como fea, inteligente, sincera y trabajadora (opción C); un 13,2% como fea, torpe, vaga y glotona (opción B); y el 9,6% como guapa, torpe, vaga y glotona (opción D) (ver figura 2).

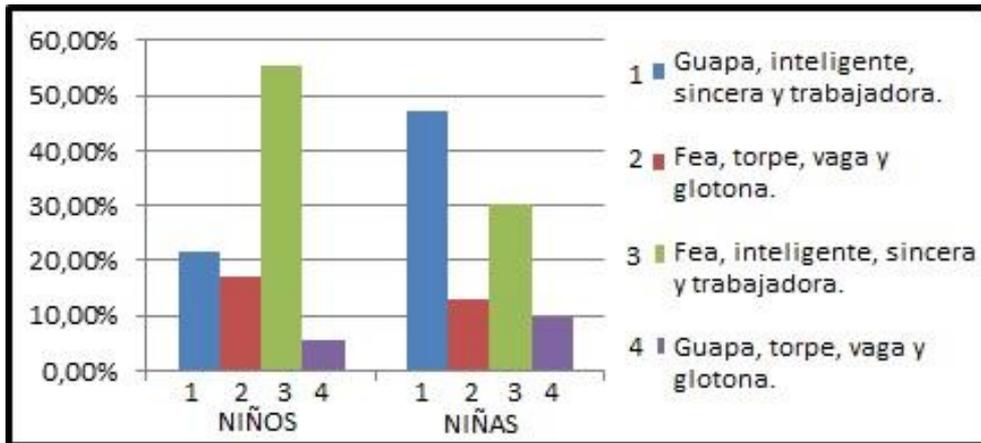


Figura 2. Percepción personal de la imagen de la niña obesa.

En referencia al ítem relacionado con la visión fisiológica de la obesidad (figura 3), el 82,4% de las niñas (frente al 66,3% de los niños) asumen que la obesidad es una enfermedad, mientras que el 17,6% de las niñas (y el 33,7% de los niños) piensa que la obesidad es una elección de la propia persona, que se encuentran en esa situación por voluntad propia.

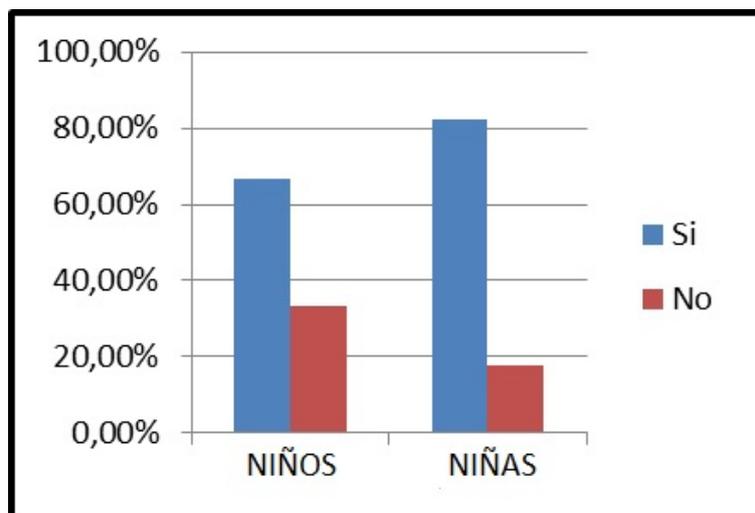


Figura 3. Visión fisiológica de la obesidad.

Asimismo, se encuentran ligeras diferencias entre sexos en cuanto a la valoración de la imagen corporal (ver figura 4), registrando que a un 17,6% de las niñas les gustaría ser más delgadas, mientras que los niños reflejan un 10,9% de insatisfacción en este aspecto. De todas formas, los porcentajes de referencia siguen siendo que el 82,4% de las niñas y el 89,1% de los niños está satisfecho con su cuerpo y tienen una visión positiva de su imagen corporal.

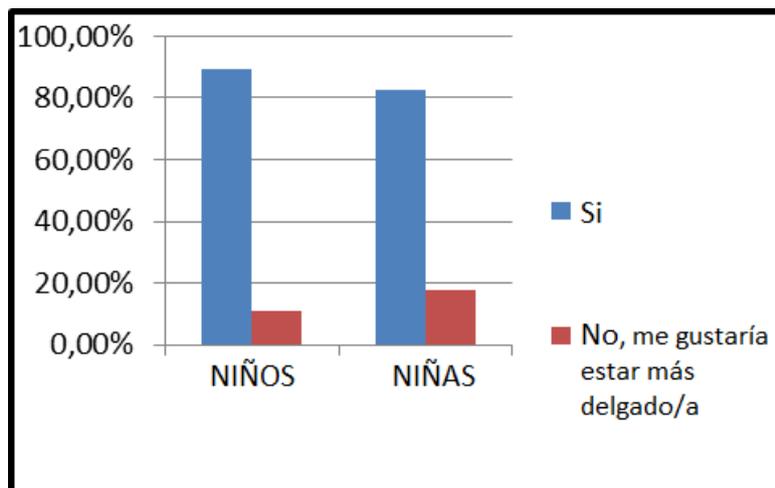


Figura 4. Valoración de la imagen corporal.

En cuanto a los ítems relacionados con la temática de burlas referidas a personas obesas, se registran datos positivos y alentadores al respecto. Así, el 98,9% de los niños y el 95,6% de las niñas afirma que no se burlaría nunca de una persona que en clase de Educación Física no fuera capaz a realizar correctamente un ejercicio o su ejecución fuera irregular (ver figura 5).

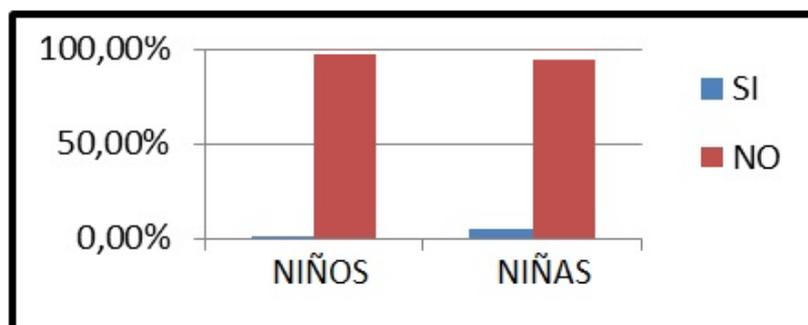


Figura 5. Burlas individuales referidas a compañeros/as

A pesar de esto, cuando la situación se traslada al ámbito intergrupalo, el 32,2% de los niños y el 29,4% de las niñas afirman que en “muchas ocasiones”

podieron observar a compañeros/as riéndose de otros niños y niñas que no conseguían realizar un determinado ejercicio físico en clase o su ejecución no era la correcta; o el 54,6% de los niños y el 60,3% de las niñas afirmando que esas mismas acciones se repetían “algunas veces”; y el 13,2% de los niños y el 10,3% de las niñas afirman no haber observado nunca ese tipo de conductas (ver figura 6).

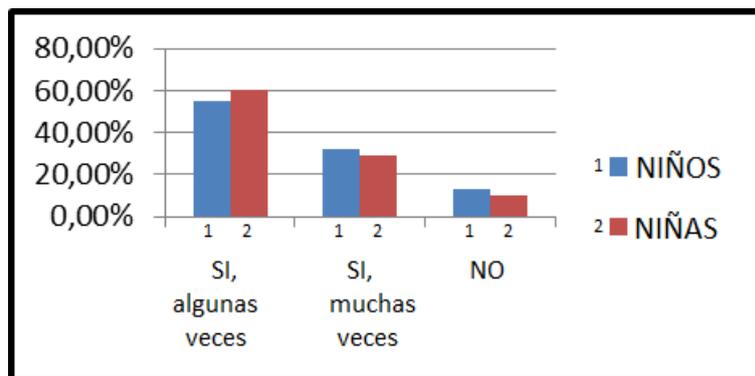


Figura 6. Burlas intergrupales hacia personas obesas

A la hora de elegir un compañero/a o un miembro más de un equipo para la realización de un ejercicio o actividad en clase de Educación Física, el 23,6% de los niños y el 32,4% de las niñas afirman que elegirían sin ningún tipo de problema a cualquier persona, independientemente de su físico. El 66,1% de los niños y el 55,1% de las niñas afirman también que si, pero no lo harían como primera opción; y el 10,3% de los niños y el 12,5% de las niñas no elegirían a una persona obesa como compañero/a para realizar ejercicios o tareas en clase de Educación Física (ver figura 7).

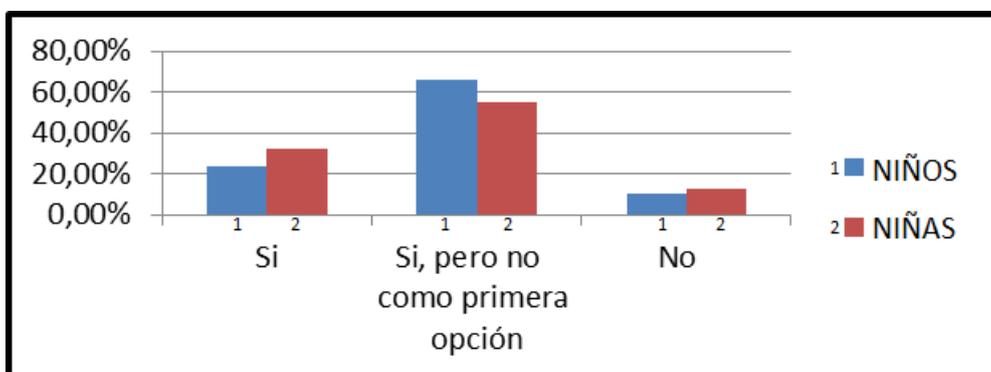


Figura 7. Elección de una persona obesa para la práctica de ejercicios, tareas o actividades en clase de Educación Física.

En cuanto a la percepción personal sobre el tratamiento para mejorar los índices de obesidad infantil, el 65,5% de los niños y el 78,7% de las niñas opinan que la obesidad tendría solución combinando adecuadamente una dieta equilibrada y la práctica regular de ejercicio físico; no obstante, un 2,9% de los niños y un 6,6% de las niñas consideran que el problema de la obesidad infantil no tiene solución posible. El resto de sujetos de ambas muestras no asocian una vinculación directa del ejercicio físico y la dieta equilibrada como factores protectores y de tratamiento ante esta enfermedad (ver figura 8).

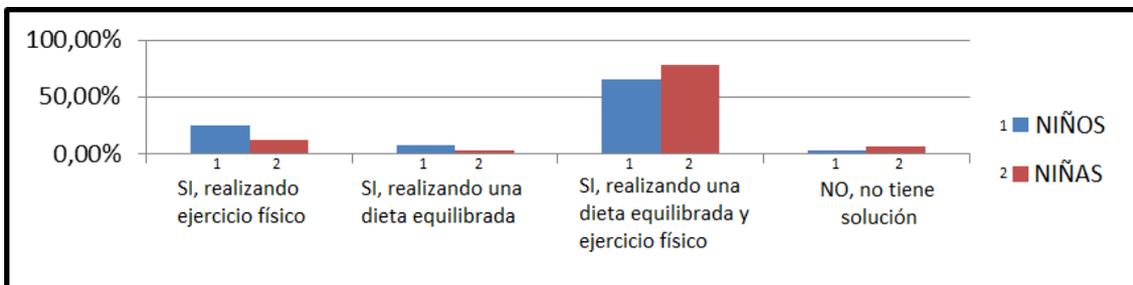


Figura 8. Percepción personal sobre el tratamiento para mejorar los índices de obesidad infantil

Finalmente, en relación a los agentes que se necesitan para combatir la obesidad, se registran porcentajes similares tanto en niños como en niñas, ya que el 55,5% y el 52,9%, respectivamente, afirman que para eso se necesita tanto la ayuda de los maestros como de los compañeros. No obstante, es notorio que el 21,8% de los niños y el 31,6% de las niñas consideran que para superar esta epidemia no se necesita la ayuda ni de compañeros ni de maestros, remitiéndose a los padres como figura más importante al respecto (ver figura 9).

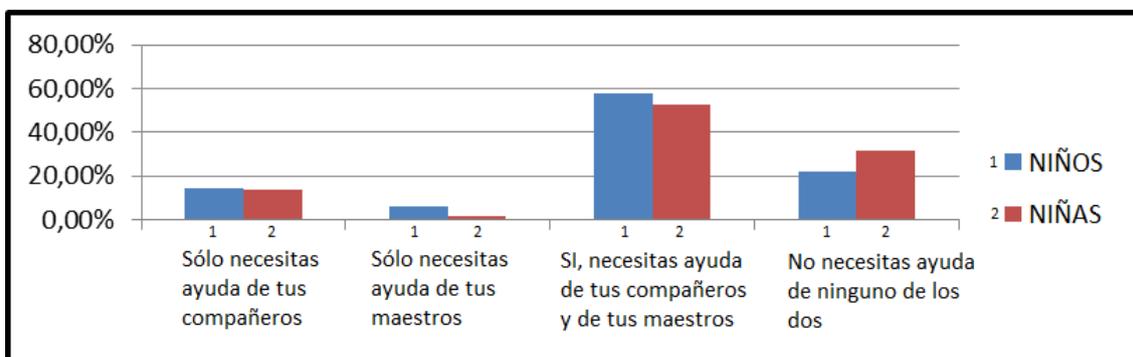


Figura 9. Agentes necesarios para combatir la obesidad infantil.

4. DISCUSIÓN

Prevert, Navarro y Bogalska-Martin (2012) señalan que los estereotipos y los prejuicios sociales tienen un origen sociocultural, transmitidos al unísono con las normas, las costumbres y maneras de comportarse, y que generan actitudes y valores que atacan directamente el estado de bienestar de una determinada sociedad. La apariencia física sigue jugando un papel importante en este sentido, y podemos comprobar en este estudio como niños y niñas mantienen altos porcentajes de rechazo cara a otros compañeros por su apariencia física.

Un estudio del British Council sobre la diversidad e inclusión en las escuelas, revela que en España el 47% de los escolares muestran actitudes de rechazo cara a otras personas por tener una apariencia física distinta. Dentro de los que sufren este rechazo, aparte de motivos religiosos, de raza o acento, la apariencia física es la que más se tiene en cuenta hoy en día, y más en la etapa de la adolescencia, donde los índices de rechazo por este motivo superan el 50%.

Este estudio refleja porcentajes similares a los expresados por el British Council, y a pesar de que los niños presentan porcentajes mayores que las niñas en cuanto a actitudes de rechazo derivadas de la apariencia física, investigaciones como las de Jaramillo, Cárdenas, Forero y Ramírez (2007) muestran que niños y niñas con edades entre los 9 y 11 años presentan conductas similares que influyen en ese rechazo, apreciando influencias culturales al respecto, al igual que en los estudios de Prevert et al., (2012) o de Sánchez-Martín y Sánchez-Martín (2001).

Magallares (2014, p.81), en relación a la discriminación en el área educativa por motivos de obesidad y sobrepeso, afirma que “investigaciones en el área educativa también encuentran que los prejuicios hacia los niños y niñas con problemas de peso están muy extendidos” detectando que “el rechazo hacia los obesos comienza en edades muy tempranas” y que “la figura del niño obeso era siempre menos valorada”.

Los participantes en el estudio son conscientes de que la obesidad infantil es un grave problema, una enfermedad, que afecta a la salud de niños y niñas e influye en conductas de rechazo, como se deriva del ítem anterior y de estudios como los de Magallares (2014). Y es que los cambios sociales han influido decididamente en los altos índices de sedentarismo y obesidad (Pinel et al., 2017), sobre todo en edad infantil y juvenil (Martínez et al., 2012), enfermedad considerada por la Organización Mundial de la Salud (2016) como uno de los problemas más importantes de salud pública del siglo XXI.

Los datos de este estudio demuestran que permanecen estimaciones de los escolares obesos por sus pares, en ambos sexos, a través de burlas y adjetivos con connotación negativa, al igual que muestra el estudio realizado por Cabello y Vázquez-González (2014). Esta discriminación suele desembocar en conductas antisociales, aislamiento, depresión e inactividad física y, en muchos casos, en un aumento de la ingestión de alimentos que agrava esta problemática de la obesidad (Romero, Márquez-Rosa, Bernal, Camberos, & De Paz, 2014).

Además de burlas y comportamientos despectivos hacia los compañeros, observamos como también se asocia la obesidad con conductas de aislamiento. En este caso, los resultados del estudio muestran como por el hecho de ser obeso estos niños y niñas no serían elegidos por sus compañeros preferentemente para realizar determinadas tareas en la clase de Educación Física, al igual que muestra el estudio de Tornero-Quiñones, Sierra-Robles, Carmona, & Gago (2015). Y es que como afirma Magallares (2014, p. 81) “ese prejuicio que se tiene hacia el niño obeso muchas veces se traduce en prácticas de exclusión directa y de hecho los que tienen índices de masa corporal más elevados son los que sufren más problemas de aislamiento y de ridiculización durante la etapa escolar”.

Los resultados de esta investigación nos muestran una valoración positiva de los participantes con su imagen corporal. De todas formas, se observa una evaluación positiva de las figuras delgadas (Jiménez & Silva, 2013), canon de belleza actual basada en la prodelgadez (Levine et al., 1994; **Gigirey, A.; Rodríguez, J.E.; Ramos, A. (2018). Conductas psicosociales asociadas a la obesidad infantil observadas por el alumnado de educación primaria en las clases de educación física. *Trances*, 10(2):217-236.**

Serpa et al., 2017; Vaquero-Cristóbal et al., 2013) que los medios de comunicación se encargan de difundir a diario (Gómez-Peresmitré, 2000; Núñez-Avilés, 2015; Vaquero-Cristóbal et al., 2013). Asimismo, se observa en este estudio una mayor preocupación de las niñas por su imagen corporal, al igual que se observa en estudios como los de Camacho et al. (2006), López-Sánchez (2017), Núñez-Avilés (2015) y de Serpa et al. (2017).

En cuanto a la prevención, más de la mitad de los participantes en el estudio afirman que la mejor intervención en el tema de la obesidad infantil es una adecuada combinación de actividad física y dieta equilibrada. Estudios como los de Gehman, Hovell, Sallis y Keating (2006) o de Richardson y Paxton (2010) indican en este aspecto, mostrando mejoras positivas en la imagen corporal después de implementar diferentes programas basados en actividad física y alimentación. Y es que la práctica de actividad física, deporte y una adecuada alimentación son los pilares básicos para combatir el problema de la obesidad (Alba-Martín, 2016; Martínez-López, Lozano, Zagalaz, & Romero, 2009; Santos-Muñoz, 2005).

5. CONCLUSIONES

Los niños y niñas en edad escolar están sometidos a estereotipos y valores estéticos relacionados con la imagen corporal, actualmente relacionados con la pro-delgadez, donde la sociedad, a través de los medios de comunicación fundamentalmente, se encargan de recordarnos diariamente cuál es el canon al que debemos ajustarnos. Es evidente que siguen persistiendo actitudes y prejuicios hacia niños obesos y, en el ámbito educativo, provoca sobre todo burlas, conductas de rechazo y aislamiento, con el consiguiente riesgo que eso supone para este alumnado, propenso a desarrollar diversos problemas físicos, psicológicos y sociales.

En este sentido, se hace necesaria una intervención conjunta de todos los agentes educativos (docentes, familias, instituciones...) que incida fundamentalmente en tres aspectos.

- Educación en valores, para comprender la realidad de una de las enfermedades más graves del siglo XXI, como es la obesidad. Valores como la comprensión, la empatía, la solidaridad, el compañerismo..., son aspectos educativos que deben estar presentes diariamente en la escuela, hecho que ayudará a comprender mejor este fenómeno y, a fin de cuentas, mejorar la formación humana de los estudiantes.
- Desarrollar programas específicos de actividad física y deportiva, ya que está demostrado que el gasto calórico derivado de la práctica deportiva mejora significativamente los índices de obesidad.
- Prestar especial atención a la alimentación de niños y niñas, evitando aquellos alimentos especialmente hipercalóricos (bollería industrial, refrescos azucarados, dulces...) que, tristemente, hoy en día forman parte de la dieta habitual de los más jóvenes.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alba-Martín, R. (2016). Prevalencia de obesidad infantil y hábitos alimentarios en educación primaria. *Enfermería Global*, 42, 40-51.
2. Behar, R., & Arancibia, M. (2015). Trastornos de la imagen corporal: anorexia nerviosa versus anorexia inversa (trastorno dismórfico muscular). *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 6(2), 121-128.
3. Borrego-Balsalobre, F.J., López-Sánchez, G.F., & Díaz-Suárez, A. (2014). Relationships between physical fitness and physical self-concept in Spanish adolescents. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 132, 343-350. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.320>
4. Buchworth, J., & Dishman, R.K. (2002). *Exercise psychology*. Champaign: Human Kinetics.
5. Cabello, M., & Vázquez-González, S. (2014). Prácticas alimentarias y obesidad infantil. Cultura regional y factores intrapersonales familiares y escolares. *Alternativas. Cuadernos de trabajo social*, 21, 47-62.

6. Camacho, M.J. (2005). *Imagen corporal y práctica de actividad física en la adolescencia*. Tesis doctoral. Facultad de Educación. Universidad Complutense de Madrid.
7. Camacho, M.J., Fernández, E., & Rodríguez, M.I. (2006). Imagen corporal y práctica de actividad física en las chicas adolescentes: incidencia de la modalidad deportiva. *International Journal of Sport Science*, 2 (3), 1-19.
8. Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Martínez-Martínez, A., Espejo-Garcés, T., & Álvaro-González, J.I. (2015). Harmful substances and motivational climate in relation to physical activity. *Health and Addictions*, 15 (2), 115-126.
9. Chacón-Cuberos, R., Castro Sánchez, M., Caracuel Cáliz, R., Padial Ruz, R., Collado-Fernández, C., & Zurita-Ortega, F. (2016). Profiles of alcohol and tobacco use among adolescents from Andalusia in the first cycle of secondary education. *Health and Addictions*, 16 (2), 93-104.
10. De Piero, A., Rodríguez-Rodríguez, E., González-Rodríguez, L.G., & López-Sobaler, A. (2014). Sobrepeso y obesidad en un grupo de escolares españoles. *Revista Chilena de Nutrición*, 41 (3), 264-271. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182014000300006>
11. Espejo-Garcés, T., Martínez-Martínez, A., Chacón-Cuberos, R., Zurita-Ortega, F., Castro-Sánchez, M., & Cachón-Zagalaz, J. (2017). Alcohol consumption and physical activity in adolescents from rural environment. *Health and Addictions*, 17 (1), 97-105.
12. Espejo, T., Cabrera, A., Castro, M., López, J., Zurita, F., & Chacón, R. (2015). Modificaciones de la obesidad a través de la implementación de herramientas físico-posturales en escolares. *Revista Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 28, 78-83.
13. Flick, U. (2015). *El diseño de la investigación cualitativa*. Madrid: Morata.

14. Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: gender differences in eating attitudes, self-esteem and reasons for exercise. *Journal of Psychology*, 136 (6), 581-596.
15. García-García, M., Vázquez, M.A., Galera, R., Alias, I., González, M.M., Bonillo, A..., & Torrico, S. (2013). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes de 2 a 16 años. *Endocrinología y nutrición*, 60 (3), 121-126.
16. Gehrman, C.A., Hovell, M.F., Sallis, J.F., & Keating, K. (2006). The effects of a physical activity and nutrition intervention on body dissatisfaction, drive for thinness, and weight concerns in pre-adolescents. *Body Image*, 3 (4), 345-351.
17. Gómez-Peresmitré, G., & Acosta, M.V. (2000). Imagen corporal como factor de riesgo en los trastornos de la alimentación: una comparación transcultural entre México y España. *Clínica y Salud*, 11 (1), 35-58.
18. Hernández, H. (2010). *Modelo de Creencias de Salud y Obesidad. Un estudio de los adolescentes de la Provincia de Guadalajara*. Tesis doctoral. Departamento de Psicopedagogía y Educación Física. Universidad de Alcalá de Henares.
19. Jaramillo, J.M., Cárdenas, T., Forero, C., & Ramírez, D. (2007). Juicios expresados por niñas y niños de 9 a 11 años de edad sobre comportamientos y actitudes que conducen a la aceptación o al rechazo social en un grupo escolar. *Diversitas*, 3 (1), 81-107.
20. Jiménez, B., & Silva, C. (2013). Preocupación materna por la apariencia física en relación con la estigmatización de los niños hacia la figura corporal. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 18 (1), 19-34.
21. Levine, M.P., Smolak, L., Moodey, A.F., Shuman, M.D., & Hessen, L.D. (1994). Normative developmental challenges and dieting and eating disturbances in middle school girls. *International Journal of Eating Disorders*, 15 (1), 11-20.
22. López-Morales, J.L., & Garcés-de-los-Fayos-Ruiz, E.J. (2012). Hacia una integración comprensiva de la obesidad desde una perspectiva multidisciplinar. *Nutrición Hospitalaria*. 27(6). 1810-1816.

23. López-Roldán, P., & Fachelli, S. (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
24. López-Sánchez, G.F. (2017). *Composición corporal, imagen corporal, actividad física y salud en niños y adolescentes*. Tesis doctoral. Facultad de psicología. Universidad de Murcia.
25. López-Sánchez, L., López-Sánchez, G. F., & Díaz-Suárez, A. (2015). Effects of a physical activity program on the body image of schoolchildren with ADHD. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 135-142.
26. Magallares, A. (2014). Prejuicios, discriminación y calidad de vida en obesidad mórbida. En M.A. Rubio, M.D. Ballesteros-Pomar, Sánchez-Pernaute, & Torres-García (Ed), *Manual de obesidad mórbida* (pp. 79-84). Madrid: Panamericana.
27. Magallares, A., Carbonero-Carreño, R., Ruiz-Prieto, I., & Jauregui-Lobera, I. (2016). Beliefs about obesity and their relationship with dietary restriction and body image perception. *Anales de Psicología*, 32 (2), 349-354. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.32.2.215251>
28. Martínez, J., Contreras, O., Aznar, S., & Lera, A. (2012). Niveles de actividad física medido con acelerómetro en alumnos de 3º ciclo de Educación Primaria: actividad física diaria y sesiones de Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 21 (1), 117-123.
29. Martínez-López, E.J., Lozano, L.M., Zagalaz, M.L., & Romero, S. (2009). Valoración y autoconcepto del alumnado con sobrepeso. Influencia de la escuela, actitudes sedentarias y de actividad física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 17 (5), 44-59.
30. Martínez-Olmo, F. (2002). *El cuestionario: un instrumento para la investigación de las ciencias sociales*. Barcelona: Laertes.
31. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2011). *Programa PERSEO (Programa Piloto Escolar de Referencia para la Salud y el*

Ejercicio, contra la Obesidad). Disponible en:
<http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/>

32. Moscoso, D., Martín, M., Pedrajas, N., & Sánchez, R. (2013). Sedentarismo activo. Ocio, actividad física y estilos de vida de la juventud española. *Archivos de Medicina del Deporte*, 30 (6), 341-347.
33. Núñez-Avilés, F. (2015). *Estudio de la satisfacción de la imagen corporal en educación primaria. Relaciones con la actividad física y el nivel de condición física de los escolares*. Tesis doctoral. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Málaga.
34. Organización Mundial de la Salud (OMS) (2016). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Sobrepeso y obesidad infantiles*. Recuperado de <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
35. Pinel, C., Chacón, R., Castro, M., Espejo, T., Zurita, F., & Pérez, A. (2017). Diferencias de género en relación con el Índice de Masa Corporal, calidad de la dieta y actividades sedentarias en niños de 10 a 12 años. *Revista Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 176-180.
36. Prevert, A., Navarro, O., & Bogalska-Martin, E. (2012). La discriminación social desde una perspectiva psicosociológica. *Revista de psicología de la Universidad de Antioquia*, 4 (1), 1-14.
37. Richardson, S.M., & Paxton, S.J. (2010). An Evaluation of a body image intervention based on risk factors for body dissatisfaction: A controlled study with adolescents girls. *International Journal of Eating Disorders*, 43 (2), 112-122. doi: 10.1002/ eat.20682
38. Romero, R., Márquez-Rosa, S., Bernal, F., Camberos, N., & De Paz, J. A. (2014). Imagen corporal en niños obesos: efectos producidos por un programa de ejercicio físico. *E-balonmano.com: Revista del Ciencias del Deporte*, 10 (3), 149-162.
39. Sánchez-Cruz, J.J., Jiménez-Moleón, J.J., Fernández-Quesada, F., & Sánchez, M.J. (2013). Prevalencia de obesidad infantil y juvenil en

España en 2012. *Revista Española de Cardiología*, 66, 371-376.

DOI: 10.1016/j.recesp.2012.10.016

40. Sánchez-Martín, R., & Sánchez-Martín, J. (2001). Culturas deportivas y valores sociales: una aproximación a la dimensión social del deporte. *Revista Apunts*, 64, 33-45.
41. Santos-Muñoz, S. (2005). La Educación Física escolar ante el problema de la obesidad y el sobrepeso. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 5 (19), 179-199.
42. Serpa, J.C., Castillo, E., Gama, A.P., & Giménez, F.J. (2017). Relación entre actividad física, composición corporal e imagen corporal en estudiantes universitarios. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 6 (2), 39-48.
43. Stice, E., Hayward, C., Cameron, R.P., Killen, J.D., & Taylor, C.B. (2000) Bodyimage and eating disturbances predict onset of depression among female adolescents: a longitudinal study. *Abnormal Psychology*, 109, 3, 438-44.
44. Tornero-Quiñones, I., Sierra-Robles, A., Carmona, J., & Gago, J. (2015). Implicaciones didácticas para la mejora de la imagen corporal y las actitudes hacia la obesidad desde la Educación Física. *Revista Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 27, 146-151.
45. Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J.M., & López-Miñarro, A. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28 (1), 27-35.
46. Williams, P.A., & Cash, T.F. (2001). Effect of a circuit weight training program on the body images of collage students. *International Journal of Eating Disorders*, 30 (1), 75-82.