

Implicaciones de las prácticas parentales en la alimentación emocional en niñas de básica primaria de la Escuela Normal Superior María Auxiliadora en Cúcuta - Norte de Santander

Marlín Adriana Boyacá Ramírez
Código estudiantil: 201912218287

Linda Mayerli Chía Botia
Código estudiantil: 201912518549

Edwin Eduardo Rozo García
Código estudiantil: 20091252433

Alexander Salazar Gómez
Código estudiantil: 201912218520

Trabajo de Investigación del Programa de **Psicología**

Tutor

Jesús Oreste Forgiony Santos

RESUMEN

La alimentación y las emociones tienen un vínculo complejo ya que todo lo que se consume puede tener su causa en las emociones y puede condicionar el estado anímico y emocional, estas emociones pueden ser propias del ser humano, es decir, innatas y otras pueden ser adquiridas (Sanchez, 2022). En el caso de los niños, la alimentación emocional se refiere a situaciones donde ellos identifican la comida con determinados estados de ánimo, llevándoles a comer en exceso o tener conductas alimentarias inadecuadas (dkv.es, 2018)

Según Sabal (2020), indica que, el hambre emocional que le ocurre a los niños, es algo más habitual de lo que parece y en muchos casos es consecuencia de lo que ven en su entorno. Teniendo en cuenta que el seno familiar, los padres ponen en

práctica una serie de conductas que tienen como fin mantener, modificar o controlar las conductas alimentarias de sus hijos (as) (Rodríguez & Ramirez, 2017), es allí donde los padres deben enseñar a los hijos que los alimentos no solucionan los problemas ni calman las emociones que en ocasiones resultan incómodas, sino inculcar que la función de la comida es nutrir.

Son muchos los agentes con los que tiene interacción una persona; sin embargo, la familia, durante una gran parte de la vida, es el factor más determinante en su desarrollo. Los padres constituyen un elemento importante de esa influencia (Fandiño, 2018). Es la familia quien permite el desarrollo de habilidades sociales y emocionales de los hijos a través de diferentes acciones (Cuervo, 2010).

Por lo antes mencionado, la presente investigación se realizó con el fin de analizar la relación entre las prácticas parentales y la alimentación emocional de las niñas de educación básica primaria, las participantes del estudio fueron las alumnas de tercero y quinto de primaria de la Escuela Normal María Auxiliadora de la ciudad de Cúcuta, junto con sus respectivos acudientes.

El análisis de resultados se realizó empleando una escala ordinal o de categorías ya que estas se usan para variables cualitativas, según Castro (s.f., pág. 129), en psicología la medición ordinal implica asignar números a objetos de forma que reflejen su orden en una característica. Teniendo en cuenta que existen dos tipos de escalas ordinales, las normativas y la IPSATIVAS.

Los resultados mostraron que las niñas les satisface compartir con los cuidadores, (acudientes o padres de familia) en el momento que deben ingerir sus alimentos, según Alvarado (2021), la emoción es una respuesta psicológica básica ante estímulos o situaciones concretas, que cumple una función adaptativa y de supervivencia, dichas emociones se caracterizan por tener una intensidad y una temporalidad, como se presenta en las alumnas de tercero y quinto de primaria la importancia que tiene para ellas compartir con su núcleo familiar en el momento de ingerir alimentos, en esos instantes sienten demostraciones de afecto, se comparten experiencias, o el simple hecho de compartir les hace más agradable o placentero alimentarse.

Además, se obtuvo que otro de los aspectos en común de la población en estudio es que son indiferentes ante el tipo de alimento que ingieren, así como de la cantidad del mismo, donde no les afecta su estado de ánimo para realizar desordenes en sus hábitos de ingesta alimentaria ya sea por acontecimientos positivos o negativos, así mismo cuando comporte en su núcleo social.

Otro de los aspectos relevantes de la investigación, fue la identificación de las prácticas parentales ejercidas en la escala de parentabilidad positiva en los

cuidadores, bien sean padres de familia o acudientes, en ellos se observó que hacen un esfuerzo por aplicar las competencias protectoras y que son además formativas, es decir, las prácticas cotidianas de parentalidad y crianza están dirigidas a cuidar y proteger adecuadamente a las niñas, resguardando sus necesidades de desarrollo humano, garantizando sus derechos y favoreciendo su integridad física, emocional y sexual, así como el de favorecer el desarrollo, aprendizaje y socialización de las hijas (Gomez & Muñoz, 2014).

Finalmente, los instrumentos de recolección de información permitieron el análisis sobre la relación de las prácticas parentales y alimentación emocional en las niñas de tercero y quinto de primaria de la Escuela Normal Superior María Auxiliadora en Cúcuta-Norte de Santander, así como la identificación de la conducta alimentaria de la población en estudio, las cuales tienen en común que les satisface compartir con sus acudiente (padres de familia) el momento de la hora de ingerir alimentos, ya que la familia representa el agente más significativo en la vida de las niñas, pues a través de ella se desarrollan habilidades y capacidades esenciales que facilitan su integración al mundo social (Jimenez, 2000).

Palabras clave: Alimentación, emoción, parentalidad.

ABSTRACT

Food and emotions have a complex link since everything that is consumed can be caused by emotions and can condition the mood and emotional state, these emotions can be typical of the human being, that is, innate and others can be acquired (Sanchez, 2022). In the case of children, emotional eating refers to situations where they identify food with certain moods, leading them to overeat or have inappropriate eating behaviors (dkv.es, 2018).

According to Sabal (2020), it indicates that the emotional hunger that happens to children is more common than it seems and in many cases is a consequence of what they see in their environment. Taking into account that within the family, parents put into practice a series of behaviors that are intended to maintain, modify or control the eating behaviors of their children (Rodríguez & Ramirez, 2017), it is there that parents must teach children that food does not solve problems or calm emotions that are sometimes uncomfortable, but to instill that the function of food is to nourish.

There are many agents with which a person interacts; however, the family, during a large part of life, is the most determining factor in their development. Parents are an important element of this influence (Fandiño, 2018). It is the family that allows the development of social and emotional skills of children through different actions (Cuervo, 2010).

Due to the aforementioned, the present investigation was carried out in order to analyze the relationship between parental practices and emotional eating of girls in primary basic education, the study participants were the third and fifth grade students of the Normal School. María Auxiliadora of the city of Cúcuta, together with their respective guardians.

The analysis of results was carried out using an ordinal or category scale since these are used for qualitative variables, according to Castro (s.f., p. 129), in psychology ordinal measurement implies assigning numbers to objects in a way that reflects their order in a characteristic. Bearing in mind that there are two types of ordinal scales, normative and ipsative.

The results showed that the girls are satisfied to share with the caregivers, (guardians or parents) at the moment they must eat their food, according to Alvarado (2021), emotion is a basic psychological response to stimuli or specific situations, which meets an adaptive and survival function, these emotions are characterized by having an intensity and a temporality, as presented in the third and fifth grade students, the importance of sharing with their family nucleus at the moment of ingesting food, in those moments they feel affection, they share experiences, or the simple fact of sharing makes eating more pleasant or pleasant.

In addition, it was obtained that another of the common aspects of the study population is that they are indifferent to the type of food they eat, as well as the amount of it, where their mood does not affect them to make disorders in their habits. of food intake either due to positive or negative events, likewise when he behaves in his social nucleus.

Another relevant aspect of the research was the identification of parental practices exercised on the positive parenting scale in caregivers, whether they are parents or guardians, in whom it was observed that they make an effort to apply protective competencies and that they are also formative, that is, the daily practices of parenting and upbringing are aimed at adequately caring for and protecting girls, safeguarding their human development needs, guaranteeing their rights and promoting their physical, emotional and sexual integrity, as well as favoring the development, learning and socialization of daughters (Gomez & Muñoz, 2014).

Finally, the data collection instruments allowed the analysis of the relationship between parental practices and emotional eating in the girls of the third and fifth grades of the Escuela Normal Superior María Auxiliadora in Cúcuta-Norte de Santander, as well as the identification of the eating behavior of the population under study, which have in common that they are satisfied to share with their caregivers (parents) the time to eat food, since the family represents the most significant agent

in the lives of girls, because through it, essential skills and capacities are developed that facilitate their integration into the social world (Jimenez, 2000).

KeyWords: feeding, emotion, parenting

REFERENCIAS

1. Alvarado , A. (26 de febrero de 2021). *Las Emociones y su Relación con la Conducta Alimentaria*. Obtenido de <https://nutricionparavivirmejor.ucr.ac.cr/index.php/blog/165-las-emociones-y-su-relacion-con-la-conducta-alimentaria>
2. Baumrind. (1986). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior.
3. Bayrami, M. (2009). The effect of instruction of parenting skills to mothers of boys with externalizing symptoms on mental health and their parenting styles. En *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health* (págs. 2, 105-114).
4. Bisquerra, R. (2013). Cuestiones sobre bienestar. En *Cinco pilares para el desarrollo del bienestar personal, social y emocional*. Síntesis.
5. Bolghan-Abadi, M. S. (2011). The Relationship between Parents' Child Rearing Styles Children's Quality of Life and Mental Health, Psychology.
6. Caballero. M, F. V. (14 de enero de 2019). *Trastornos de la Conducta Alimentaria*. Obtenido de Clinic Barcelona: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/trastornos-de-la-conducta-alimentaria>

7. Carballo, E., & Gualmes, E. (febrero de 2016). *Algunas Consideraciones cerca de las Variables en las Investigaciones que se Desarrollan en la Educación*. Obtenido de <http://rus.ucf.edu.cu/>
8. Castro, J. (s.f.). *Metodos, diseño y técnicas de medicón en psicología*. Obtenido de http://www2.ulpgc.es/hege/almacen/download/4/4598/modulo_4.pdf
9. Coloma, M. J. (1993). *Estilos Educativos Paternos*. Madrid: Narcea.
10. Ecurra, L. (s.f.). *Ampliación de las posibilidades de analisis estadistico de las escalas ordinnales ipsativas*. Obtenido de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-AmpliacionDeLasPosibilidadesDeAnalisisEstadisticoD-6123417.pdf>
11. Gibson, E. (2006). *Emotional influences on food choice: Sensory, physiological and psychological pathways*. Obtenido de *Physiology & Behavior*: <http://dx.doi.org/10.1007/s12079-016-0321-2>
12. Gomez, E., & Muñoz, M. (enero de 2014). *Escala de Parentabilidad Positiva*.
13. Gomez, E., & Muñoz, M. (2014). *Manual de la Escala de Prentabilidad Positiva*. Obtenido de <https://www.observaderechos.cl/site/wp-content/uploads/2013/12/Manual-de-la-Escala-de-Parentalidad-Positiva.pdf>
14. Huaire, J. (2019). *Metodo de investigación*. Obtenido de <https://www.aacademica.org/edson.jorge.huair.inacio/35>

15. icbf.gov.co. (noviembre de 2021). *Parentalidad Positiva*. Obtenido de https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/pu9.p_cartilla_parentalidad_positiva_v1.pdf
16. Laali-Faz, A. y. (2008). The power of predicting perceived parenting styles and demographic variables on girl student's loneliness feeling. En *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health* (págs. 37, 71-78).
17. Lamborn, S. D. (1991). Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. .
18. Machy, M. (enero de 2008). *Cómo afectan las emociones a la alimentación: cinco modelos de camino*. Obtenido de <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.07.002>
19. Marmo, J. (Diciembre de 2014). *Estilos parentales y factores de riesgo*. Obtenido de https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2014_2/165_Julieta_Marmo.pdf
20. Martin, M. (16 de octubre de 2000). *Estilos de Crianza Parental*. Obtenido de Alpadif Talavera: <https://alpadif.com/estilos-de-crianza-parental/>
21. Matos, Y., & Pasek, E. (2006). Cinco paradigmas para abordar lo real. *Telos*, 109.
22. Monserrat, V., Bosques, L., Guzman, R., Romero, A., Reyes, K., & Franco, K. (5 de diciembre de 2019). *Revisión del constructo y fundamentos*

- teóricos de la alimentación emocional.* Obtenido de
<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/4802>
23. Ordoñez, L. (3 de noviembre de 2020). *¿Cómo influyen las emociones en la alimentación?* Obtenido de
<https://uniandes.edu.co/es/noticias/psicologia/como-influyen-las-emociones-en-la-alimentacion#:~:text=Cuando%20una%20persona%20siente%20estr%C3%A9s,una%20sensaci%C3%B3n%20temporal%20de%20bienestar.>
24. Ordoñez, L. (2020). *Trastornos Alimentarios.* Obtenido de
<https://www.lauraordonez.com/laura-ordonez-nutricionista-deportiva/>
25. Osorio, E. J. (2002). Desarrollo de la Conducta Alimentaria en la Infancia. *Revista Chilena de Nutrición.*
26. Peña, E., & Reidl, L. (2015). *Las emociones y la Conducta Alimentaria.* Obtenido de Acta de investigación Psicológica: <https://www.elsevier.es/es-revista-acta-investigacion-psicologica-psychological-111-articulo-las-emociones-conducta-alimentaria-S2007471916300084>
27. psikipedia.com. (s.f.). *Diseños correlacionales.* Obtenido de
<https://psikipedia.com/libro/manual-de-psicopatologia-volumen-1/1922-nivel-clinico#:~:text=El%20m%C3%A9todo%20correlacional%20consiste%20en,las%20conductas%20de%20los%20individuos.>

28. Rojas, A., & Garcia-Mendez, M. (2 de octubre de 2016). *Construcción de una Escala de Alimentación Emocional*. Obtenido de www.aidep.org/sites/default/files/2017-10/RIDEP45.3.07.pdf
29. Sanchez, V. (s.f.). *Diseño de estudios transversales*. Obtenido de [https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1721§ionid=115929954#:~:text=El%20dise%C3%B1o%20de%20estudios%20transversales,\)%2C%20en%20un%20momento%20dado](https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1721§ionid=115929954#:~:text=El%20dise%C3%B1o%20de%20estudios%20transversales,)%2C%20en%20un%20momento%20dado).
30. Sarmiento, A. (2011). *Normas e Instructivo para la presentación de Trabajos de Grado*. Cucuta, Norte de Santander.
31. Tintaya, P. (Junio de 2015). *Operacionalización de las variables psicológicas*. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322015000100007
32. Trujillo, P., Flores, Y., Angel, J., & Gomez, D. (2020). Análisis de las Propiedades Psicométricas de la Escala de Comer Emocional (Emotional Eating Scale [EES-C]) en Adolescentes Mexicanos. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, https://www.researchgate.net/publication/344260482_Analisis_de_las_Propiedades_Psicometricas_de_la_Escala_de_Comer_Emocional_Emotional_Eating_Scale_EES-C_en_Adolescentes_Mexicanos.

33. Vargas, G. M. (2013). La Regulación Emocional: Presiones y Avances Conceptuales desde la Perpectiva Conductual. *Sistema de Información Científica Redalyc*.
34. www.dvk.com. (23 de febrero de 2018). *Obesidad infantil: Los aspectos emocionales de la alimentación*. Obtenido de <https://quierocuidarme.dkv.es/salud-para-ninos/obesidad-infantil-los-aspectos-emocionales-de-la-alimentacion#:~:text=La%20alimentaci%C3%B3n%20emocional%20se%20refiere,o%20tener%20conductas%20alimentarias%20inadecuadas>.