Los niños “reproducen” los prejuicios y estereotipos hacia las personas con sobrepeso desde los 3 años de edad.

« resumen

Las personas con sobrepeso sufren diferentes formas de discriminación y estigmatización en múltiples ámbitos de su vida desde la infancia. Estudios recientes realizados por investigadoras de la Facultad de Psicología de la UCM parecen indicar que este tipo de actitudes negativas comienzan a los 3 años, confirmando resultados previos de investigaciones realizadas en Estados Unidos.

« a fondo

En los últimos años la obesidad y el sobrepeso están alcanzando tasas alarmantes en la población general y, especialmente, en la infancia. Si no se frena el actual ritmo de crecimiento, en el año 2010 la población infantil con sobrepeso alcanzará cifras tales como el 38% en la Unión Europea, o el 50% en Norteamérica. Estamos, por tanto, frente a una de las grandes amenazas para la salud pública en el siglo XXI, según la Organización Mundial de la Salud, al declarar que la obesidad ha alcanzado ya carácter de epidemia a nivel global.

En España, la situación es preocupante en el conjunto de la población, aunque es en la población infantil donde el sobrepeso ha sufrido un incremento desmesurado en las dos últimas décadas, llegando a triplicarse el número de niños que sufren obesidad. En nuestro país, la obesidad afecta ya al 16,1% de los niños entre los 6 y los 12 años, siendo España el tercer país desarrollado en la tasas de personas con exceso de peso, superado sólo por EEUU y Reino Unido.

Niños con obesidad en Estados Unidos

Este problema, con importantes consecuencias globales económicas y de salud, debe ser también analizado desde la perspectiva de las personas que padecen sobrepeso, pues a menudo se convierten en objetivos especialmente vulnerables de distintos tipos de rechazo, discriminación y prejuicios. Junto a las claras consecuencias negativas para la salud, la obesidad representa actualmente una desviación del canon de belleza de las sociedades occidentales post-industriales, en las que se están produciendo en las últimas décadas alarmantes cambios respecto a las concepciones de belleza y normalidad en relación a la complexión física. Numerosos estudios muestran que la delgadez es cada vez más valorada, mientras que la gordura se percibe de forma crecientemente más negativa. Así pues, actualmente las personas con sobrepeso sufren doblemente: por un lado, por su salud más vulnerable, y por otro lado porque deben enfrenterase al menosprecio social. Esta situación social podría estar empeorando sus problemas físicos y psíquicos, aumentando a su vez los problemas de ansiedad y la incidencia de los trastornos de la alimentación y las conductas de alimentación inadecuadas.

Los prejuicios hacia las personas que sufren sobrepeso vienen siendo objeto de estudio por parte de la psicología social desde hace más de 40 años en Estados Unidos. Los múltiples trabajos realizados en este área confirman que los adultos con sobrepeso debe enfrentarse a múltiples situaciones de discriminación y estigmatización en todos los ámbitos de la vida: trabajo, educación, sistema de salud, relaciones interpersonales, etc. Sin embargo, la investigación evolutiva sobre este tema es más reciente. Los resultados de los estudios realizados en los últimos años sobre el tema parecen indicar que los niños y adolescentes con sobrepeso sufren estigmatización y prejuicios por parte de sus propios compañeros, sus profesores, e incluso por parte de su propio entorno familiar.

El grupo de investigación de la Facultad de Psicología de la UCM dirigido por la Prof. Ileana Enesco comenzó hace unos años a interesarse por el estudio del prejuicio hacia la gordura en la infancia. Estas investigaciones vienen desarrollándose en un marco general de investigación sobre el desarrollo durante la infancia de otro tipo de prejuicios tradicionalmente más estudiados, como son los prejuicios étnicos o los relacionados con el color de la piel.

En una investigación reciente, Irene Solbes e Ileana Enesco se propusieron analizar las actitudes hacia la gordura de un grupo de 280 niños de 3 a 8 años escolarizados en la Comunidad de Madrid. Para estudiar este tema, realizaron con cada niño una pequeña entrevista en la que se pedía a los participantes que contestaran a una serie de preguntas sobre un grupo de 4 figuras que representaban a niños y niñas de distinta complexión física (desde *muy delgado* a *muy gordo*). Concretamente, se pedía a los niños que mostraran sus preferencias (¿*cuál te gusta más*?, ¿*cuál te gusta menos*?), que eligieran posible compañero de juego (¿*con cuál te gustaría jugar*?, ¿*con cuál no te gustaría jugar*?), que se identificaran de distinta forma con estas figuras (¿*a cuál te pareces más*?, ¿*a cuál te gustaría parecerte*?, ¿*a cuál no te gustaría parecerte*?), o que atribuyeran adjetivos a las figuras basándose en un cuento (¿*cuál es el personaje bueno*?, ¿*cuál es el personaje malo*?).

En general, los participantes en este estudio, niños y niñas de 3 a 8 años de edad, mostraron claras actitudes positivas hacia las figuras de complexión física media. Este tipo de figuras fueron elegidas mayoritariamente como aquellas que más les gustaban, con las que más se identificaban, a las que más les gustaría parecerse, las figuras preferidas como compañero de juego y las que podrían representar al personaje *bueno* en un cuento. Por el contrario, las figuras de los niños/as *muy gordos* fueron mayoritariamente elegidas por los participantes como las que menos les gustaban, a las que no les gustaría parecerse, con las que no les gustaría jugar y las figuras que representaban al personaje *malo* en un cuento. Respecto a las figuras que representaban a los niños/as *muy delgados*, se encontraron resultados mixtos, tal y como ocurre en investigaciones previas. Este tipo de complexión elicitó en una proporción considerable de los participantes actitudes positivas, mientras que otra parte importante de los participantes mostró actitudes negativas hacia este tipo de complexión corporal.

Según las autoras de este estudio, los resultados obtenidos en esta investigación obligan a la sociedad a reflexionar sobre dos aspectos del problema. Por un lado, pese a que la obesidad es en parte un resultado de las condiciones actuales de vida (sedentarismo, hábitos de alimentación no saludables, etc), la sociedad *castiga* a las personas con sobrepeso discriminándolas y, en el mundo adulto, prejuzgándolas como menos capaces intelectual o moralmente, o faltas de autocontrol y fuerza de voluntad. Por otro lado, debemos prestar atención a los modelos de belleza que la sociedad (medios de comunicación, padres, escuela...) está inculcando a los niños desde muy temprano (véase, por ejemplo, el cuerpo que tienen muñecas como la *Barbie*, cuyo éxito de ventas alcanza cifras astronómicas: cada medio segundo, alguien compra una muñeca *Barbie* en el mundo). El ideal de belleza de los adultos parece estar *afectando* claramente desde temprano al mundo de los niños, con el consiguiente riesgo que supone la exposición a estos modelos en la aparición de todo tipo de trastornos de la alimentación en niños y jóvenes.

En los últimos años la sociedad en general ha avanzado mucho en la integración de grupos tradicionalmente estigmatizados y excluidos (como las minorías étnicas, los inmigrantes, los homosexuales, los discapacitados, etc.). Sin embargo, persisten todavía fuertes actitudes negativas hacia las personas con sobrepeso, surgiendo estas actitudes en los primeros años de vida del niño. Los resultados de esta investigación y de otras similares nos indican que, si bien es necesario tomar medidas para prevenir la obesidad en la infancia, el sistema educativo debe también proteger el bienestar físico y emocional de los niños con sobrepeso y, en general, de todos los niños con características físicas que puedan convertirlos en objetivo de múltiples formas de discriminación.

« « « « « « « « « « « « « « « « « « más información

Otras fuentes donde obtener más información sobre el tema:

- ***Weight Bias: Nature, Consequences, and Remedies*.** (2005). Kelly D. Brownell, Rebecca M. Puh, Marlene B. Schwartz y Leslie Rudd. New York: Guilford Press.
- www.yaleruddcenter.org
- **www.obesityaction.org**

Irene Solbes Canales (irenesolbes@psi.ucm.es)
Personal Investigador en Prácticas
Dpto. Psicología Evolutiva y de la Educación. Facultad de Psicología, UCM