

Comparación de las habilidades sociales en adolescentes escolares de un colegio Municipal

Comparison of social skills in adolescent schoolchildren from a municipal school.

¹Scarlet Castro Díaz

[Orcid: 0009-0008-8340-214X](https://orcid.org/0009-0008-8340-214X)

¹Víctor González Morales

¹Verónica Muñoz Liberona

¹Hillary Ramos González

^{1,2}Benjamín Jorquera Donoso

<https://orcid.org/0009-0001-7194-4848>

^{1,2}Pablo Pedrero Valenzuela

<https://orcid.org/0009-0001-1589-0806>

^{1,2}Rossana Gomez Campos

<https://orcid.org/0000-0001-6509-5707>

¹Universidad Cattolica del Maule, Talca, Chile.

²Grupo de estudio e investigacion en salud y deporte GEISADE, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile.

RESUMEN

Objetivo: Comparar los niveles de habilidades sociales entre adolescentes categorizados con peso normal y exceso de peso.

Metodología: Se efectuó un estudio comparativo en escolares de 14 a 17 años de edad. La muestra estuvo conformada por 59 escolares de ambos sexos (36 hombres y 26 mujeres). Se evaluó el Índice de masa corporal (IMC), se midió la fuerza de prensión manual (derecha e izquierda) y se encuestó las habilidades sociales a ambos sexos.

Resultados: En cuanto a las habilidades sociales, se observó diferencias en hombres, donde los jóvenes categorizados con exceso de peso mostraron mayores puntajes en las habilidades sociales en relación a los jóvenes

con peso normal ($p < 0.05$). En las mujeres no hubo diferencias entre ambos grupos ($p > 0.05$). Se determinó relaciones positivas (no significativas) entre habilidades sociales e IMC en ambos sexos (hombres $r = 0.187$ y en mujeres $R = 0.216$).

Conclusión: El exceso de peso en hombres adolescentes podría estar asociado con una mejor percepción o desempeño en habilidades sociales, en comparación con sus pares de peso normales, sin embargo, en mujeres no hubo diferencias y asociación, por lo que es necesario desarrollar más estudios

Palabras clave: IMC, habilidades sociales, adolescentes



RPCAFD

ORIGINAL

Recibido: 02 de abril, 2025
Aceptado: 15 de junio, 2025

Correspondencia:

Rossana Gomez

E-mail:

rgomez@ucm.cl



CINEMAROS SAC



ABSTRACT

Objective: To compare the levels of social skills between adolescents categorized as normal weight and overweight.

Methodology: A comparative study was conducted among schoolchildren aged 14 to 17. The sample consisted of 59 students of both sexes (36 males and 26 females). Body mass index (BMI) was assessed, handgrip strength (right and left) was measured, and social skills were surveyed for both sexes.

Results: Regarding social skills, differences were observed in men, with youth categorized as overweight showing higher scores in social skills compared to youth of normal weight ($p<0.05$). No differences were found between the two groups in women ($p>0.05$). Positive (non-significant) relationships were found between social skills and BMI in both sexes (men $r=0.187$ and women $R=0.216$).

Conclusion: Excess weight in adolescent males could be associated with better perception or performance in social skills, compared to their normal weight peers, however, in females there were no differences or association, so further studies are needed.

Keywords: BMI, social skills, adolescents

Introducción

La adolescencia es definida ampliamente como el período comprendido entre los 10 y los 19 años de edad en el ciclo de vida humano^{1,2}. Durante esta etapa los adolescentes son más vulnerables a la aparición de problemas de comportamiento y de salud mental³.

Es ampliamente conocido que los adolescentes tienden a experimentar un declive en sus competencias sociales y emocionales con el paso del tiempo⁴. Este descenso en las habilidades socioemocionales se debe a una serie de factores complejos, que incluyen cambios hormonales, la búsqueda de identidad y la influencia de pares, lo que puede incrementar la prevalencia de conductas de riesgo, como el consumo de sustancias, la violencia, y problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión⁵. También algunos estudios han informado sobre el aumento del estado del peso, por ejemplo, el sobrepeso es una condición compleja con múltiples causas contribuyentes, incluidos factores genéticos, socioeconómicos, ambientales y conductuales⁶.

De hecho, el estado del sobrepeso y la obesidad infantil afectan la salud física y psicosocial y la calidad de vida⁷, por lo que es posible que sus habilidades sociales podrían verse perjudicadas

frente a sus contrapartes. Además, el entorno social y académico en el colegio también juega un papel crucial durante esta etapa.

Por ello, la presión académica, las expectativas de rendimiento, y las interacciones con figuras de autoridad y compañeros pueden exacerbar las dificultades emocionales y conductuales⁸. Por lo tanto, es fundamental promover intervenciones preventivas y programas de apoyo que refuercen las competencias sociales

En ese sentido, promover y mantener hábitos de vida saludables puede ser un método eficaz para prevenir la obesidad en la población joven^{9,10}, puesto que es fundamental promover intervenciones preventivas y programas de apoyo que refuercen las competencias sociales y emocionales, contribuyendo a un desarrollo más saludable y resiliente durante la adolescencia¹¹.

Por lo tanto, las competencias sociales y emocionales desempeñan un papel crucial para ayudar a las personas a adaptarse a los cambios en su entorno¹² e incluso las habilidades sociales incluyen una variedad de comportamientos básicos y complejos que aumentan la posibilidad de obtener resultados exitosos en las interacciones sociales¹³.

En consecuencia, este estudio busca comparar los niveles de habilidades sociales entre los adolescentes con y sin exceso de peso, puesto que las diferencias en el peso corporal pueden estar asociadas con variaciones en las competencias sociales y emocionales. Específicamente, se espera que los adolescentes con exceso de peso se enfrenten a mayores desafíos en sus interacciones

sociales, lo que podría influir en su bienestar emocional y capacidad de adaptación.

Por lo tanto, el objetivo del estudio fue comparar los niveles de habilidades sociales entre adolescentes categorizados con peso normal y exceso de peso.

Metodología

Tipo de estudio y muestra

Se efectuó un estudio comparativo en escolares de 14 a 17 años de edad. La muestra estuvo conformada por 59 escolares de ambos sexos (36 hombres y 26 mujeres). Los escolares pertenecían a un colegio municipal de la provincia de Talca, Chile. La selección de la muestra fue no probabilística (accidental).

Todos los escolares incluido en el estudio firmaron el consentimiento informado, y realizaban las clases de educación física una vez por semana. Se excluyeron los escolares que no completaron las medidas antropométricas y el llenado de la escala de habilidades de planificación. Todo el estudio se efectuó de acuerdo a la declaración de Helsinki y el comité de ética de la Universidad Católica del Maule (Chile).

Técnicas y procedimientos

Las medidas antropométricas se evaluaron en las instalaciones del colegio. Luego se aplicó la escala. Se evaluó el peso y la estatura de acuerdo a las sugerencias descritas por la sociedad internacional de cineantropometría (2001). El peso corporal (kg) se evaluó utilizando una báscula electrónica (Tanita, Kewdale, Australia) con precisión de 0,1kg. La estatura se midió con un estadiómetro de marca (SECA, Hamburgo) con precisión de 0,1 cm, manteniendo la cabeza en el plano de Frankfurt. Ambas variables se midieron descalzos, corte y polera. Se calculó el índice de masa corporal (IMC) utilizando la fórmula: $IMC = \text{peso(kg)} / \text{Estatura}^2(\text{m})$. Este procedimiento estudio a cargo de dos evaluadores con experiencia en medidas antropométricas.

La fuerza de prensión manual FPM (derecha e izquierda) se evaluó utilizando un dinamómetro

manual hidráulico de marca JAMAR (Hydraulic Hand Dynamometer® Modelo PC-5030 J1, Fred Sammons, Inc., Burr Ridge, IL: EE. UU.). La precisión fue de 0,1 kg. El protocolo indica evaluar, tanto la mano derecha y la mano izquierda, siguiendo las instrucciones recomendadas por Richards et al¹⁴. Se efectuó dos intentos, registrando el mejor resultado.

Los puntos de corte del centro del control de prevención de enfermedades de los estados unidos CDC se utilizó¹⁵, para clasificar en peso normal, y exceso de peso (sobrepeso + Obesidad). Para ello, se basó en el IMC por edad y sexo.

Para evaluar las habilidades de planificación se utilizó la escala propuesta por Rodríguez-Macayo et al¹⁶. Esta escala mide las habilidades sociales de 5 dimensiones. Una de ellas es las habilidades de planificación. Está compuesta por 08 preguntas. Las alternativas fueron: a) Me ocurre muy pocas veces, b) Me ocurre muchas veces, c) Me ocurre a veces, y d) No me ocurre nunca. La escala tiene un puntaje de 1 a 5 puntos. Se aplicó en formato tradicional a lapiza y papel. Se les dio 10 minutos para responder las 8 preguntas.

Estadística

Los datos de los escolares estudiados previamente fueron analizados mediante la prueba de normalidad de Shapiro Wilk. Se calculó el análisis estadístico descriptivo de media aritmética, desviación estándar, valor mínimo y máximo). Las diferencias entre ambos grupos se verificaron por medio de test t para muestra independientes. Se utilizó Spearman para relacional las habilidades de planificación con los valores del IMC y FPM. El nivel de significancia adoptado fue de 0.05. Los cálculos fueron efectuados en planillas de Microsoft Excel, en SPSS 16.0.

Resultados

La tabla 1 muestra las características antropométricas, de fuerza de prensión manual de ambas manos y valores promedios de las habilidades sociales de los adolescentes de ambos

sexos. Los hombres presentaron mayor peso, y estatura en relación a las mujeres ($p<0.05$). En las demás variables no hubo diferencias entre ambos sexos ($p>0.05$).

Tabla 1. Características de la muestra estudiada

Variables	Hombres		Mujeres		p
	X	DE	X	DE	
Edad (años)	16,1	1,3	15,7	1,4	0,280
EM. (APVC)	1,9	1,0	3,5	0,9	0,000
Antropometría					
Peso (kg)	66,1	14,4	62,1	14,7	0,306
Estatura (cm)	169,8	6,2	159,5	6,5	0,000
IMC (kg/m ²)	22,8	3,9	24,3	5,1	0,207
Habilidades sociales					
Básicas	26,3	5,7	26,0	4,1	0,827
avanzadas	22,2	3,8	20,7	4,4	0,169
Sentimientos	23,9	7,3	23,6	5,5	0,866
Agresión	34,1	8,8	33,1	7,4	0,653
Estrés	46,0	10,1	43,0	9,1	0,252
Planificación	32,0	7,7	29,9	6,7	0,287
Total, escala	184,4	33,3	176,2	31,6	0,350

Las comparaciones entre categorías de estado de peso se observan en la tabla 2. Los hombres y las mujeres categorizadas con exceso de peso, mostraron mayor peso, estatura e IMC que sus similares con peso normal. En cuanto a las habilidades sociales, se observó diferencias en

hombres, donde los jóvenes categorizados con exceso de peso mostraron mayores puntajes en las habilidades sociales en relación a los jóvenes con peso normal ($p<0.05$). En las mujeres no hubo diferencias entre ambos grupos ($p>0.05$).

Tabla 2. Comparación de las habilidades sociales entre adolescentes según categorías de peso corporal

Variables	Hombres (n= 36)				Mujeres (n= 23)			
	Normo peso (n=33)		Sobre peso (n=3)		Normo peso (n=19)		Sobre peso (n=4)	
	X	DE	X	DE	X	DE	X	DE
Edad (años)	16,1	1,4	15,9	1,0	15,5	1,4	16,3	1,1
EM. (APVC)	1,9	1,0	2,1	0,8	3,4	0,9	4,1	0,7
Antropometría								
Peso (kg)	63,0	10,2	100,27*	7,3	56,7	7,4	87,83*	14,1

Estatura (cm)	169,2	6,1	176,33*	4,0	158,5	6,0	164,05*	7,8
IMC (kg/m2)	21,9	2,8	32,21*	0,9	22,5	2,4	32,84*	6,4
Habilidades sociales								
Básicas	26,3	5,6	25,7	8,5	25,9	4,1	26,3	4,9
avanzadas	22,4	3,8	20,0	4,4	21,2	4,3	18,0	4,7
Sentimientos	23,6	7,5	27,3	5,5	24,1	5,6	21,0	4,9
Agresión	33,9	9,1	36,3	4,5	33,2	7,4	33,0	8,6
Estrés	45,9	10,3	47,0	8,7	43,0	9,2	43,0	10,2
Planificación	31,8	7,9	34,3	4,7	29,6	7,1	31,5	5,2
Total, escala	183,8	33,8	190,67*	33,6	177,0	32,7	172,8	30,2

La figura 1 muestra la positiva entre las habilidades sociales con el IMC en ambos sexos. Estas relaciones positivas no fueron significativas en ambos sexos, a pesar de reflejar en hombres $r=0.187$ y en mujeres $R=0.216$.

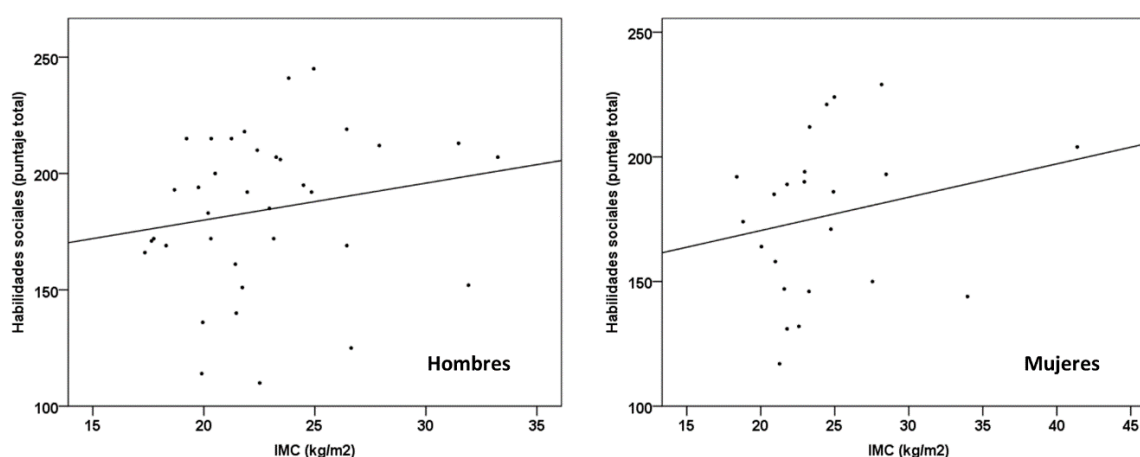


Figura 1. Relación entre las habilidades sociales con el IMC en adolescentes de ambos sexos.

Discusión

Los resultados de este estudio indican que tanto hombres como mujeres con exceso de peso presentan mayores valores de peso, estatura e IMC en comparación con sus pares de peso normal, lo cual era esperado. Sin embargo, en el análisis de las habilidades sociales se encontraron diferencias significativas únicamente en hombres: los adolescentes con exceso de peso obtuvieron mayores puntajes en habilidades sociales que aquellos con peso normal ($p < 0.05$). En contraste, no se observaron diferencias significativas en

las habilidades sociales de las mujeres según la categoría de IMC.

Es interesante destacar que los hombres con exceso de peso mostraron una percepción más alta de sus habilidades sociales, lo cual, podría estar relacionado con factores psicológicos o contextuales que merecen un análisis más profundo. La ausencia de diferencias significativas en las mujeres podría indicar que las habilidades sociales en este grupo no están tan influenciadas por el estado ponderal, o bien, que otros factores,

como el entorno social o el apoyo familiar, podrían desempeñar un papel más relevante.

Aunque las correlaciones positivas entre las habilidades sociales y el IMC no alcanzaron significación estadística, los valores r observados sugieren la posibilidad de una relación sutil que podría ser más clara en estudios con muestras más grandes o con diseños longitudinales.

Es crucial considerar que las habilidades sociales pueden verse afectadas por una diversidad de factores, y el exceso de peso podría influir en estas dinámicas de manera distinta según el género. Por ello, es necesario desarrollar más estudios, con lo cual es posible corroborar estos resultados.

De hecho, las habilidades sociales y emocionales en la adolescencia están asociada con el desarrollo positivo de los jóvenes, la educación del carácter, los hábitos de vida saludables, la reducción de la depresión y la ansiedad, los trastornos de conducta, la violencia, el acoso escolar, los conflictos y la ira ¹⁷.

Por ello, en los últimos años, varios estudios han sugerido que en entornos escolares, comunitarios y clínicos a nivel escolar se han llevado a cabo varias recomendaciones para desarrollar intervenciones efectivas sobre habilidades emocionales y sociales para promover el desarrollo positivo de los jóvenes, la salud mental y el bienestar ^{17,18}, especialmente en entornos sedentarios, donde muchas veces las oportunidades de interacción social y actividad física son limitadas.

En tal sentido, incorporar actividades esenciales que fomentan no solo la participación activa, sino también la autorregulación emocional y la empatía, factores que contribuyen a una mayor resiliencia y adaptabilidad frente a los desafíos típicos de la adolescencia debe ser labor de los colegios ¹⁹.

Desde esa perspectiva, la Unesco²⁰ sugiere un documento a los adolescentes para enfrentar los desafíos de crecer, ayudarlos a tomar decisiones sobre su salud sexual y prepararse para el trabajo

en el futuro. Por otro lado, también, destaca la importancia de las habilidades para la vida en diferentes contextos (“habilidades transversales”) que incluyen el pensamiento crítico e innovador, las habilidades intrapersonales, las habilidades interpersonales, la ciudadanía global y la alfabetización mediática e informacional ²¹.

Por tanto, es imprescindible que las escuelas adopten un enfoque integral que no solo promueva la salud física, sino también el bienestar emocional y social. Esto puede lograrse a través de programas educativos que enseñan a los adolescentes a gestionar sus emociones, resolver conflictos de manera pacífica y colaborar eficazmente con los demás.

Por ello, implementar intervenciones que beneficien las habilidades sociales independientemente del estado del peso es crucial entre los adolescentes, pues estos programas pueden traer un impacto significativo en la formación de ciudadanos saludables, responsables y comprometidos. También es necesario que los maestros se esfuercen al máximo para ayudar a los estudiantes a desarrollar sus habilidades sociales para mejorar los resultados de aprendizaje de los adolescentes ²².

El estudio presenta algunas limitaciones que tienen que ver con el tamaño de la muestra y el tipo de estudio. Estos aspectos limitan nuestros resultados e impiden generalizar a otros contextos. Es importante que otros estudios amplíen el tamaño de la muestra y efectúen estudios de mayor escala y seleccionen la muestra de forma probabilística. También el estudio presenta con algunas fortalezas, ya que es uno de los primeros estudios que intentó abordar las relaciones entre el estado del peso con el IMC durante la adolescencia, también, estos resultados pueden servir para comparar futuros estudios.

Conclusión

Estos resultados sugieren que el exceso de peso en hombres adolescentes podría estar asociado con una mejor percepción o desempeño en habilidades sociales, en comparación con sus pares de peso normales. Esto podría indicar que los hombres con exceso de peso desarrollan o utilizan estas habilidades como un mecanismo de adaptación

o compensación en contextos sociales. Sin embargo, la falta de diferencias significativas en las habilidades sociales de las mujeres según el estado ponderal sugiere que otros factores pueden estar influyendo más en el desarrollo social de las mujeres, por lo que sugiere efectuar mas estudios para corroborar estos hallazgos

Bibliografía:

1. Dewi RC, Rimawati N, Purbodjati P. Body mass index, physical activity, and physical fitness of adolescence. *J Public Health Res.* 2021 Apr 14;10(2):2230. doi: 10.4081/jphr.2021.2230. PMID: 33855415; PMCID: PMC8129745.
2. World Health Organization. (2006). Orientation programme on adolescent health for health-care providers. <https://www.who.int/publications/i/item/9241591269Z>
3. Branje, S., & Morris, A. S. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on adolescent emotional, social, and academic adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 486-499.
4. Capella-Peris, C., Martí-Puig, M., Salvador-García, C., & Maravé-Vivas, M. (2021). Social, personal, and innovative competencies effect of service-learning in physical education teacher education: A mixed-methods analysis. *Frontiers in Education*, 6, Article 757483
5. Steinberg L. A Social Neuroscience Perspective on Adolescent Risk-Taking. *Dev Rev.* 2008 Mar;28(1):78-106. doi: 10.1016/j.dr.2007.08.002. PMID: 18509515; PMCID: PMC2396566.
6. Bingham, D.D.; Costa, S.; Hinkley, T.; Shire, K.A.; Clemes, S.A.; Barber, S.E. Physical Activity During the Early Years: A Systematic Review of Correlates and Determinants. *Am. J. Prev. Med.* 2016, 51, 384}
7. Griffiths L.J., Parsons T.J., Hill A.J. Self-esteem and quality of life in obese children and adolescents: A systematic review. *Int. J. Pediatr. Obes.* 2010;5:282–304. doi: 10.3109/17477160903473697.
8. Dias P, Veríssimo L, Carneiro A, Figueiredo B. Academic achievement and emotional and behavioural problems: The moderating role of gender. *Clin Child Psychol Psychiatry.* 2022 Oct;27(4):1184-1196. doi: 10.1177/13591045211059410. Epub 2022 Feb 3. PMID: 35114813; PMCID: PMC9574906.
9. Martinho, DV, Gouveia, ÉR, França, C, Lopes, H, Ihle, A, Marques, A, et al. Body composition and physical fitness in Madeira youth. *Children.* (2022) 9:1833. doi: 10.3390/children9121833
10. López-Gil, JF, García-Hermoso, A, Sotos-Prieto, M, Cavero-Redondo, I, Martínez-Vizcaíno, V, and Kales, SN. Mediterranean diet-based interventions to improve anthropometric and obesity indicators in children and adolescents: a systematic review

with Meta-analysis of randomized controlled trials. *Adv Nutr.* (2023) 14:858–69. doi: 10.1016/j.advnut.2023.04.011

11. Sancassiani F, Pintus E, Holte A, Paulus P, Moro MF, Cossu G, Angermeyer MC, Carta MG, Lindert J. Enhancing the Emotional and Social Skills of the Youth to Promote their Wellbeing and Positive Development: A Systematic Review of Universal School-based Randomized Controlled Trials. *Clin Pract Epidemiol Ment Health.* 2015 Feb 26;11(Suppl 1 M2):21-40. doi: 10.2174/1745017901511010021. PMID: 25834626; PMCID: PMC4378066.
12. Branquinho C, Moraes B, Noronha C, Ferreira T, Neto Rodrigues N, Gaspar de Matos M. Perceived Quality of Life and Life Satisfaction: Does the Role of Gender, Age, Skills, and Psychological Factors Remain Relevant after the COVID-19 Pandemic? *Children (Basel).* 2023 Aug 27;10(9):1460. doi: 10.3390/children10091460. PMID: 37761421; PMCID: PMC10528662.
13. Schneider, B.H., Byrne, B.M. (1985). Children's Social Skills Training: A Meta-Analysis. In: Schneider, B.H., Rubin, K.H., Ledingham, J.E. (eds) *Children's Peer Relations: Issues in Assessment and Intervention*. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-6325-5_11
14. Richards, L. G., Olson, B., & Palmiter-Thomas, P. (1996). How forearm position affects grip strength. *The American Journal of Occupational Therapy*, 50(2), 133-138
15. Fryar CD, Gu Q, Ogden CL. Anthropometric reference data for children and adults: United States, 2007-2010. *Vital Health Stat* 11. 2012 Oct;(252):1-48. PMID: 25204692.
16. Rodriguez Macayo E, Vidal-Espinoza R, Gomez-Campos R, Andruske CL, Cossio-Bolaños M. Validity and reliability of a social skills scale among Chilean health sciences students: A cross-sectional study. *Eur J Transl Myol.* 2022 Mar 14;32(1):10375. doi: 10.4081/ejtm.2022.10375. PMID: 35293194; PMCID: PMC8992666.
17. Sancassiani F, Pintus E, Holte A, Paulus P, Moro MF, Cossu G, Angermeyer MC, Carta MG, Lindert J. Enhancing the Emotional and Social Skills of the Youth to Promote their Wellbeing and Positive Development: A Systematic Review of Universal School-based Randomized Controlled Trials. *Clin Pract Epidemiol Ment Health.* 2015 Feb 26;11(Suppl 1 M2):21-40. doi: 10.2174/1745017901511010021. PMID: 25834626; PMCID: PMC4378066.
18. Dowling K, Simpkin AJ, Barry MM. A Cluster Randomized-Controlled Trial of the MindOut Social and Emotional Learning Program for Disadvantaged Post-Primary School Students. *J Youth Adolesc.* 2019 Jul;48(7):1245-1263. doi: 10.1007/s10964-019-00987-3. Epub 2019 Apr 19. PMID: 31004264.
19. Surzykiewicz J, Skalski SB, Sołbut A, Rutkowski S, Konaszewski K. Resilience and Regulation of Emotions in Adolescents: Serial Mediation Analysis through Self-Esteem and the Perceived Social Support. *Int J Environ Res Public Health.* 2022 Jun 29;19(13):8007. doi: 10.3390/ijerph19138007. PMID: 35805666; PMCID: PMC9265814.
20. UNESCO (2003). *Life planning skills: a curriculum for young people in Africa. Botswana version. Facilitator's manual.* Washington, D.C. Program for Appropriate Technology in Health, PATH 2003 364 p.
21. UNESCO. (2016). 2014 regional study on transversal competencies in education policy and practice (phase II) school and teaching practices for twenty-first century challenges: Lessons

from the Asia-Pacific region. *ERI-Net Asia-Pacific Regional Policy Series*. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

22. Veronica Ika Kum "Planning Skills as a Correlate of Selfregulated Learning Skills and Learning Outcomes Among Adolescents in Secondary Schools in The South West Region of Cameroon" Published in International Journal of Trend in Scientific Research and Development (ijtsrd), ISSN: 2456-6470, Volume-2 | Issue-6, October 2018, pp.1321-1326, URL: <https://www.ijtsrd.com/papers/ijtsrd18845.pdf>

Conflicto de intereses: No hay

Financiamiento: Grupo GEISADE, UCM, Talca.