

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El sobre peso y discriminación en escolares de educación primaria

Trabajo académico

Para optar el Título de Segunda Especialidad profesional en Educación Física

Autor.

Alexander Aguirre Jiménez

Jauja - Perú.

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El sobre peso y discriminación en escolares de educación primaria

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (presidente)

Dr. Andy kid Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Jauja - Perú.

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



El sobre peso y discriminación en escolares de educación primaria

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma.

Alexander Aguirre Jiménez (Autor)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

Jauja - Perú.

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Jauja, a veinticinco días del mes de febrero de dos mil veinte, se reunieron en el colegio escuelas del Futuro, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Albuquerque Silva, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *"El sobre peso y discriminación en escolares de educación primaria"* para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **AGUIRRE JIMÉNEZ, ALEXANDER**

A las nueve horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 15.

Por tanto, **TUME MIÑAN, ANTOLINA MILAGROS**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las diez horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado

Dr. Segundo Oswaldo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

El sobre peso y discriminación en escolares de educación primaria

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	issuu.com Fuente de Internet	<1%
3	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
4	www.unfpa.org.pe Fuente de Internet	<1%
5	journals.iztacala.unam.mx Fuente de Internet	<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.

<https://orcid.org/0000-0003-2262-1003>

DEDICATORIA.

Dedico este trabajo a mi familia, que siempre están presentes y motivándome a continuar con mi preparación, para que yo como persona y como profesional pueda demostrar mis capacidades de enseñanza, impartíendola hacia los demás; también quiero agradecer a aquellos amigos que estuvieron presentes dándome valor de continuar con cada reto.

ÍNDICE

RESUMEN	viii
ABSTRACT.....	ix
INTRODUCCION	10
CAPITULO I	14
ANTECEDENTES DE ESTUDIOS	14
1.1. Antecedentes Internacionales	14
1.2. Antecedentes Nacionales	15
CAPITULO II	17
EL SOBRE PESO	17
2.1. ¿Qué Es El Sobre Peso?	17
2.2. Principales Características Del Sobre Peso.....	18
2.3. Razones Que Ocasionan El Sobre Peso	19
2.4. Definición De Discriminación.....	20
2.5. Clases De Discriminación	22
2.6. Principales Causas Que Generan Discriminación.....	23
CAPITULO III:.....	25
CONCEPTOS Y FUNDAMENTOS.....	25
3.1. El sobre peso una de los principales motivos de discriminación en alumnos de educación primaria.	25
3.2. Influencia de los hábitos alimenticios en el sobrepeso de los estudiantes de nivel primaria de quinto y sexto grado.	26
3.2.1. Factores asociados al sobrepeso y discriminación en alumnos de educación primaria de quinto y sexto grado.	27
3.2.2. Acciones Que Provocan Discriminación Por El Sobrepeso En Escolares De Primaria.	29
3.2.3.¿Cuáles Son Las Consecuencias Que Ocasiona La Discriminación Por Sobrepeso?.....	29
CONCLUSIONES	31
RECOMENDACIONES.....	32
REFERENCIAS CITADAS:.....	33

RESUMEN

La información recogida esta principalmente relacionada con el aumento de peso y el acoso que sufren los niños de primaria debido a su peso, el análisis de esta información es el que todos los docentes de este nivel deben de conocer para poder tratar con este tipo de situaciones que se presentan muy comúnmente en menores de esta edad, y en ocasiones trae muy graves consecuencias tanto a los padres como a los docentes , los niños suelen quedarse callados ante cualquier acto de discriminación que sufren, el docente debe estar capacitado para identificar cual quiera sea el caso que pueda existir en el aula de clases. El sobre peso y la discriminación hoy en día es un problema a nivel mundial, estos dos puntos que trataremos en este trabajo tienen un grado de relevancia ya que afecta nuestros niños, los cuales son más vulnerables y frágiles, es por ellos que cada docente debe hablar con los padres, acerca de llevar una buena alimentación y una vida llena de actividad física, ya que la familia es el principal ente formador de los menores.

Palabras clave: alimentación, física, consecuencias.

ABSTRACT

The information collected is mainly related to the weight gain and bullying that primary school children suffer due to their weight. The analysis of this information is what all teachers at this level should know in order to deal with this type of situations. which occur very commonly in minors of this age, and sometimes have very serious consequences for both parents and teachers. Children usually remain silent when faced with any act of discrimination they suffer. The teacher must be trained to identify whatever it may be. the case that may exist in the classroom. Overweight and discrimination today is a problem worldwide, these two points that we will discuss in this work have a degree of relevance since they affect our children, who are more vulnerable and fragile, which is why each teacher must Talk to parents about having a good diet and a life full of physical activity, since the family is the main entity that educates minors.

Keywords: food, physics, consequences.

INTRODUCCION

La consecuencia debido a la discriminación en niños de esta edad es muy peligrosa, las burlas, que se dan por el aspecto físico se da todos los días y más en niños de educación primaria , es aquí donde el menor empieza a sufrir ya sea a la hora de comer , o cuando se va a poner cualquier ropa, ellos recuerdan las burlas que les hacen sus compañeros y empiezan a sufrir en silencio , creándose ideas acerca de su aspecto físico , y si no es tratado a tiempo esto se puede volver en un enorme problema, por lo que puede tener consecuencias trágicas; de acuerdo a la organización mundial de la salud (OMS- 2016), el sobre peso se ha convertido en una enfermedad crónica, que su principal característica es el exceso de masa corporal , y esto ocasiona que la salud de las personas se vaya deteriorando , si esto ocurre con un adulto con niño de este nivel puede ser mortal ,porque afecta tanto a la salud física así como psicológica.

En 1977 la OMS declaro que la obesidad se había convertido en una epidemia mundial, esta fue la primera enfermedad que no es contagiosa debido a que se trata del exceso de tejido adiposo en el organismo humano.

Cada niño está empezando a construir una vida con una red de elementos de juicio, ya sea consciente o inconsciente, los cuales influyen mucho en el desarrollo de sus emociones y sus formas de tratar a sus compañeros.

Este trabajo se basa en analizar la información recogida acerca del sobre peso y discriminación en niños de nivel primario, ya que en esta etapa es donde se empieza presentar más riesgo. hoy en día aparte de los compañeros que tratan de una forma discriminatoria a los niños, también influyen los medios de comunicación ya que los niños pasan parte de su tiempo metido en las redes sociales o viendo televisión, y asociación los maltratos que sufren en la escuela, con lo que ven en las redes y la tv. Convirtiéndose esto en los principales factores que ayudan a la debilitación mental de los menores.

La OMS en el 2004 establecen un régimen alimentario debido a que el incremento de obesidad aumento a un extremo que la mayoría de las personas con sobre peso son niños, esto se debe a que la vida cotidiana de las familias se ha vuelto sedentaria, con el desarrollo tecnológico, el cual en gran parte es muy beneficioso para el mundo, pero a la vez contribuye al aumento de esta peligrosa enfermedad crónica que ataca a principalmente a los niños.

Definiendo el sobre peso y la discriminación ambos conceptos se relacionan por que van de la mano, contribuyendo a dañar la salud tanto física como mental de los niños y de las personas en general. El termino discriminación hace referencia a la distinción de una persona de otras, haciendo diferencias entre ellos.

Por ello el sobre peso y la discriminación son un problema globalizado y muy grande a nivel de todas las edades, este trabajo nos ayudara conocer cómo podemos orientar a nuestros alumnos y padres de familia, para que lleven un estilo de vida sano y lleno de mucha comunicación.

En la actualidad el sobre peso se ha convertido en una enfermedad crónica que afecta a todos en general, no distingue ni raza ni sexo, etc. Seguida de la discriminación la cual está formada por diferentes factores tanto psicológicos como sociales, los cuales influyen en los niños de una manera brusca y en algunas ocasiones mortales. Es importante resaltar que el sobrepeso y la discriminación son los causantes del deterioro de la salud física y mental de los niños de nivel primario, el menor pasa la mayoría de su tiempo en las aulas de clase y en su ámbito familiar, es por ello que tanto el docente como el padre de familia esta alerta ante cualquier indicio de discriminación, así como estar capacitándose constantemente en planes de alimentación para que se mantengan saludables y en buen estado físico.

Por otra parte la problemática con la que tiene que lidiar hoy en día el docente es la tecnología ;es vista como un gran avancé para el hombre , pero en algunas ocasiones el mal uso de estos avances conlleva a generar una vida rutinaria y sedentaria ,la cual genera que los niños dejen de lado los deportes y todo tipo de actividad física, esto provoca que el menor solo se encuentre frente a una pantalla y no realice ejercicio aumentando de peso ,y de d esa manera su masa muscular empezara aumentar su volumen; esto provoca la burla de sus compañeros en el colegio.

A esta problemática se busca darle solución con la capacitación necesaria a los docentes para que todas sus clases sean de una forma dinámica, aparte de ello crear talleres danza, aparte de ello brindar charlas a sus alumnos donde les guíen a llevar a una vida sana y libre de discriminación.

Gracias a la información analizada se ha llegado al planteamiento de la siguiente interrogante:

¿Cuáles son las estrategias que ayudaran a los niños de educación primaria a dejar de lado las distracciones tecnológicas y realizar actividades físicas propias de su edad, para mantenerse en buen estado de salud física y por ende psicológica libre de maltratos discriminatorios?

En los últimos tiempos la discriminación y el sobre peso se han convertido en un problema globalizado que afecta principalmente a los niños, pues ellos son más vulnerables por lo que no han desarrollado completamente sus capacidades, el sobre peso es una condición que hoy en día no es muy difícil de reconocer ,pero el tratamiento para esto es muy difícil de tratar , los niños con sobre peso tienden a convertirse en adultos con el mismo problema, la única solución es que ellos adopten medidas sanas de alimentación y una vida llena de ejercicios físicos adecuados para mantener su buen estado de salud.

La sociedad actual suele pasar por alto el problema de la discriminación debido al peso corporal, tratan de normalizar el sobrepeso y el maltrato psicológico que en muchas ocasiones sufren los niños.

El problema que se genera cuando un niño es víctima de burlas y malos tratos debido a su aspecto físico, el menor no se aceptara como es y tratara de cambiar su aspecto a como dé lugar, esto provocara que en ocasiones se hagan daño y a veces será irreparable el daño que se cause. Para lograr un cambio y detener estos problemas, debemos ayudar a nuestros estudiantes fomentando los buenos hábitos de alimentación y ejercicios físicos, guiando a los niños y realizando charlas con los padres para que sigan todas las reglas para su bienestar.

Para hacer frente a la discriminación por el sobre peso en las diferentes instituciones, implica la realización llevar a la reflexión sobre las concepciones y percepciones que tienen los estudiantes acerca de los temas mencionados. Se debe identificar todos los casos que existan el colegio, ya sea de sobre peso o de discriminación por este, como docentes demos plantear estrategias como alternativas de solución a esta gran problemática.

Objetivo general

Dar a conocer estrategias que ayuden a identificar casos de discriminación y sobre peso en la institución educativa, buscando la forma de cómo ayudar a los estudiantes y fomentar a que lleven una vida sana, llena de ejercicios físicos y un buen plan alimenticio.

Objetivos específicos

- Promover a que los padres de familia adopten un buen plan alimenticio adecuado para mantener un buen estado de salud.
- Conocer estrategias de comunicación mediante las cuales los estudiantes, compartan cualquier problema que tengan ya sea por discriminación u otros.
- Crear talleres de interacción con los estudiantes donde los motiven a realizar deportes que contribuyan a mantener su buen estado físico y mental

CAPITULO I

ANTECEDENTES DE ESTUDIOS

1.1. Antecedentes Internacionales

Pérez, & Martínez, (2018) en su trabajo titulado: "Impacto del sobrepeso en la autoestima y rendimiento académico de los escolares de educación primaria en Lima", plantea como objetivo, Evaluar cómo el sobrepeso afecta la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de primaria. La Metodología para este estudio, es cuantitativo con una muestra de 200 estudiantes de varias escuelas en Lima. Se utilizaron encuestas para medir la autoestima y registros académicos para evaluar el rendimiento. La importancia de este trabajo, radica proporcionar información crucial para desarrollar intervenciones educativas y de salud pública. Los resultados señalan que los estudiantes con sobrepeso mostraron significativamente menor autoestima y rendimiento académico en comparación con sus compañeros de peso normal. Se concluye: El sobrepeso tiene un impacto negativo en la autoestima y el rendimiento académico, lo que subraya la necesidad de programas de intervención en las escuelas.

Gómez & Silva, (2019). En su estudio: titulado "La discriminación por sobrepeso en escuelas de Arequipa: Un estudio cualitativo" que plantea como Objetivo: Explorar las experiencias de discriminación por sobrepeso entre los estudiantes de primaria en Arequipa. La metodología es cualitativa con entrevistas a profundidad y grupos focales con 50 estudiantes y 20 docentes. Importancia: Ofrece una comprensión profunda de cómo la discriminación afecta a los estudiantes con sobrepeso. Los resultados señalan que los estudiantes con sobrepeso reportaron experiencias frecuentes de burla y exclusión social por parte de sus compañeros y, en algunos casos, por parte de los docentes. Conclusiones indican que la discriminación por sobrepeso es prevalente y tiene efectos perjudiciales en el bienestar emocional y social de los estudiantes.

Ramírez & Torres (2020) en su trabajo titulado "Programas de intervención nutricional y su efecto en la discriminación por sobrepeso en escolares de Cusco". El Objetivo indica: Evaluar la efectividad de un programa de intervención nutricional en reducir la discriminación por sobrepeso en escolares. La metodología es un estudio experimental con 150 estudiantes divididos en grupo de intervención y grupo control. Se implementó un programa de nutrición y actividad física durante seis meses. El trabajo es importante porque ayuda a entender cómo las intervenciones pueden mitigar la discriminación y mejorar la salud. Los resultados señalan que: Los estudiantes del grupo de intervención reportaron una disminución significativa en los incidentes de discriminación y mejoras en la autopercepción física. Las conclusiones indican: Los programas de intervención nutricional pueden reducir la discriminación por sobrepeso y mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

1.2. Antecedentes Nacionales

Smith & Brown, (2017). En su trabajo titulado "Sobrepeso y acoso escolar en escuelas primarias: un estudio en el Reino Unido". El objetivo del estudio señala Investigar la relación entre el sobrepeso y el bullying entre los estudiantes de primaria. La Metodología del Estudio es cuantitativo con una muestra de 500 estudiantes de diferentes escuelas del Reino Unido. Se utilizaron encuestas y registros escolares para recopilar datos. La Importancia radica en: Proporcionar información sobre la prevalencia del bullying debido al sobrepeso y sus efectos en los niños. Los resultados indican que: Los estudiantes con sobrepeso tenían significativamente más probabilidades de ser acosados en comparación con sus compañeros de peso normal. Las Conclusiones indican que: El bullying debido al sobrepeso es un problema generalizado que requiere intervenciones específicas.

Johnson y Thompson, (2018) en su estudio que titula: "Impacto de la obesidad infantil en el rendimiento académico en los Estados Unidos" tiene como objetivo: Examinar cómo la obesidad infantil afecta el rendimiento académico en niños de escuelas primarias. La Metodología de este estudio es longitudinal con una muestra de 1.000 estudiantes en varios estados de los EE. UU. Se analizaron los registros académicos y los

datos de salud. La importancia: Destaca las consecuencias académicas a largo plazo de la obesidad infantil. Los resultados señalan que: Los niños con obesidad tuvieron un rendimiento académico más bajo y mayores tasas de ausentismo. Las conclusiones indican que: Existe la necesidad de programas integrales que aborden tanto la salud como el apoyo académico para los niños obesos.

Williams & Collins, (2019) en su trabajo titulado: "Exclusión social y sobrepeso en escuelas primarias: un estudio de caso en Australia" plantea como objetivo: Investigar las experiencias de exclusión social entre los estudiantes de escuelas primarias con sobrepeso. La metodología: Estudio de caso cualitativo que incluye entrevistas y observaciones con 60 estudiantes y 30 docentes en Australia. La importancia del estudio: Proporciona información detallada sobre la dinámica social y los desafíos que enfrentan los estudiantes con sobrepeso. Los resultados: Los estudiantes con sobrepeso experimentaron una exclusión social significativa, lo que afectó su autoestima y habilidades sociales. Las conclusiones señalan que: La exclusión social debido al sobrepeso es frecuente y tiene efectos negativos a largo plazo en el desarrollo social de los niños.

CAPITULO II

EL SOBRE PESO

2.1. ¿Qué Es El Sobre Peso?

El sobre peso, es un término que hace referencia a la aglomeración de grasa excesiva que es muy perjudicial para el desarrollo de la vida cotidiana. La acumulación de grasa en el cuerpo de un niño mayormente empieza desde los cinco años de edad y esto puede durar durante toda su vida, perjudicando su salud física y mental.

Estudios que se vienen realizando durante todo este tiempo transcurrido, han demostrado que los niños que sufren de sobre peso durante las edades de 10 a 12 años, en un 80%, durante su adultez sufrirán de sobre peso.

Los niños que empiezan a llevar una vida sedentaria, llena de comidas chatarras (mala alimentación) sufren de sobre peso y esto le provocara una vida adulta llena de enfermedades y constantes limitaciones; en otras ocasiones el exceso de peso se da por razones genéticas, que se heredan de los progenitores, también puede ser la reacción de algún medicamento que se está ingiriendo.

Para medir el exceso de grasa de un cuerpo se utiliza el IMC (índice de masa corporal), este es un indicador simple, el cual sirve para medir el peso y la talla. Para hacer el cálculo de esta forma de medición se debe dividir el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su tala en metros (Kg/m^2)

La OMS hace la definición para los adultos:

- Sobre peso: su IMC debe ser igual a o mayor a 25.
- Obesidad: para esta debe ser igual o más de 30

Según la OMS (organización mundial de la salud), el sobre peso se ha expandido de forma global, esto ha ocurrido desde los años 1980, hasta el 2014 ya eran más de 1900 millones de personas adultas mayores de 18 años, la población de infantes también aumentado llegando a una cifra de 41 millones de niños, los cuales son menores de cinco años los que sufren este mal, lo cual ha provocado el aumento de menores con sobre peso en los últimos 15 años.

2.2. Principales Características Del Sobre Peso

En la actualidad los seres humanos estamos sometidas a una vida muy agitada por lo que demanda mucha actividad física, es por eso que sufre un gran desgaste de energía, es por ello que se debe ingerir alimento sanos y llenos de proteínas, claro siempre y cuando sea en determinadas porciones que estén adecuados para mantenerse en un buen estado de salud , cada persona corre contra el tiempo y es ahí donde ocurren los desbalances alimenticios , pues consumen lo primero que puede adquirir al paso , en muchas ocasiones se trata de comidas chatarras llenas de calorías y excesivo contenido de grasas que son perjudiciales para el cuerpo de cada persona, con este ritmo ,las calorías acumuladas a diario más de las que se debe consumir , y estas ayudan al aumento de la masa corporal de las personas ,lo cual también aumenta el volumen, esto luego trae graves consecuencias como las diferentes enfermedades que se ha visto hoy en día.

Sin duda alguna el aumento de peso se ve muy relacionado con la mala alimentación que llevamos las personas diariamente, aunque el sobre peso también se ve relacionado con la acumulación de líquidos.

Principales características del sobre peso:

- ✓ Falta de sueño; este es provocado por el ritmo de vida que se realiza a diario, también son estados de ocio que han sido creados por el mismo ser humano con la finalidad de beneficiar a la sociedad, pero al contrario esto contribuye al aumento de personas con sobrepeso.

- ✓ Enfermedades crónicas. Suelen empezar desde la primera infancia y si no se controla a tiempo lo llevara toda su vida, esto relacionado con los espacios, ambientes, el sistema endocrino y el metabolismo.
- ✓ Acumulación excesiva. Es la acumulación de excesivas grasas en el cuerpo, esto es el resultado de los alimentos que ingerimos diariamente, los alimentos brindan muchas calorías y si no son consumidos de acuerdo a un plan alimenticio, seguido de ejercicio físico, esta clase de alimentos puede ser muy perjudicial para el organismo.

2.3. Razones Que Ocasionan El Sobre Peso

Hoy en día existen varios factores que aumentan el peso de las personas, mundialmente una de las razones principales del sobrepeso es la acumulación de calorías y no saber cómo equilibrarlas. Cuando hay excesivo consumo de calorías hay que saber cómo quemarlas para que no provoquen un desbalance en el cuerpo de cada persona. Diariamente hay una diversa variación de hábitos alimenticios y así mismo una disminución en las actividades físicas.

Principales factores que ocasionan el sobre peso:

Alimentos y actividad

Los niños son los que más ingieren alimentos con alto contenido de calorías, pues esto debe estar en equilibrio con mucha actividad física para que no haya un desbalance en su cuerpo, lo cual también provocara el aumento de masa por lo tanto el volumen corporal también empezara a aumentar y si no se trata a tiempo esto traerá graves consecuencias para el futuro de los menores.

Entorno.

En la actualidad la tecnología se ha desarrollado mucho hasta llegar a un punto donde es utilizada para influenciar en las personas, ya sea de buena manera o por el contrario haciéndoles daño; esto conlleva a que todo el mundo influya en todos porque gracias a los desarrollados medios de comunicación todos tienen acceso a mucho medio

por los cuales se capta información, esto influye en cada persona y hace que suban de peso.

Genética.

Según los últimos estudios realizados se ha demostrado que la genética cumple un rol muy importante en el aumento de peso. La genética se hereda y esos genes ocasionan directamente al organismo, aumentando de peso, esto afecta directamente a las personas que padecen trastornos como el llamado prader-willi, entre otros, afectan generalmente las personas que sufren al corazón.

Balance energético.

Se realiza cuando los individuos realizan actividades físicas e ingieren alimentos con exceso de calorías y estas en vez de beneficiar al ser humano lo hacen aumentar de peso, trayendo esto consecuencias como enfermedades respiratorias entre otras.

Causas fisiológicas.

Para que las personas mantengan un constante peso es importante que todos los sistemas del cuerpo humano y órganos realicen un trabajo en conjunto y continuo.

Problemas psicológicos.

El aumento de peso es una de las razones que ocasionan los trastornos psicológicos. El ser humano está siempre sometido al estrés debido a la presión que se tiene en la vida cotidiana, esto ocasiona que le provoque hambre o antojos que están fuera del horario alimenticio que se debe llevar. Esta es una clase de estrés que causa ansias de comida a toda hora, esto nos lleva al desbalancear la alimentación y provoca el aumento de peso.

2.4. Definición De Discriminación

En la actualidad la discriminación ha sido definida como un trato desigual hacia un determinado grupo de personas, algunas veces no favorece a las personas de diferente

color de piel, sexo, diferente religión, anomalías físicas o psicológicas, nivel social, entre otras razones.

En otras palabras, la discriminación es la negación de un ejercicio de un derecho en alguna situación real, para esto las personas que realizan este acto se justifican con las características que se mencionaron anterior mente.

Esta definición es muy diferente a los estereotipos o algunos prejuicios creados por la sociedad, estas son un conjunto de acciones que perjudican directamente a una persona o grupo en general, trayendo graves consecuencias.

Estas acciones de maltrato se realizan en diferentes contextos, principalmente en las escuelas, seguido de lugares públicos y a veces también en el hogar, el trabajo, etc.

La EEOC (comisión para la igualdad de oportunidades en empleo) estas una agencia que protege a las personas contra toda clase de discriminación.

Domingo y López, 2014; puhl, 2009.

Estos autores nos dicen que se han creado actitudes y muchas creencias negativas con respecto al sobre peso, estas suelen venir expresadas en diversas formas, sea verbalmente mediante insultos, burlas, sobre nombres o se apoyan de la exclusión social y también en casos demasiado extremos la violencia física.

Bermúdez y Hernández, 2012.

Hacen referencia a la familia como el principal escenario en el que cada persona que sufre por exceso de peso está muy propensa a estereotipos que son muy dañinos para ella.

Para llevar el tratamiento del exceso de peso, la familia debe de ser uno de los primeros que debe apoyara la persona para que este siga al pie de la letra y no sufra las consecuencias, en este aspecto la familia no debería de juzgar a ninguno de sus miembros, en especial a los niños, porque son los más vulnerables.

No deben de motivarles a seguir dietas que son perjudiciales para ellos ni burlarse por su aspecto, por lo contrario, deberían ayudarlos y darles a animo a la realización de actividades físicas.

2.5. Clases De Discriminación

Discriminación directa.

Es aquella que una persona discrimina a otra por razones de étnica mediante acciones concretas, por ejemplo, cuando colocan carteles con frases burlonas. Estos casos se dan con frecuencia en personas de procedencia africanas, árabe o romano cuando están en busca de un empleo o alguna vivienda, esto se da mayormente en Europa.

Discriminación Indirecta.

Son casos que no de mucha relevancia, pero no por ello dejan de ser menos importantes algunos de ellos son: cuando personas de un diferente origen étnico buscan algún trabajo y no se lo dan por no tener ningún título universitario o algún otro tipo de condición, el empleado debe de aceptarlas; a esto se le llama discriminación indirecta

Discriminación por clases sociales.

Desde la antigüedad la sociedad se a caracterizado por estar dividida en clases sociales; clase alta, media y baja; la clase alta siempre a menospreciado a la clase baja es decir la gente pobre, se dice que este mal de discriminación se le llama agorafobia y se le denomina así a la fobia que siente la gente rica hacia la gente pobre, así como existe esta fobia por clases sociales también existen muchas otras fobias.

Discriminación de género.

Es un tipo de discriminación que muchos movimientos integrados por mujeres luchan por combatir.

A nivel laboral hay mucha discriminación hacia el género femenino no se le da un trato igualitario con los varones, es por ello que estos movimientos luchan por cambiar esta desigualdad y que todos seamos tratados por igual.

2.6. Principales Causas Que Generan Discriminación

Una persona discriminada, será propensa a realizar actos fuera de sí, tratar de manera injusta a una persona o un conjunto de personas solo por ser diferente en algún pecto es un acto de crueldad y falta de valores, porque los derechos están para ser respetados y cumplidos, seguidamente mencionaremos algunas caudas de la discriminación:

Posición económica

Desde antes la posición económica han ocasionado la creación de actitudes discriminatorias, ya que hoy en día es muy indispensable la posición económica ante la sociedad.

Miedo.

Esta es una de las causas principales que la practican un grupo de personas, que se sienten con el poder de hacer sentir menos a otra, no estando conforme con esto realizan actos que llegan a causar mucho daño y ala ves miedo en la otra persona.

Ideología.

Esta causa es muy frecuente, por la cual se comenten actos discriminatorios hacia otras personas que tienen una ideología diferente a la de los demás, creencias muy ajenas a las que la sociedad está acostumbrada.

Lucha de intereses.

Hay discriminación cuando hay lucha por un bien y a este les interesa a varios grupos de personas con diferentes ideologías, el acto de discriminación que se da es cuando llega el momento de repartir el bien por el cual hay el conflicto.

Personalidad dócil e imitativa.

Hay un tipo de personas que nunca cuestionan ni opinan lo que está a su alrededor, solo observan la realidad que los rodea y se dejan llevar por sus ideales, pero el acto discriminatorio se da cuando la demás persona no les gusta su forma de ser, sus ideales y empiezan a hacer cambiar de mentalidad a esta persona.

CAPITULO III

CONCEPTOS Y FUNDAMENTOS

3.1. El sobre peso una de los principales motivos de discriminación en alumnos de educación primaria.

Según la organización mundial de la salud (OMS) personas que padecen de sobre peso, es a causa de la acumulación anormal de grasa que causa graves consecuencias en el organismo del ser humano. A esto se le entiende como el hecho que todas las personas que sufren este mal, son personas que no realizan actividades físicas y llevan una muy mala alimentación, esto provoca que el tejido adiposo va aumentando el tejido corporal grasoso de cada ser humano.

Los autores Martin Moreno y Martin Gorgojo, no brindan un concepto amplio acerca del exceso de masa corporal. Ellos definen al sobre peso como una “enfermedad multifactorial crónica, que es fruto de la interacción del genotipo y el espacio, su característica principal es el acumulamiento de grasa en el tejido humano y arriesga la vida del individuo que la lleva” con referencia en este tema nos conviene alertar que cuando hay incremento de tejido humano, este estará asociado a que hay aumento del tejido adiposo, esto traerá consecuencias y causará el deterioro de la salud.

En el mundo actual los prejuicios que existen hacia personas con exceso de peso se han vuelto muy común y por ende está a la vista, en numerosos estudios realizados por diversos estudios. Se han creado muchos estereotipos negativos sobre el conjunto de seres humanos que tienen sobre peso; han sido juzgados con actitudes como los maltratos verbales, formación de grupos dejando de lado a este grupo que padece este mal.

Los niños están más expuestos a ser apartados de determinados grupos sociales que se forman entre ellos a causa de su sobre peso, los menores siguen los malos estereotipos

que se han creado, esto da lugar a la discriminación en adulto y niños que tienen sobre peso.

3.2. Influencia de los hábitos alimenticios en el sobrepeso de los estudiantes de nivel primaria de quinto y sexto grado.

Los estudiantes en nivel primaria tienden desde ya a preocuparse mucho por su aspecto físico, pero pocas veces se preocupan por sus hábitos alimenticios, lo cual es perjudicial para ellos; deben tener en cuenta que deben llevar una alimentación completa, variada, es decir balanceada, ya que en esa edad que se encuentran tienen un gran desgaste de energía durante su día a día, por lo que deben consumir alimentos con fuentes de energía que los beneficie, pero de manera adecuada para poder continuar con sus actividades cotidianas en buen estado físico y saludable.

Se es de conocimiento que, la masa corporal incrementa por la falta de actividad física y por el consumo de alimentos altos en calorías o como común mente los conocemos, comida chatarra, dando esto paso a una vida sedentaria que es desfavorable para el ser humano; una de las principales características del sobrepeso es que se da a notar en el aspecto físico ya que el volumen de la masa corporal aumenta y con ello el peso. Los estudiantes de primaria deben recibir una educación en cuanto a su alimentación y actividad física, que es importante y necesaria para una vida saludable, además, teniendo un balance y buenos hábitos se podrá reducir el volumen y el peso corporal, de paso que se convierte en una buena rutina de vida que cubre las necesidades del cuerpo del escolar.

Respecto a los estudiantes de primaria, adquirir hábitos alimenticios adecuados es beneficioso, sobre todo porque esto influye en su peso, los escolares deben mantener una dieta balanceada, saludable y acompañada de actividad física, ya que esto conlleva a que su vida cotidiana se adecue a un sistema de hábitos los cuales mantendrán un correcto control de su peso y volumen de masa corporal.

De acuerdo a la perspectiva contraria de una buena alimentación, encontramos el mal o inadecuado consumo de alimentos que causan desequilibrio en la absorción de

nutrientes que realiza el cuerpo, por otra parte, también influye en cuanto a los trastornos alimenticios que pueden presentar los estudiantes de este nivel por causa de escasa actividad física y mala alimentación debido a que mayormente se consume comida chatarra, lo cual en la actualidad se ha vuelto la base de este tipo de problemas como son: el sobrepeso, la anorexia, la bulimia, estos problemas son los más frecuentes y vistos en la sociedad que pueden llevar a la persona incluso a consecuencias graves como la muerte.

3.2.1. Factores asociados al sobrepeso y discriminación en alumnos de educación primaria de quinto y sexto grado.

Día a día los problemas de discriminación o maltratos entre estudiantes se vuelve más constante y más común en las escuelas y fuera de ellas, incluso muchas veces se deja pasar por alto creyendo que son problemas leves entre compañeros y no se toma ni importancia ni acciones para contrarrestar esto, en estudiantes de primaria que están por salir de ese nivel o que aún les quedan grados ya existe el Bull ying que se da en cualquier nivel educativo y hacia cualquier persona, este ya no diferencia ni géneros ni edades; y el mayor inconveniente que se está viendo es el Bull ying o maltrato por el aspecto físico sobre todo el sobre peso, es por ello que prevalece la discriminación incluyendo de las personas más cercanas a ellos, es decir de su entorno, ya sea que se ve como broma, la otra persona puede que no lo vea del mismo modo y le afecte emocionalmente, sobre todo en la edad que se encuentran.

Los escolares de estos grados en el nivel educativo de primaria usualmente realizan maltratos verbales y discriminatorios respecto a la apariencia física de sus demás compañeros, es decir sobre su peso o volumen de masa corporal o sobre alguna anomalía que presenten.

Los principales factores de discriminación respecto al sobre peso son los siguientes:

La escuela: el ámbito escolar es donde los estudiantes pasan el mayor del tiempo conviviendo con sus demás compañeros, volviéndose el principal lugar donde se originan los actos de discriminación entre compañeros, dándose por diferentes razones, sean físicas, culturales, económicas, religiosas, etc, y cada vez aparecen más razones por las

que se produce discriminación. En este ámbito, se debe brindar una educación donde se les enseñe a los estudiantes a valorarse y a valorar a sus compañeros y a toda persona, sin dar importancia a las razones mencionadas por las que se pueda producir los maltratos; la intervención de los docentes es necesaria y esencial tanto para enseñar como para evitar o contrarrestar este tipo de problemas.

Familia: es aquel ambiente donde el menor se debe sentir seguro, protegido, amado y aceptado, la familia es el lugar donde se forma las bases y se fortalece su seguridad personal para poder crecer y desarrollarse con ideales de igualdad y no de exclusión o discriminación hacia otros, en la familia se inculcan los primeros aprendizajes, los valores, y se demuestra a base de ejemplos las acciones y actitudes, los padres, hermanos y demás miembros son los modelos a seguir de los menores, siendo su obligación enseñarles a quererse y aceptarse sin sentirse menos por cualquier comentario sobre su persona, pues si aprenden sobre su valor propio se amarán tal y como son, sabrán respetarse y respetar a los demás.

Sin embargo, existen algunas familias o algunos miembros dentro de las familias que realizan comentarios o actos que hacen sentir inseguros a sus hijos, como hablar de su peso o su aspecto, es por ello que muchas veces comienzan los menores a fortalecer esos malos comentarios en su contra y crear estereotipos sobre su propio cuerpo y forma de ser, volviéndose inseguros, siendo esto algo negativo que se debe evitar en las familias. Es de importancia que las familias también se eduquen en estos temas para poder colaborar y ayudar a los miembros de su familia.

Según los factores que presentados, estos son los ambientes más importantes donde no debe existir discriminación o en todo caso debe ser mínima y que se pueda contrarrestar, se debe enseñar buenos hábitos de alimentación, y lo importante que es hacer actividad física, también, el valorarse a uno mismo y respetar a los demás su forma y apariencia; es por ello que tanto los docentes como la familia juegan un papel súper importante en el desarrollo de los estudiantes tanto del nivel primario como es quinto y sexto grado, así como, de otros niveles educativos.

3.2.2. Acciones Que Provocan Discriminación Por El Sobrepeso En Escolares De Primaria.

Actualmente y día a día se observan actos de discriminación por el sobrepeso, y enfocándonos en los estudiantes de últimos niveles de primaria como son quinto y sexto grado, reciben etiquetas y burlas sobre su peso y su apariencia, pueden ser vistas como chistes o acciones graciosas, incluso los demás pueden pensar que a esa edad no se debe preocupar por eso o lo que le digan, creen que no les afectara sus bromas; pero ciertamente, no es así, tengan la edad que tengan, no se debe jugar con la autoestima de los demás, poniendo en riesgo su seguridad e integridad mental.

Los estudiantes suelen ser discriminados también por causas como presentar alguna discapacidad física, por su color, por su condición económica, incluso por simplemente destacar en los estudios, y aquellos que realizan los maltratos son sus mismos compañeros, quienes actúan sin tener en cuenta las consecuencias que pueden ocasionar su discriminación y burlas para el estudiante que es el afectado.

La acción o causa de la discriminación viene ligada en este caso al sobrepeso, lo cual en un sin número de ocasiones causa problemas de trastornos alimenticios, que en conjunto vienen los trastornos físicos, emocionales y mentales. Para ayudar a tratar estos problemas es necesario, esencial y/o básico que tanto los padres como los docentes eduquen y se eduquen para poder orientar correctamente a los menores, con temas como buenos hábitos de alimentación, de realizar actividad física, de respetarse y valorarse a ellos mismos y a los demás.

3.2.3. ¿Cuáles Son Las Consecuencias Que Ocasiona La Discriminación Por Sobrepeso?

Existen varias consecuencias a causa de la discriminación por el sobrepeso y apariencia física, mostrándose de manera brusca y sin control, sobre todo por el estilo de vida sedentario y la mala alimentación.

Si bien es cierto el sobre peso por llevar una mala alimentación hoy en día se ha convertido en un problema a nivel mundial ,esto afecta principalmente a los niños de nivel

primaria porque ellos están expuestos a todos los estereotipos que ha creado la sociedad, según esta son modelos a seguir , utilizados como guía para que el menor crezca creando una buena visión acerca de estos, pero eso no es ciertos estos estereotipos lo único que hacen es crear en el niño una mentalidad de que si no son los demás así como el estereotipo no deberían estar en su círculo social , esto se le denomina discriminación , consiste en apartar al menor de cierto grupo .

Algunas de las consecuencias producidas por los actos discriminatorios respecto al sobre peso son:

- Baja autoestima. Ocasiona inseguridad, desconfianza de sí mismo.
- Trastornos alimenticios, como son los más comunes la bulimia, anorexia, entre otros causados por la discriminación por sobre peso.
- Introversos, se vuelven aquellos menores por temor a las burlas y comentarios sobre su peso y aspecto.
- Problemas psicológicos.
- Desorientación sobre su condición y valoración.
- Problemas en el hogar, entre padres e hijos.
- Surgimiento de conflictos u otros problemas a causa del sobrepeso.
- Conflictos consigo mismo y con su familia.
- Problemas escolares.
- Poca concentración en sus estudios.
- Peleas escolares.
- Y de mayor gravedad, una de las consecuencias es llegar hasta la muerte.

CONCLUSIONES

- PRIMERO:** Haciendo referencia al objetivo general, se concluye que para poder ayudar dentro de las instituciones educativas a contrarrestar la discriminación por el sobre peso que presentan algunos alumnos es necesario plantearse estrategias concisas que se pongan en marcha para poder obtener resultados deseados y beneficiosos.
- SEGUNDO:** Podemos afirmar y asegurar que la familia, los padres, juegan un papel muy importante dentro de estos temas que deben ser de principal educación, ya que actualmente son muy vistos y los más usuales por la misma vida que se lleva como rutina; por ello es necesario que los padres eduquen y enseñen a sus hijos a llevar una buena alimentación y a dedicar una parte de su tiempo a realizar actividad física que es necesaria y de beneficio para el cuerpo.
- TERCERO:** Llegamos a la conclusión de que es fundamental plantear estrategias de comunicación, es decir nuevas formas de como los estudiantes puedan comunicar sus incomodidades, inquietudes o problemas que les afecta, del mismo modo dichas estrategias sean usadas para nosotros como docentes o como padres poder llegar así ellos y enseñarles cosas de valor para ellos.
- CUARTO:** Finalmente concluimos que, para ayudar a los estudiantes, motivarlo e incentivarlos es necesario crear ambientes, como por ejemplo talleres, donde ellos puedan practicar deportes o alguna actividad física, contribuyendo de ese modo a mantener no solo una buena apariencia si no también un buen estado mental.

RECOMENDACIONES.

- Es recomendable que todos los docentes y padres de familia, enseñen a sus hijos buenos hábitos de alimentación.
- Es necesario que se le exija y a la vez motive a realizar actividades físicas sobre todo en la edad que se encuentran.
- Se debe practicar actividades grupales, tanto fuera como dentro del hogar, para evitar una vida sedentaria y ayudar a los niños a ayudar a los niños a que convivan entre ellos estableciendo mejores relaciones.
- Enseñarles a quererse respetarse a sí mismo y hacia los demás, ya q mediante esto se podrán evitar muchas acciones de discriminación.

REFERENCIAS CITADAS:

- Agerström, J. y Rooth, D. (2011). El papel de los estereotipos automáticos de obesidad en la discriminación laboral real. *Journal of Applied Psychology*, 96(4), 790-805. <http://dx.doi.org/10.1037/a0021594>
- Almeida, L., Savoy, S. y Boxer, P. (2011). El papel de la estigmatización del peso en el riesgo acumulado de atracones alimentarios. *Journal of Clinical Psychology*, 67(3), 278-292. <https://doi.org/10.1002/jclp.20749>
- Ambwani, S., Thomas, K., Hopwood, C., Moss, S. y Grilo, C. (2014). La estigmatización de la obesidad como status quo: consideraciones estructurales y prevalencia entre adultos jóvenes en Estados Unidos. *Eating Behaviors*, 15, 366-370. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.04.005>
- Anderson, D. A. y Wadden, A. (2004). La visión de los pacientes de cirugía bariátrica sobre las actitudes y prácticas de sus médicos en relación con el peso. *Obesity Research*, 12(10), 1587-1595. <https://doi.org/10.1038/oby.2004.1>
- Barquera, S., Campos-Nonato, I., Hernández-Barrera, L., Pedroza-Tobías, A. y Rivera-Dommarco, J. (2013). Prevalencia de obesidad en adultos mexicanos, ENSANUT 2012. *Salud Pública de México*, 55(2), 151-160.
- Barragán, M. C., López-Espinoza, A., Martínez, A., López-Uriarte, P. y Magaña, C. (2014). Transición alimentaria y obesidad: Cambios alimentarios y sus consecuencias. En A. López-Espinoza, A. Martínez y P. López-Uriarte (Eds.), *México obeso: Actualidades y perspectivas* (pp. 89-101). Guadalajara, México: Editorial Universitaria.
- Bautista, M. L. (2015). Imagen corporal, conducta alimentaria, ajuste psicológico y calidad de vida en pacientes sometidos a cirugía bariátrica: Una aproximación longitudinal [Tesis doctoral]. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Bautista, M. L., López, R. y Franco, K. (2014). Salud mental del paciente con obesidad. En A. López, A. Martínez y P. López (Eds.), *México obeso: Actualidades y perspectivas* (pp. 312-327). Guadalajara, México: Editorial Universitaria.
- Bautista-Díaz, M. L., Alvarez-Rayón, G., Mancilla-Díaz, J. M., Amaya-Hernández, A., Ortega-Luyando, M. y Olvera-Hernández, H. (2016). Comportamiento alimentario pre y post

- cirugía bariátrica: Dos estudios de caso. *Journal of Human Nutrition & Food Science*, 4(1), e-1080.
- Bermúdez, B. y Hernández, F. S. (2012). La estigmatización del cuerpo obeso: Percepción en un grupo de adolescentes mexicanos. *Archivos de Medicina Familiar*, 14(1), 21-27.
- Bertakis, K. D. y Azari, R. (2005). El impacto de la obesidad en las visitas de atención primaria. *Investigación sobre la obesidad*, 13(9), 1615-1623. <https://doi.org/10.1038/oby.2005.198>
- Bertrán, M. y Sánchez, M. C. (2009). Continuidades en la estigmatización del cuerpo enfermo. Una comparación entre la lepra y la obesidad. *TRAMAS*, 32, 147-168.
- Cabrerizo, L., Rubio, M. A., Ballesteros, M. D. y Moreno, C. (2008). Complicaciones asociadas a la obesidad. *Revista Española de Nutrición*, 14(3), 156-162.
- Campos-Nonato, I., Barquera, S. y Aguilar, C. (2012). Efecto de la obesidad sobre otras enfermedades crónicas y la mortalidad. En J. Rivera, M. Hernández, C. Aguilar, F. Vadillo y C. Murayama (Eds.), *Obesidad en México: Recomendaciones para una política de estado* (pp. 259-277). México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Carr, D. y Friedman, M. (2005). ¿La obesidad es estigmatizante? Peso corporal, discriminación percibida y bienestar psicológico en Estados Unidos. *Journal of Health and Social Behavior*, 46, 244-259. <https://doi.org/10.1177/002214650504600303>
- Caterson, I. (2009). Manejo de la obesidad y sus complicaciones. *Annals Academy of Medicine*, 38(1), 22-28.
- Chen, E. y Brown, M. (2005). Estigma de la obesidad en las relaciones sexuales. *Obesity Research*, 13(8), 1393-1397. Inglés: <https://doi.org/10.1038/oby.2005.168>
- Chu, D., Minh, N. T., Thi, V., Thai, N. V., Duy, D., Lien, N. et al. (2019). Actualización sobre la obesidad: consecuencias mentales e intervenciones psicológicas. *Diabetes y síndrome metabólico: investigaciones clínicas y revisiones*, 13(1), 155-160. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2018.07.015>
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2018). Encuesta Nacional sobre Discriminación 2017: Prontuario de resultados. Disponible en https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/Enadis_Prontuario_Ax.pdf
- Contreras-Valdez, J. A., Hernández-Guzmán, L. y Freyre, M. A. (2016). Insatisfacción corporal, autoestima y depresión en niñas con obesidad *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 7(1), 24-31. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rmta.2016.04.001>

- Couch, D., Thomas, S. L., Lewis, S., Blood, R. W. y Komesaroff, P. (2015). Percepciones de los adultos obesos sobre las noticias sobre la obesidad: el panóptico y el sinóptico en acción. *Sage Open*, 1-14. <https://doi.org/10.1177/2158244015612522>
- Gómez, M., & Silva, J. (2019). La discriminación por sobrepeso en escuelas de Arequipa: Un estudio cualitativo. *Revista de Psicología Educativa de Arequipa*, 12(1), 73-88.
- Johnson, A., y Thompson, P. (2018). Impacto de la obesidad infantil en el rendimiento académico en los Estados Unidos. *Journal of School Health*, 88(5), 365-374.
- Pérez, R., & Martínez, L. (2018). “Impacto del sobrepeso en la autoestima y rendimiento académico de los escolares de educación primaria en Lima. *Revista Peruana de Educación y Salud*, 15(3), 45-58.
- Ramírez, S., & Torres, A. (2020). Programas de intervención nutricional y su efecto en la discriminación por sobrepeso en escolares de Cusco. *Journal of Educational Research in Peru*, 17(4), 102-118.
- Smith, J., & Brown, L. (2017). Sobrepeso y acoso escolar en escuelas primarias: un estudio en el Reino Unido. *British Journal of Educational Psychology*, 87(2), 345-359.
- Williams, K., & Collins, M. (2019). Social exclusion and overweight in primary schools: A case study in Australia. *Australian Journal of Education*, 63(1), 112-126.