



Percepción del tamaño corporal actual y deseado en la niñez temprana

María Pilar León^{1,2}, Irene González-Martí¹, Guillermo Felipe López-Sánchez³ y Onofre Ricardo Contreras Jordán¹

¹Universidad de Castilla-La Mancha (España)

²Universidad Alfonso X el Sabio (España)

³Anglia Ruskin University (Reino Unido)

Recibido el 10 de marzo de 2020. Aceptado el 28 de junio de 2021

RESUMEN: La imagen corporal es un constructo de relevancia social dada su repercusión en la salud física y mental. La investigación de este constructo en edades tempranas ha recibido escasa atención a pesar de que algunos autores han demostrado que existe preocupación hacia el cuerpo en edad preescolar. Este estudio de diseño mixto tuvo como objetivo medir la percepción del tamaño corporal, el cuerpo deseado y la insatisfacción corporal en niños de edad temprana. Para ello, se utilizó la Escala Corporal para Preescolares, compuesta de cuatro figuras de niños con diferentes estados de peso, la cual fue administrada a 176 participantes de 4 y 5 años, de los cuales 96 fueron chicos y 80 fueron chicas. Los resultados mostraron que la percepción del tamaño corporal fue inexacta en ambos sexos y edades, tendiendo hacia una mayor sobreestimación en las niñas. También se observó que la mayoría de los participantes eligieron una figura deseada diferente a la percibida, especialmente el sexo femenino. Sin embargo, este hallazgo no necesariamente reflejaría la existencia de insatisfacción corporal, como sugieren los datos cualitativos. Las respuestas de los participantes parecen reflejar una ligera conciencia corporal. Se necesitan futuros estudios que ahonden más en el desarrollo de la imagen corporal en edades tempranas.

Palabras clave: Imagen corporal; niños; percepción del tamaño corporal; deseo corporal.

Perception of current and desired body size in early childhood

ABSTRACT: Body image is a construct of social relevance given its impact on physical and mental health. The research of this construct at an early age has received little attention despite some authors have demonstrated that there is concern towards the body in preschool age. This mixed design study aimed to measure body size perception, desired body and body dissatisfaction among children of young age. For that purpose, Preschoolers' Body Scale, composed of four children figures with different weight status, was administered to 176 participants of 4 and 5 years, of which 96 were boys and 80 were girls. Results showed that body size perception was inaccurate in both sexes and ages, tending towards greater overestimation in girls. It was also observed that most participants chose the desired figure different from the perceived one, especially females. However, this finding does not necessarily reflect the existence of body dissatisfaction, as qualitative data suggest. Participants' responses appear to reflect a slight body awareness. Future studies that deepen in body image development at early ages are needed.

Keywords: Body image; children; body size perception; desired body size.

Introducción

La existencia de trastornos alimentarios en la infancia ha generado un interés en diferentes campos de conocimiento que han centrado su atención en conocer el comienzo del desarrollo de la imagen corporal en esta etapa y de la aparición de preocupaciones y/o insatisfacción hacia el cuerpo (O'Dea, 2012).

La literatura existente ha demostrado que los niños y niñas menores de 5 años tienen dificultades para juzgar con precisión su tamaño corporal (Ambrosi-Randic y Tokuda, 2004; Holub 2008; Meers et al., 2011; Ra et al., 2016), lo cual sugiere que no tienen una representación mental fiable de su cuerpo y que ésta podría desarrollarse años más tarde (Ambrosi-Randic y Tokuda, 2004; Dunphy-Lelii et al., 2014). Algunas veces esta inexactitud en la percepción tiende hacia la subestimación (i.e., se ven más delgados de lo que son) (Vázquez-Arevalo et al., 2018), especialmente conforme los niños y niñas van siendo mayores (Meers et al., 2011; Tremblay et al., 2011), mientras que, en otros casos, los niños suelen sobreestimar su tamaño corporal (Gardner, 2012; Ra et al., 2016).

Además de la percepción del tamaño corporal, también se ha evaluado el cuerpo deseado y la insatisfacción corporal, comprobándose que desde edades tempranas algunos niños y niñas presentan descontento hacia su cuerpo, especialmente el sexo femenino, quienes suelen desear cuerpos más delgados conforme avanza la edad (Ambrosi-Randic y Tokuda, 2004; Damiano et al., 2015; Hayes y Tantleff-Dunn, 2010; Pallan et al., 2011; Ra et al., 2016; Tremblay et al., 2011). Estos niveles de descontento podrían deberse a que los niños y niñas de entre 3 y 6 años ya realizan algunas comparaciones sociales, aunque todavía rudimentarias, y han adoptado algunos ideales de belleza (Smolak, 2012). Por ello, se ha recurrido a los programas de intervención para mejorar o evitar posibles insatisfacciones con el cuerpo (León et al., 2018).

No obstante, los resultados de los estudios no arrojan datos concluyentes en este sentido, ya que otros autores defienden que en estas edades suelen estar libres de preocupaciones hacia el cuerpo (Paxton y Damiano, 2017) ya que los preescolares están mayoritariamente satisfechos con sus cuerpos (Burgess y Broome, 2012; Damiano et al., 2015; Hayes y Tantleff-Dunn, 2010; Vázquez-Arevalo et al., 2016; Xu y Nerren, 2016).

Según señala Gardner (2012), los datos obtenidos en las investigaciones han sido sobre todo cuantitativos a través del uso de escalas visuales compuestas de 5, 7 ó 9 figuras corporales ordenadas de menor a mayor peso. Sin embargo, estos datos no permiten conocer los motivos que llevan a los niños y niñas a seleccionar una figura corporal como percibida o deseada, por lo que se recomienda la incorporación de datos cualitativos (Paxton y Damiano, 2017; Smolak, 2012).

Hasta la fecha y, según nuestro conocimiento, son escasos los estudios de diseño cualitativo con preescolares, aunque autores como Birbeck y Drummond (2005, 2006) han arrojado luz sobre el desarrollo de la imagen corporal en edades tempranas, comprobando que las capacidades físicas eran muy importantes para estos niños y niñas. Este hallazgo ha sido también encontrado con chicos adolescentes, cuya insatisfacción corporal está fundamentalmente centrada en el rendimiento deportivo y en el deseo de tener mayor altura, velocidad, fuerza y resistencia; características que están relacionadas con el ideal masculino (Paxton y Damiano, 2017; Ricciardelli y McCabe, 2001). Sin embargo, en chicas, este descontento suele basarse en el peso y la forma corporal, la apariencia de la piel, la altura y el pelo (Wertheim y Paxton, 2012). Por otro lado, un estudio reciente (León et al., 2021a) ha comprobado que el concepto de satisfacción corporal en niños y niñas de Educación Infantil está relacionado con distintos aspectos como los ideales de belleza, los comentarios de las madres sobre su cuerpo, el deseo de crecer y las cualidades físicas, entre otros.

En base a lo expuesto y dada la escasez de estudios, el objetivo del presente trabajo es conocer la percepción del tamaño corporal, el cuerpo deseado y la insatisfacción corporal (entendida como la

discrepancia entre el cuerpo percibido y el deseado) en preescolares mediante un diseño mixto de investigación. En línea con este objetivo y basándonos en la literatura previa, se establecieron las siguientes hipótesis: (1) los participantes de 4 años tendrán una percepción de su tamaño corporal más inexacta que los de 5 años, mientras que no se esperan encontrar diferencias por sexo; (2) El deseo de cuerpos delgados será superior en las niñas y en los participantes de 5 años de ambos sexos y; (3) la prevalencia de insatisfacción corporal o preocupación por el cuerpo será baja en todas las edades, especialmente en los chicos.

Metodología

Participantes

La muestra se compuso de 176 niños caucásicos de 4 y 5 años ($M_{edad} = 4.42$, $DT = 0.49$), de los cuales 96 eran chicos y 80 eran chicas. Respecto a la edad, 102 participantes tenían 4 años y 74 tenían 5 años. Del total de participantes, se recogieron datos cualitativos con una submuestra de 77 participantes (42 chicos y 35 chicas), de los cuales 47 tenían 4 años y 30 tenían 5 años. Todos ellos fueron reclutados de un colegio público de Murcia (España), seleccionado por conveniencia y situado en una zona de nivel socioeconómico medio.

Instrumentos

IMC y percentiles de IMC

Para calcular el *Índice de Masa Corporal* (IMC; kg/m^2) y los percentiles de IMC de los participantes, éstos fueron medidos individualmente por un investigador formado en el protocolo de la International Society for the Advancement of Kinanthropometry (2001). El peso y la altura fueron medidas con ropa ligera y sin zapatos, utilizando una báscula digital Tanita BC 418 y un tallímetro portátil HM-250 P Leicester, ambos con una precisión de 0.1 kg y 0.1 cm respectivamente. El IMC fue necesario para conocer la *figura real* y poder calcular la primera puntuación de discrepancia explicada a continuación.

Escala Corporal para Preescolares (Preschoolers' Body Scale; León et al., 2021b). Se trata de una escala compuesta por figuras corporales reales, tanto de perfil como de frente, correspondientes a cuatro chicos y cuatro chicas de 4 a 6 años, y creada a partir de fotografías. En este estudio sólo se utilizó la versión de frente, ya que con ella los niños y niñas muestran mayor exactitud en la percepción de su tamaño corporal y parece haber menos sesgo en sus elecciones (León et al., 2021b).

Las figuras estuvieron colocadas en orden ascendente según su IMC y el estado de peso, tal y como puede verse en la Tabla 1. Este instrumento ofrece resultados válidos y fiables para la población de estudio (León et al., 2021b).

Tabla 1

IMC y percentiles de IMC de las figuras de PBS, en su versión masculina y femenina

<i>Figura de la escala</i>	<i>IMC</i> ♂	<i>IMC</i> ♀	<i>Percentil IMC</i>	<i>Estado de peso</i>
1	13.03	13.13	3	Muy bajo peso
2	15.06	16	50	Normopeso
3	17.06	17.1	85	Sobrepeso
4	21.25	21.03	> 99	Obesidad

La escala se utilizó para medir la *percepción corporal* y el *cuerpo deseado* de los participantes. Para ello, se realizaron dos preguntas cerradas y dos abiertas. Para medir la *percepción corporal* se mostró a los participantes la escala de figuras y se les preguntó: “¿qué niño o niña crees que se parece más a ti?”, “¿por qué crees que este niño o niña es el que más se parece a ti?” Para conocer el *cuerpo deseado* de los menores se les pidió que indicasen a la figura a la que les gustaría parecerse y el porqué de su elección (“¿a qué niño o niña te gustaría parecerse?”, “¿por qué te gustaría parecerse a este niño o niña?”).

Tanto la percepción del tamaño corporal como la insatisfacción corporal fueron calculadas mediante dos puntuaciones de discrepancia (Gardner, 2012). La primera se obtuvo restando la figura percibida a la figura real. Como se ha mostrado en la Tabla 1, cada figura de la escala tiene un IMC y se encuentra dentro de una categoría de peso concreta (i.e., delgadez, normopeso, sobrepeso u obesidad). Por tanto, para conocer la exactitud de la percepción corporal, se comparó el IMC del participante con el IMC de la figura elegida. Por ejemplo, si un participante tenía un IMC que representaba normopeso, se le atribuía que su figura real era la número 2. Si ese participante elegía como figura percibida la número 3, la puntuación de discrepancia refleja que el participante se ve más grande de lo que realmente es. Siguiendo la literatura, una puntuación negativa (entre -3 y -1) se interpretó como la subestimación del tamaño corporal, mientras que una puntuación positiva (entre +3 y +1) fue interpretada como la sobreestimación del tamaño corporal; es decir, que los niños o niñas se ven más grandes de lo que son. Por otro lado, una puntuación neutral (0) se interpretó como una percepción exacta del tamaño corporal.

La segunda puntuación de discrepancia se obtuvo restando la figura deseada a la figura percibida. Una puntuación negativa se interpretó como el deseo de un cuerpo más delgado que el suyo percibido, mientras que con una puntuación positiva se consideró que el niño o niña podría desear ser más grande. Asimismo, una puntuación neutra (i.e., misma figura percibida y deseada) fue interpretada como el deseo de seguir siendo igual (i.e., satisfacción corporal). No obstante, la interpretación de estas puntuaciones de discrepancia se realizó con cautela y teniendo en cuenta la escasa edad de los participantes.

Procedimiento

Se obtuvo la aprobación de la Comisión de Bioética de la Universidad de Murcia y la autorización del Centro Escolar donde fueron recogidos los datos. Los padres, tras ser informados del objetivo de estudio, del anonimato del mismo y la posibilidad de abandonarlo cuando desearan, dieron su consentimiento informado para que sus hijos formasen parte del estudio, mientras que los menores dieron su aprobación verbal.

La toma de datos fue realizada en horario escolar por dos investigadores previamente formados, quienes siguieron el mismo protocolo. En una sala separada y tranquila se pesó y midió a los participantes y, posteriormente, se aplicó la escala a cada participante de manera individual durante aproximadamente 12 minutos. Antes de comenzar se les indicó que no había respuestas correctas e incorrectas, ya que el objetivo era conocer sus opiniones.

Tal y como se ha indicado anteriormente, de toda la muestra del estudio, se seleccionó aleatoriamente una submuestra de 77 participantes para obtener datos cualitativos correspondientes a la figura percibida y la deseada.

Se pidió a todos los participantes que eligiesen primeramente la figura que más se parecía a ellos y después a la que les gustaría parecerse. Antes de que seleccionaran la figura deseada se les explicó que podían elegir al mismo niño o niña que habían elegido antes (figura percibida) en caso de que desearan seguir siendo iguales. Según indican Tatangelo et al. (2016), en algunos estudios no queda claro si al participante se le da la opción de elegir la misma figura como percibida y deseada. Al no

hacerlo, éstos podrían pensar que para cada pregunta existe una respuesta diferente, por lo que los datos obtenidos siempre indicarían que los niños o niñas desean cuerpos diferentes a los suyos.

Análisis de Datos

Los datos cuantitativos fueron analizados con el programa estadístico SPSS 24.0. Se obtuvieron los estadísticos descriptivos (i.e., frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones típicas), así como también se realizaron las pruebas estadísticas Chi-cuadrado y T-student para comparar los datos entre grupos en cuanto al género (masculino y femenino) y la edad (4 y 5 años).

Respecto al análisis cualitativo, las respuestas de los participantes fueron registradas manualmente y transferidas al software Atlas.ti 8.4.15 para su codificación. Se realizó un análisis de contenido cualitativo, cuyo enfoque es principalmente describir el contenido manifiesto y cuantificar la frecuencia de los códigos existentes (Vaismoradi et al., 2013). Además, este tipo de análisis también fue elegido debido a las breves respuestas de los participantes, las cuales dificultan la realización de un análisis temático con mayor abstracción o interpretación de las respuestas.

Para llevar a cabo el análisis, un investigador con experiencia previa en análisis de datos cualitativos y conocedor del estudio y del tema de investigación, leyó todo el material para extraer los conceptos más relevantes, los cuales fueron agrupados por su similitud en categorías y subcategorías para facilitar la descripción de los datos y obtener su frecuencia. La codificación inicial fue discutida con el resto de los autores para alcanzar el consenso y, tras ello, se llevó a cabo el análisis correspondiente.

Resultados

Antropometría

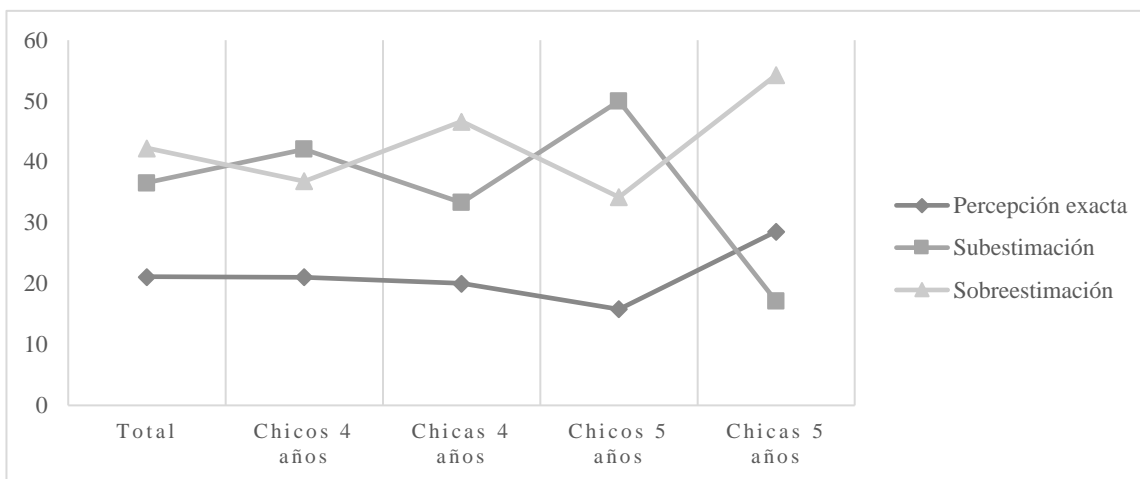
El IMC medio fue de 16.17 ($DT = 2.24$) (rango entre 11.15 y 26.88). Siguiendo los estándares de la Organización Mundial de la Salud (2006), 11.9% de los participantes tuvieron muy bajo peso o bajo peso (percentil ≤ 10), 52.2% tuvieron un peso normal (percentiles 15 – 75), 27.8% tuvieron sobrepeso (percentiles 85 – 95) y 8% eran obesos (percentil ≥ 97). Según el sexo, 14.6% de los chicos y 8.9% de las niñas tuvieron muy bajo o bajo peso; 50% y 55.1% respectivamente tuvieron normopeso; 24.9% de los chicos y 31.3% de las chicas tuvieron sobrepeso y, por último, 10.4% de los chicos y 5% de las niñas fueron obesos.

Percepción del tamaño corporal

Como muestra la Figura 1, la percepción del tamaño corporal fue inexacta en la mayoría de los participantes (21.14%), especialmente en los de 5 años, dado que solo 15.8% juzgaron con precisión su tamaño corporal. La prevalencia de exactitud en la percepción fue similar entre sexos a los 4 años (21.05% chicos vs. 20% chicas). Sin embargo, a los 5 años, las niñas identificaban con más precisión el tamaño de su cuerpo (28.6%).

Figura 1

Frecuencia (%) de la percepción exacta, subestimación y sobreestimación de los participantes sobre su tamaño corporal



Los chicos eran quienes más subestimaban su tamaño corporal (42.1% a los 4 años y 50% a los 5 años). Contrariamente, las niñas tendían a percibirse más grandes de lo que eran, tanto a los 4 años (46.66%) como a los 5 años (54.28%). Dicha sobreestimación del tamaño corporal también puede observarse en la Tabla 2.

Tabla 2

Medias (DT) de la figura real, percibida y deseada y puntuaciones de discrepancia (figura percibida-real y figura deseada-percibida)

Grupos	Figura real	Figura percibida	Figura deseada	Discrepancia percibida - real	Discrepancia deseada - percibida
Chicos 4 años (n = 57)	2.37 (0.85)	2.37 (1.02)	2.43 (1.04)	0 (1.29)	0.07 (1.26)
Chicas 4 años (n = 45)	2.27 (0.72)	2.53 (1.05)	2.8 (0.91)	0.26 (1.42)	0.26 (1.21)
Chicos 5 años (n = 39)	2.23 (0.84)	2.08 (0.99)	2.21 (1.08)	- 0.15 (1.3)	- 0.15 (1.3)
Chicas 5 años (n = 35)	2.40 (0.69)	2.97 (1.07)	3.18 (1.05)	0.57 (1.42)	0.14 (1.3)
Total (N = 176)	2.32 (0.78)	2.47 (1.07)	2.62 (1.02)	0.14 (1.36)	0.15 (1.25)

Las puntuaciones de discrepancia fueron mayoritariamente positivas y cercanas a 0, reflejando así una sobreestimación o exactitud en la percepción del tamaño corporal. Esta sobreestimación fue mayor en las niñas, tanto de 4 años ($M = 0.26$, $DT = 1.42$) como de 5 años ($M = 0.57$, $DT = 1.42$). Se encontraron diferencias significativas en cuanto al género en la percepción del tamaño corporal con las figuras de frente ($\chi^2(6, 175) = 12.692$, $p < .048$), ya que los chicos tendían a subestimar más su tamaño corporal. Las diferencias por edad respecto a la percepción del tamaño corporal solo fueron significativas con las figuras de perfil ($\chi^2(6, 171) = 13.102$, $p < .041$), ya que los participantes de 5 años subestimaron más su tamaño corporal.

Respecto a la comparación de medias, la prueba estadística *t*-Student reveló que únicamente existen diferencias significativas en la percepción en cuanto a la edad en el sexo femenino ($t(76, 78) = 1.62, p = .004$), ya que a los 5 años las niñas mostraron una mayor subestimación que a los 4 años. Estas diferencias solo se hallaron con las figuras de perfil.

Deseo corporal e insatisfacción corporal

Los datos revelan que el 35.3% de los participantes (35.1% chicos y 35.4% chicas) con las figuras de frente y el 26.9% con las figuras de perfil eligieron la misma figura como deseada y percibida; es decir, mostraron satisfacción con su cuerpo percibido.

Como muestra la Tabla 2, hubo una notable preferencia por figuras deseadas diferentes a la percibida, existiendo mayor preferencia por cuerpos más grandes que los suyos, especialmente entre el sexo femenino, tanto a los 4 años (puntuación de discrepancia: $M = 0.26, DT = 1.21$) como a los 5 (puntuación de discrepancia: $M = 0.14, DT = 1.3$), como refleja la Tabla 2.

La puntuación de discrepancia muestra que los chicos de 5 años solían elegir figuras deseadas más delgadas que las suyas percibidas, ya que obtuvieron una puntuación media negativa ($M = -0.15, DT = 1.3$), mientras que en el resto de los grupos (chicos de 4 años y chicas de 4 y 5 años) fue positiva.

A pesar de que los estadísticos descriptivos revelaron diferencias en la satisfacción corporal (puntuación de discrepancia: figura deseada – figura percibida) en cuanto al género y la edad, el estadístico Chi-cuadrado mostró que estas diferencias no fueron significativas con ninguna de las dos escalas de figuras corporales. Asimismo, no se encontraron diferencias de medias entre los chicos de 4 y 5 años ni entre las chicas de ambas edades en cuanto a la insatisfacción corporal, entendida esta como la discrepancia entre la figura deseada y percibida.

Datos cualitativos

Se obtuvieron ocho categorías, algunas de las cuales se dividieron en subcategorías. La Tabla 3 muestra las frecuencias de las respuestas referentes a la percepción y al deseo corporal de cada uno de los participantes.

Tabla 3

Descripción de categorías y subcategorías derivadas del análisis de contenido cualitativo y frecuencias

Categoría	Descripción	Subcategoría	<i>N</i>	<i>n</i> 4	<i>n</i> 5	<i>n</i>	<i>n</i>
			total	años	años	♂	♀
1. Tamaño corporal o similitud con el cuerpo	Menciona el tamaño del cuerpo en términos de delgadez, obesidad y altura. Asimismo, alude a que la figura elegida tiene un cuerpo parecido al suyo propio	1.1 Delgadez	17	10	7	10	7
		1.2 Obesidad	2	1	1	1	1
		1.3 Altura	4	2	2	2	2
		1.4 Cuerpo parecido	16	6	10	6	10
2. Partes corporales	Menciona determinadas partes corporales	2.1 Barriga	9	5	4	6	3
		2.2 Brazos	4	2	2	4	0
		2.3 Piernas	1	1	0	1	0
		2.4 Ombligo	1	0	1	0	1
3. Comentarios padres	Indica que sus padres le han hecho algún comentario sobre su cuerpo		1	1	0	0	1
4. Desea ser mayor	Muestra deseo por crecer y ser mayor		2	2	0	0	2

5. Ropa	Se refiere a la ropa como motivo de su elección	1	0	1	1	0
6. Preferencia	Indica que le gusta la figura que elige, aunque no especifica por qué le gusta	19	3	16	10	9
7. Respuestas no relacionadas o no respuesta	No contesta o da respuestas del tipo: “no lo sé”, “porque sí”	45	28	17	21	24
8. Confusión entre cuerpo percibido y deseado	Cuando se le pregunta por qué elige la figura deseada, su respuesta refleja que responde como si fuese la figura percibida (e.g., soy yo)	5	1	4	4	1

Algunos participantes demostraron ser conscientes del tamaño corporal, ya que mencionaron términos como *flaco*, *delgado*, *fino*, *delgadito*, *gordito* o *alto* para referirse a la figura percibida o deseada. Por ejemplo, una niña de 5 años (figura real = 3) eligió la figura 2 como percibida diciendo: “soy un poco flaca.” Por otro lado, una niña de 4 años (figura real = 2) eligió la figura 3 porque estaba “un poco gordita” como ella y la figura 1 como deseada porque “es flaca”. Aproximadamente un tercio de los participantes ($n = 16$) no hicieron referencia al tamaño corporal, sino que simplemente aludieron al cuerpo en general: “soy yo”, “es igual que yo”, “se parece a mi cuerpo”.

Otros participantes mencionaron diferentes partes corporales, especialmente la barriga ($n = 9$), seguida de los brazos ($n = 4$). La barriga fue más veces indicada por las niñas ($n_{\text{♂}} = 3$ y $n_{\text{♀}} = 6$), mientras que los brazos fueron nombrados únicamente por el sexo masculino. Un chico de 4 años (figura real = 4) eligió la figura 3 como percibida indicando: “porque tiene los brazos igual que yo.” Por su parte, una niña de 4 años mencionó la barriga al elegir la figura percibida diciendo: “tiene la barriga como yo.”

El deseo de crecer mostró una baja frecuencia ($n = 2$); aunque es destacable que estas respuestas se dieron en las niñas de menor edad. Por ejemplo, una niña de 4 años (figura real = 1) eligió la figura 4 como deseada señalando: “me gusta ser mayor”.

La sexta categoría fue indicada por 19 participantes, especialmente de 5 años. Les gustaba la figura elegida, siendo esta respuesta principalmente dada en las figuras deseadas. Sin embargo, no ofrecían una explicación detallada de por qué les gustaba.

La categoría de “respuestas no relacionadas o no respuesta” tuvo una alta frecuencia ($n = 45$), ya que muchos participantes no indicaron por qué elegían una figura determinada o daban respuestas que no ofrecían información relevante para el tema de estudio (e.g., “no lo sé” o “porque sí”).

Finalmente, 6.5% de los participantes (uno de 4 años y cuatro de 5 años) mostraron confusión entre su figura percibida y deseada, ya que la figura deseada la elegían porque se parecía a ellos y no porque les gustaría parecerse a ella por algún motivo. Por tanto, estaban aludiendo a la figura percibida. Esta confusión fue más predominante entre el sexo masculino, ya que de los cinco participantes que revelaron dicha confusión, cuatro eran chicos.

Discusión

El objetivo de esta investigación fue medir la percepción del tamaño corporal, el cuerpo deseado y la insatisfacción corporal en niños y niñas de 4 y 5 años.

Los resultados mostraron que la mayoría de los participantes tuvieron una percepción inexacta de su tamaño corporal, lo cual está en línea con los hallazgos de estudios previos (Ambrosi-Randic y Tokuda, 2004; Holub, 2008; Meers et al., 2011; Tremblay et al., 2011; Ra et al., 2016; Vázquez-Arevalo et al., 2018). Contrariamente a nuestra primera hipótesis, se observó que la precisión en la percepción

fue mayor en los participantes de 4 años y que los chicos tendían a subestimar más su tamaño corporal. Cuando se compararon las medias por género, se comprobó que, con las figuras de perfil, las chicas de 5 años subestimaron más su tamaño corporal.

Dicha precisión en la percepción del tamaño corporal mejoró con la edad, pero solo en el sexo femenino, ya que las chicas de 5 años fueron más exactas que las de 4 años. Este hallazgo sugiere que las niñas parecen prestar más atención al tamaño del cuerpo o que podrían tener mayor madurez que los niños para estimar su tamaño corporal, contradiciendo así los resultados de Holub (2008). La inexactitud en la percepción estuvo orientada a la sobreestimación en el sexo femenino y en ambas edades, coincidiendo con el estudio de Ra et al. (2016).

En oposición a lo esperado en la segunda hipótesis y a lo obtenido en estudios previos (Ambrosi-Randic y Tokuda, 2004; Birbeck y Drummond, 2005; Damiano et al., 2015; Hayes y Tantleff-Dunn, 2010; Tremblay et al., 2011), se comprobó que eran las niñas quienes deseaban figuras más grandes que las suyas, lo cual podría sugerir que en edades tan tempranas aún no están totalmente comprometidas con el ideal delgado de belleza femenino y que el deseo de figuras más grandes podría ser un reflejo de su deseo por crecer (Smolak, 2012).

A través de los datos cualitativos pudo comprobarse que este deseo de crecer apareció en los participantes de 4 años, quienes asociaron las figuras más obesas con ser más grandes, lo cual es consistente con trabajos anteriores (Birbeck y Drummond, 2006; León et al., 2021a; Ricciardelli y McCabe, 2001).

En línea con los resultados de otros autores (Ambrosi-Randic y Tokuda, 2004; Meers et al., 2011; Pallan et al., 2011; Tremblay et al., 2011), se encontró que más de la mitad de los participantes elegían una figura deseada diferente a la percibida en ambos géneros y edades. Sin embargo, esto no necesariamente significa que estén insatisfechos con su cuerpo, ya que el nivel de insatisfacción corporal viene explicado por el valor que la persona otorga a tener un determinado tamaño corporal y la importancia que esto ocupa en su vida (Ricciardelli y McCabe, 2001; Vázquez-Arevalo et al., 2018). En este estudio no podemos demostrar con total certeza que los participantes que eligiesen figuras diferentes a las percibidas estuvieran descontentos con su cuerpo, aunque uno de cada argumentó que elegía la figura deseada porque era más delgada, más alta o incluso porque quería ser mayor. No obstante, la elección de figuras más delgadas o grandes puede tener un significado particular para ellos y no ser necesariamente un reflejo de los ideales de belleza sociales. Por ejemplo, Birbeck y Drummond (2005, 2006) demostraron que los niños y niñas elegían las figuras más delgadas al considerarlas más altas, lo cual también podría estar reflejando su deseo de crecer (León et al., 2021a; Smolak, 2012).

De acuerdo con los datos obtenidos respecto a la discrepancia entre la figura deseada y la percibida, podríamos decir que la tercera hipótesis se confirma parcialmente, ya que la satisfacción corporal fue igual en ambos géneros y la prevalencia, aunque cuantitativamente no fue demasiado baja, los datos cualitativos parecen indicar que los niños y niñas de estas edades suelen estar contentos con el tamaño de su cuerpo. No obstante, tal y como se ha indicado en el anterior párrafo, conviene ser cauteloso en la interpretación de dichos resultados.

Por otro lado, aunque más de la mitad de los participantes elegían una figura deseada diferente, se comprobó que puntualmente algunos lo hacían porque se parecía a ellos en algo, de manera que al elegir la figura deseada estaban pensando en la percibida. Esto sugiere que en estas edades algunos niños y niñas aún podrían tener limitaciones cognitivas para reconocer que su yo real no es lo mismo que su yo ideal (Palacios, 2014).

Limitaciones y futuras líneas

El presente estudio ofrece valiosa información sobre la imagen corporal en edades tempranas, ya que combinó datos cuantitativos y cualitativos. Sin embargo, una de las limitaciones es que los datos cualitativos obtenidos no fueron extensos debido al incipiente desarrollo verbal de los niños y niñas y a que no se hicieron entrevistas en profundidad, sino que únicamente se formularon dos preguntas abiertas para conocer por qué los participantes elegían determinada figura percibida y deseada. Asimismo, otra limitación de este tipo de estudios es que no permiten conocer con total exactitud si los niños y niñas de edades tan tempranas comprenden cuando se les pregunta por el cuerpo deseado. Por otro lado, conviene destacar la limitación de que solo hubiese un codificador para el análisis de los datos cualitativos. Futuros trabajos podrían investigar con más profundidad la imagen corporal en la infancia, valiéndose de datos cualitativos más amplios que arrojen luz sobre el desarrollo de este constructo en edades tempranas, ya que se necesita un mayor entendimiento de la imagen corporal en esta etapa.

Conclusiones

Los resultados hallados en este estudio demuestran que los participantes de 4 y 5 años aún muestran dificultades para identificar el tamaño de su cuerpo, probablemente debido a su inmadurez cognitiva. Casi siete de cada diez participantes eligieron una figura deseada diferente a la percibida, lo cual podría significar descontento con su cuerpo. Sin embargo, los datos deben tratarse con cautela dada la temprana edad de los participantes. Además, aunque en los datos cuantitativos de este trabajo se ha utilizado el término “insatisfacción corporal” como la discrepancia entre la figura percibida y la deseada, al igual que se ha hecho en la literatura, los datos cualitativos parecen reflejar que los niños y niñas de estas edades no presentan insatisfacción con su cuerpo. Por tanto, podría ser que esta discrepancia fuese útil para determinar la insatisfacción corporal con adolescentes y adultos y no tanto con niños y niñas de edades tan tempranas. En este caso, la puntuación de discrepancia (percibida-deseada) podría ser un indicador que nos daría pistas sobre el posible descontento con el cuerpo, el cual debería ser contrastado con información cualitativa.

Atendiendo a los resultados obtenidos en esta investigación, no parece que en edades tempranas exista un gran descontento corporal, sí que parece haber indicios de que en esta etapa podrían estar desarrollando actitudes negativas hacia el cuerpo. Por ello, se recomienda desarrollar programas de promoción de la salud para prevenir futuros problemas físicos y mentales relacionados con la imagen corporal.

Agradecimientos

Esta investigación fue financiada por los subprogramas de Formación y de Movilidad incluidos en el Programa Estatal de Promoción del Talento y su Empleabilidad, en el marco del Plan Estatal de Investigación Científica y Técnica y de Innovación 2013-2016 [Contrato número FPU15/00137].

Referencias

- Ambrosi-Ràndic, N. y Tokuda, K. (2004). Perceptions of body image among Japanese and Croatian children of preschool age. *Perceptual and Motor Skills*, 98(2), 473-478. <https://dx.doi.org/10.2466/pms.98.2.473-478>
- Birbeck, D. y Drummond, M. (2005). Interviewing, and listening to the voices of, very young children on body image and perceptions of self. *Early Child Development and Care*, 176(6), 579-596. <https://doi.org/10.1080/03004430500131379>

- Birbeck, D. y Drummond, M. (2006). Understanding boy's bodies and masculinity in early childhood. *International Journal of Men's Health*, 5(3), 238-250. <https://doi.org/10.3149/jmh.0503.238>
- Damiano, S., Gregg, K., Spiel, E., McLean, S., Wertheim, E. y Paxton, S. (2015). Relationships between body size attitudes and body image of 4-year-old boys and girls, and attitudes of their fathers and mothers. *Journal of Eating Disorders*, 3(16), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40337-015-0048-0>
- Dunphy-Lelii, S., Hooley, M., McGivern, L., Guha, A. y Skouteris, H. (2014). Preschoolers' body-knowledge inaccuracy: perceptual self-deficit and attitudinal bias. *Early Child Development and Care*, 184(11), 1757-1768. <https://dx.doi.org/10.1080/03004430.2014.881357>
- Gardner, R. M. (2012). Measurement of perceptual body image. En T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance, volumen 2* (pp. 526-532). <https://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00083-3>
- Hayes, S. y Tantleff-Dunn, S. (2010). Am I too fat to be a princess? Examining the effects of popular children's media on young girls' body image. *British Journal of Developmental Psychology*, 28(2), 413-426. <https://doi.org/10.1348/026151009X424240>
- Holub, S. C. (2008). Individual differences in the anti-fat attitudes of preschool-children: The importance of perceived body size. *Body Image*, 5(3), 317-321. <https://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2008.03.003>
- International Society for the Advancement of Kinanthropometry (2001). *International standards for anthropometric assessment*. Librería Nacional.
- León, M. P., González-Martí, I. y Contreras, O. (2018). Programas de intervención para la mejora de la imagen corporal en niños de Educación Primaria. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 7(1), 145-156. <https://doi.org/10.6018/322011>
- León, M. P., González-Martí, I. y Contreras, O. (2021a). What do children think of their perceived and ideal bodies? Understandings of body image at early ages: A mixed study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 4871. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094871>
- León, M. P., González-Martí, I. y Contreras, O. (2021b). Development and validation of the Preschoolers' Body Scale. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 21(84), 623-637. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.83.013>
- Meers, M., Koball, A., Wagner, M., Laurene, K. y Musher-Eizenman, D. (2011). Assessing anti-fat bias in preschoolers: A comparison of a computer generated line-drawn figure array and photographic figure array. *Body Image*, 8(3), 293-296. <https://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.04.006>
- O'Dea, J. A. (2012). Preventing body image problems: School-based approaches. En T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance, volumen 2* (pp. 686-692). <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00109-7>
- Organización Mundial de la Salud (2006). The WHO child growth standards. <http://www.who.int/childgrowth/en/>
- Palacios, J. (2014). Desarrollo del yo. En F. López, I. Etxebarria, M. J. Fuentes y M. J. Ortíz (Coords.), *Desarrollo afectivo y social* (pp. 231-244). Pirámide.
- Pallan, M., Hiam, L., Duda, J. y Adab, P. (2011). Body image, body dissatisfaction and weight status in south asian children: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11(21), 1-8. <https://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-11-21>
- Paxton, S. J. y Damiano, S. R. (2017). The development of body image and weight bias in childhood. En J. B. Benson (Ed.), *Advances in child development and behavior, volumen 52* (pp. 269-298). Elsevier.
- Ra, J. S., Yun, H. J. y Cho, Y. H. (2016). Teachers' influence on weight perceptions in preschool children. *Applied Nursing Research*, 31, 111-116. <https://dx.doi.org/10.1016/j.apnr.2016.01.005>

- Ricciardelli, L. A. y McCabe, M. (2001). Children's body image concerns and eating disturbance: a review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21(3), 325-344. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(99\)00051-3](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(99)00051-3)
- Smolak, L. (2012). Body image development-girl children. En T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance, volumen 1* (pp. 212-218). <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00033-X>
- Tatangelo, G., McCabe, M., Mellor, D. y Mealey, A. (2016). A systematic review of body dissatisfaction and sociocultural messages related to the body among preschool children. *Body Image*, 18, 86-95. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.07.006>
- Tremblay, L., Lovsin, T., Zecevic, C. y Larivière, M. (2011). Perceptions of self in 3-5 year-old children: A preliminary investigation into the early emergence of body dissatisfaction. *Body Image*, 8(3), 287-292. <https://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.04.004>
- Vaismoradi, M., Turunen, H. y Bondas, T. (2013). Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing and Health Sciences*, 15(3), 398-405. <https://dx.doi.org/10.1111/nhs.12048>
- Vázquez-Arevalo, R., Rodríguez, A., López, X. y Mancilla-Díaz, J. M. (2018). Valoración de la imagen corporal en padres y niños. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 9(2), 208-220. <http://dx.doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2018.2.540>
- Wertheim, E. H. y Paxton, S. J. (2012). Body image development in adolescent girls. En T. Cash y L. Smolak (Eds.), *Body image. A handbook of science, practice and prevention* (pp. 76-84). Guilford Publications.
- Xu, T. y Nerren, J. S. (2016). Investigation young children's perceptions of body size and healthy habits. *Early Childhood Education Journal* 45(4), 499-507. <https://doi.org/10.1007/s10643-016-0786-x>