



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Ciencias Médicas

Carrera de Enfermería

“RELACIÓN ENTRE IMAGEN CORPORAL Y AUTO CONCEPTO FÍSICO EN ADOLESCENTES DE SEXO FEMENINO DE 14 A 17 AÑOS DE EDAD, “UNIDAD EDUCATIVA JUAN MONTALVO”. CUENCA 2020”

Proyecto de investigación
previo a la obtención del título
de Licenciada de Enfermería

Autoras:

Cristina Maribel Cajamarca Leon

CI: 0106176381

Correo electrónico: cajamarca_cristi@hotmail.com

Abigail Maricela Chaca Tigre

CI: 0106764293

Correo electrónico: abi-15adr@hotmail.com

Director:

Dr. Carlos Eduardo Arévalo Peláez

CI: 0103417358

Cuenca - Ecuador

01-octubre-2020



RESUMEN

ANTECEDENTES:

La población adolescente de sexo femenino presenta mayor preocupación por los estándares de belleza establecidos por la sociedad, lo cual al realizar comparaciones personales genera una autovaloración provocando efectos que influyen en la imagen corporal y auto concepto físico de la adolescente.

OBJETIVO GENERAL: Determinar la relación entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo en el período lectivo 2019 – 2020.

METODOLOGÍA: Se realizó un estudio cuantitativo con un diseño analítico de corte transversal con una muestra de 105 estudiantes la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, como técnica de recolección de datos se utilizó el Cuestionario de autoconcepto físico (CAF), Escala de Siluetas de Gardner, Cuestionario auto aplicable BSQ (Body Shape Questionnaire) la información se procesó mediante el programa SSPSV15, se generaron tablas simples y de doble entrada.

RESULTADOS: En este estudio participaron 105 estudiantes adolescentes de sexo femenino entre 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la ciudad de Cuenca, de las cuales el 26,7% tiene 17 años, el 96,2% tiene un estado civil soltero, y el 25,7% cursan el Décimo Año de Educación. El porcentaje que presenta un autoconcepto físico bueno con el 53,3% no presenta insatisfacción con la imagen corporal, al igual que el 56,2% con un IMC Normal; el 63,8% que presenta una percepción de la imagen Corporal Inadecuada, manifestada por el deseo de perder peso presenta un autoconcepto físico bueno. Las estudiantes sin insatisfacción corporal e IMC Normal, representan un mayor porcentaje de Percepción corporal Inadecuada.

PALABRAS CLAVE: Imagen corporal. Auto concepto físico. Adolescentes.



ABSTRACT

BACKGROUND:

The female adolescent population presents greater concern for the beauty standards established by society, which when making personal comparisons generates self-assessment, causing effects that influence the adolescent's body image and physical self-concept.

GENERAL OBJECTIVE: To determine the relationship between body image and physical self-concept in female adolescents between 14 and 17 years old from the Juan Montalvo Educational Unit in the 2019-2020 school period.

METHODOLOGY: A quantitative study with a cross-sectional analytical design was carried out with a sample of 105 students from the Juan Montalvo Educational Unit of Cuenca, as a data collection technique the Physical Self-Concept Questionnaire (CAF), Scale of Gardner Silhouettes, Self-applicable BSQ Questionnaire (Body Shape Questionnaire) were applied, the information was processed using the SPSSv15 program, simple and double-entry tables were generated.

RESULTS: In this study, 105 female adolescent students between 14 and 17 years of age from the Juan Montalvo Educational Unit of Cuenca participated, a total of 26.7% are 17 years old, 96.2% have a single marital status, and 25.7% are in the Tenth Year of Education. The highest percentage that presents a good physical self-concept with 53.3% does not present dissatisfaction with the body image, as well as 56.2% with a Normal IMC; 63.8% who present an Inadequate Body Image perception, manifested by the desire to lose weight, present a good physical self-concept. The students without body dissatisfaction and Normal IMC represent a higher percentage of Inadequate Body Perception.

KEY WORDS: Body image. Physical self concept. Adolescents.



ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT	3
CAPÍTULO I	13
INTRODUCCIÓN	13
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
JUSTIFICACIÓN	16
CAPÍTULO II	17
FUNDAMENTO TEÓRICO	17
Imagen corporal	17
Adolescencia	18
Auto concepto físico	19
Problemas desencadenados	21
CAPÍTULO III	22
OBJETIVOS	22
OBJETIVO GENERAL	22
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	22
CAPÍTULO IV	23
DISEÑO METODOLÓGICO	23
TIPO DE ESTUDIO	23
ÁREA DE ESTUDIO:	23
POBLACIÓN / UNIVERSO	23
MUESTRA	23
ASIGNACIÓN	24
CRITERIOS DE INCLUSIÓN	24
CRISTERIOS DE EXCLUSIÓN	24
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	25
MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	27
PLAN DE ANALISIS DE DATOS	29
CAPITULO V	30



RESULTADOS.....	30
CAPITULO VI	37
DISCUSIÓN	37
CAPITULO VII	40
CONCLUSIONES	40
RECOMENDACIONES	41
CAPÍTULO VIII	42
BIBLIOGRAFÍA	42
ANEXOS	47



**Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio
Institucional.**

Abigail Maricela Chaca Tigre en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación **“RELACIÓN ENTRE IMAGEN CORPORAL Y AUTO CONCEPTO FÍSICO EN ADOLESCENTES DE SEXO FEMENINO DE 14 A 17 AÑOS DE EDAD, “UNIDAD EDUCATIVA JUAN MONTALVO”. CUENCA 2020”**, de conformidad con el Art. 114 del CODIGO ORGANICO DE LA ECONOMIA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACION reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este proyecto de investigación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 01 de octubre de 2020.

Abigail Maricela Chaca Tigre

CI: 0106764293



Cláusula de Propiedad Intelectual

Abigail Maricela Chaca Tigre, autor/a del proyecto de investigación **“RELACIÓN ENTRE IMAGEN CORPORAL Y AUTO CONCEPTO FÍSICO EN ADOLESCENTES DE SEXO FEMENINO DE 14 A 17 AÑOS DE EDAD, “UNIDAD EDUCATIVA JUAN MONTALVO”. CUENCA 2020”**, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuesto en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 01 de octubre de 2020.

Abigail Maricela Chaca Tigre

CI: 0106764293



**Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio
Institucional.**

Cristina Maribel Cajamarca Leon en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación **“RELACIÓN ENTRE IMAGEN CORPORAL Y AUTO CONCEPTO FÍSICO EN ADOLESCENTES DE SEXO FEMENINO DE 14 A 17 AÑOS DE EDAD, “UNIDAD EDUCATIVA JUAN MONTALVO”. CUENCA 2020”**, de conformidad con el Art. 114 del CODIGO ORGANICO DE LA ECONOMIA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACION reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este proyecto de investigación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 01 de octubre de 2020

Cristina Maribel Cajamarca Leon

CI: 0106176381



Cláusula de Propiedad Intelectual

Cristina Maribel Cajamarca León, autor/a del proyecto de investigación **“RELACIÓN ENTRE IMAGEN CORPORAL Y AUTO CONCEPTO FÍSICO EN ADOLESCENTES DE SEXO FEMENINO DE 14 A 17 AÑOS DE EDAD, “UNIDAD EDUCATIVA JUAN MONTALVO”. CUENCA 2020”**, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuesto en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 01 de octubre 2020.

Cristina Maribel Cajamarca León

CI: 0106176381



DEDICATORIA

Quiero dedicar la presente tesis primeramente a Dios por darme salud y fuerza durante el trayecto de mi carrera profesional.

A mi mamá Rocío por su amor incondicional, apoyo, consejos, motivación y por estar siempre presente para guiar mi camino, a mi padre que a pesar de todo me ha brindado su apoyo incondicional.

A mi esposo que ha sido mi apoyo principal en mi carrera, a mi hijo Diego Nicolás que es mi mayor motivo para ser cada día mejor y lo amo infinitamente.

A mis Abuelos que siempre fueron mi inspiración para elegir mi carrera y sobre todo por inculcarme valores de calidez humana, todos ellos se merecen mi respeto y admiración.

Con todo mi cariño esta tesis se la dedico a ustedes.

Cristina Maribel Cajamarca Leon



DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios quien me regalo la vida, me dio salud, valor, fuerza, amor, sabiduría y quien ha puesto a las personas correctas que me acompañaron en mi largo camino de formación.

A mi hijo Samuel, ya que su afecto y cariño han sido los detonantes de mi felicidad, de mi esfuerzo y de mis ganas de buscar lo mejor para él y por ser mi más grande motivación para concluir con éxito mi carrera profesional.

A mis padres Wilson e Isabel, por ser mi apoyo incondicional por los valores que me han inculcado y por permitirme tener una educación de calidad, a mis hermanos Franklin y Katherine, gracias a su paciencia, dedicación y comprensión por estar conmigo en las buenas y en las malas.

A mi tía Lina y mi prima Samantha, por su bondad, alegría y sacrificio quienes me inspiran a ser mejor cada día, por sus consejos para seguir estudiando, seguirme superando y cumplir uno de mis sueños que es graduarme.

A todas las personas que siempre me estuvieron apoyando y motivando, a mi prima Paola por su compañía y apoyo, al padre de mi hijo por el apoyo brindado a su tiempo, y a mi mejor amiga Cristina por recorrer juntas este largo camino para lograr nuestro objetivo.

De manera especial dedico este trabajo a mi amigo Fabricio, quien con su amor me enseñó a ver la vida de otra manera y hoy es mi apoyo incondicional.

Abigail Maricela Chaca Tigre



AGRADECIMIENTOS

A Dios por brindarnos Salud, Sabiduría y perseverancia en nuestra carrera, a nuestros docentes que supieron prepararnos para enfrentar nuestros retos como profesionales en base a sus conocimientos y experiencias que nos han motivado a ser profesionales de calidad y calidez y han forjado en nosotros el verdadero significado de humanidad en nuestras acciones, a nuestro director y asesor por ayudarnos a conseguir nuestro objetivo y brindarnos su tiempo y a nuestros padres, familiares y amigos que nos apoyaron en el transcurso de nuestra carrera. A todos y cada uno de ellos nuestros más sinceros agradecimientos.

Cristina y Abigail



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La imagen corporal y el Autoconcepto físico son dos aspectos que en la actualidad han tomado relevancia dentro de la formación y desarrollo de la población adolescente. Según Cruz y Maganto en un estudio realizado en adolescentes la insatisfacción corporal y la obsesión por una figura corporal delgada son variables asociadas a trastornos de la conducta alimentaria y a su vez estos se vinculan a un modelo corporal establecido en la actualidad. (1)

Actualmente la sociedad ha creado modelos de una imagen corporal perfecta mediante la presión ejercida por los medios de comunicación, la publicidad y el fenómeno de la imitación según Salazar M. (2). Por otra parte se ha mostrado repercusiones en la formación del autoconcepto de las adolescentes. (2)

En la mayoría de los países desarrollados se han ido estableciendo ciertos estándares de belleza con el paso del tiempo, los cuales han sido asimilados por la población adolescente, especialmente por las adolescentes mujeres, instaurándose como un factor de riesgo para la aparición de cambios en la imagen corporal y su percepción. (3)

Un estudio aplicado a una población de adolescentes Españoles de sexo femenino y masculino de entre 11 a 18 años de edad, se demostró que las adolescentes de sexo femenino se percibían más insatisfechas con su imagen corporal y realizaban con más frecuencia dietas para bajar de peso (4).

Otros estudios muestran que las mujeres adolescentes, por la influencia que ha tenido sobre ellas la supuesta imagen corporal perfecta y la aceptación social que ha recibido la misma, son más vulnerables desarrollar complicaciones conductuales y psicosociales siendo importante registrar dentro de las mismas la incomunicación social, la disminución del rendimiento escolar, la exclusión real o imaginaria y autoestima bajo (5)

De igual forma el autoconcepto físico es una representación que las personas crean en base a su realidad corporal incluyendo elementos perceptivos, cognitivos



afectivos, emocionales, evaluativos, sociales, entre otros aspectos relacionados con lo corporal. (6)

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En un estudio de Salazar Mora Zaida realizado en Costa Rica acerca de la imagen corporal femenina y publicidad en revistas (2007), se menciona que el aspecto físico de un adolescente es muy cuestionado al momento de ser parte de un círculo social, considerándose la delgadez como un modelo de atractivo y perfección, esto es difundido especialmente en adolescentes de sexo femenino pues comúnmente trazan una estrecha relación entre su perspectiva de la imagen corporal con la adquisición de autoestima y la aceptación grupal que reciben.(7)

Por otra parte, se ha señalado que una mayor influencia sociocultural está positivamente asociada a una mayor insatisfacción con la imagen corporal y a una menor valoración del auto concepto físico general. (8)

Otro aspecto relevante al que se integra la imagen corporal e ideación del auto concepto, es al rol que desempeña dentro de las relaciones sociales ya sea entre individuos del sexo opuesto o del mismo sexo, pues se relaciona la apariencia física de un individuo con la forma en que la perciben sus semejantes e interactúan con él o ella, aumentando o disminuyendo el contacto social. (9)

Las adolescentes que tienen una percepción positiva de su imagen corporal, gozan de un mejor autoestima, un mejor bienestar psicológico y menos actitudes que impulsan trastornos relacionados con la alimentación.(10)

Así mismo, la elaboración de un auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino en muchos de los casos se ve mediado por la influencia de los diferentes factores socioculturales, permitiéndoles y dándoles la libertad de reconocerse como individuos emocionalmente estables o individuos insatisfechos con su aspecto físico. (11)

En un estudio realizado en la Ciudad de Cuenca por los investigadores Dávila y Carrión (2014) referente a la insatisfacción con la imagen corporal y mediante la aplicación BSQ, se encontró que el 11,9% presentó insatisfacción leve, el 8,6% insatisfacción moderada y el 2,7 % insatisfacción extrema. Según el sexo, los



hombres presentaron un nivel de insatisfacción corporal menor en comparación al sexo femenino, que presentó una cifra considerable dentro del estudio. (12)

No existe información en nuestra localidad que muestre la relación existente entre la imagen corporal y Auto concepto físico en adolescentes de 14 a 17 años de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo, lo que promueve y motiva al desarrollo del presente estudio.

Pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación existente entre la Imagen Corporal y Auto concepto físico en adolescentes de 14 a 17 años de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo en el periodo lectivo 2019 – 2020?



JUSTIFICACIÓN

La imagen corporal y el nivel de insatisfacción presentado en adolescentes es un tema de importancia especialmente en la población de sexo femenino, pues se estima que las adolescentes se centran excesivamente en su aspecto físico y en generar el auto concepto que desean, involucrando de forma sustancial el aspecto físico, emocional y psicológico con la finalidad de verse o sentirse bien.

El establecer la relación entre la imagen corporal y auto concepto físico que tienen las adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo, resulta importante para las entidades de salud y educativas, ya que abre la puerta a la identificación temprana de problemas como: trastornos de conducta alimentaria o apartamiento social, disminución del rendimiento escolar, autoestima bajo; permitiendo la búsqueda oportuna de soluciones.

A nivel académico el estudio será beneficioso para la elaboración de planes de acción dentro de la unidad educativa encaminados al fortalecimiento del auto concepto físico positivo, disminuyendo los índices de agresión y exclusión estudiantil, ya que estos conllevan al desarrollo de problemas emocionales que hacen que una adolescente que presenta insatisfacción con su imagen corporal y carece de un auto concepto físico positivo, cambie sus expectativas y confianza, pues son aspectos esenciales en la construcción de la personalidad y estabilidad emocional presente y futura de las adolescentes.

Al mismo tiempo se pretende fortalecer nuestros conocimientos como personal de Salud y mejorar las prácticas de cuidado de atención de enfermería dirigidas sobre todo a adolescentes ya que es en esta etapa cuando se forman las actitudes y aptitudes que los guiarán en la edad adulta.

Por ello se ha visto que es de vital importancia realizar la investigación acerca de la relación existente entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo.



CAPÍTULO II

FUNDAMENTO TEÓRICO

Actualmente la imagen corporal ha sido un tema de difícil comprensión, pues se caracteriza por elementos que integran ciertas percepciones que tienen las personas de su cuerpo, además de actitudes, pensamientos, sentimientos y conductas que se pueden desencadenar de las mismas (13). De forma similar el autoconcepto físico es una representación compleja de la realidad corporal que cada individuo construye en su mente (14)

La etapa de la adolescencia presenta un crecimiento físico inevitable que va acompañado de un desarrollo emocional e intelectual aligerado, que provoca que el adolescente establezca su autoconcepto e imagen corporal, convirtiéndose en tareas características de este período.(15)

Imagen corporal

De acuerdo a la información recopilada en diferentes estudios, la imagen corporal hasta la actualidad resulta difícil de definir exactamente, pues ha sido sometida a una serie de cambios durante los últimos tiempos y ha evolucionado conforme al entendimiento progresivo de sus componentes por varios investigadores. Sin embargo, resulta necesario e importante conocer ciertos conceptos manifiestos con el objetivo de acercarnos a la definición de imagen corporal.

Schiller P. menciona en su libro (1935) *La Imagen y Apariencia del Cuerpo Humano*, como “la imagen que forma nuestra mente de nuestro propio cuerpo, es decir, el modo en que nuestro cuerpo se nos manifiesta”(16). Es así que comprendemos con este enunciado, como la imagen corporal no guarda relación estrictamente con la apariencia física actual, si no que interceden de forma sustancial las cualidades y apreciaciones que una persona hace de sí mismo físicamente.

Raich, investigadora que ha trabajado en el tema de imagen Corporal, pone en manifiesto una definición que menciona que la imagen corporal “Es un constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del movimiento y límites de éste, la experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos



y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos.” (17)

Por otra parte el Investigador Baile en su estudio “Que es la Imagen corporal” expresa que “El concepto de imagen corporal es un constructo teórico muy utilizado en el ámbito de la psicología, la psiquiatría, la medicina en general o incluso la sociología” (18). Considerándose esencial para manifestar información relevante de la personalidad como el autoconcepto, autoestima y ciertas enfermedades psicológicas o incluso para explicar las relaciones sociales y la aceptación a los adolescentes. (19) Es así como la adquisición de una imagen corporal propia, se relaciona a un perfil corporal simbólico personal, es decir como una persona se ve así mismo.

Adolescencia

Es importante recopilar información acerca de la adolescencia, debido a que es considerada como una fase sustancial en la formación del auto concepto personal. La Organización Mundial de la Salud define la adolescencia como “el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años.

Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios” (20) de igual forma diferentes estudios mencionan dentro de la adolescencia etapas como la adolescencia temprana: desde los 10 a los 13-14 años, adolescencia media: desde los 14-15 a los 16-17 años y adolescencia tardía: desde los 17-18 años en adelante.(21) las cuales se ven representadas por características propias ya sean físicas o psicológicas.

Los adolescentes al atravesar cambios propios de esta etapa, adquieren cierto nivel de preocupación en cuanto a la configuración y desarrollo de la imagen corporal ya que dependerá de: la forma en que percibe su aspecto físico, de la forma en la que influyen las experiencias presentes y pasadas del individuo con su propio cuerpo en la representación simbólica real o ficticia de la imagen de su cuerpo, dependerá también del valor que el adolescente da a su cuerpo considerando de si percibe que



satisface o no las expectativas de quienes lo rodean y depende además de la imagen con la que se compara y que constituye el ideal del Yo. (22)

En un estudio realizado en la Universidad Abierta Interamericana por Luty N. quien cita Cash y Pruzinsky, 1990 (23); Thompson, 1990 (24). La imagen corporal se ajusta a sus componentes perceptivos, cognitivos, afectivos y conductuales (25) los cuales ayudan en el establecimiento de la relación con la formación del auto concepto en el curso de la adolescencia.

En la adolescencia el cuerpo es considerado como fuente de identidad, de auto concepto y autoestima; es la etapa de la observación, de la comparación social y del auto conciencia de la propia imagen física y del desarrollo social, que podrá dar lugar a la mayor o menor insatisfacción respecto al mismo. (19)

Baile J., en su estudio investigativo que hace mención a la imagen corporal, describe las alteraciones durante la percepción de aspectos conductuales entre otros, además de técnicas que generaran la posibilidad de identificar alteraciones y actuar sobre las mismas (18)

Numerosos estudios sugieren que es importante y necesario identificar a tiempo durante la etapa de adolescencia, alteraciones en como una persona valora y acepta su propio cuerpo con la finalidad de evitar a futuro problemas de conducta alimentaria, auto concepto negativo, entre otros. (26)

Auto concepto físico

William James es considerado el precursor del estudio del auto concepto, ya que fueron sus estudios quienes contribuyeron al desarrollo de gran parte del conocimiento que se tiene en la actualidad a cerca del auto concepto e incluso se lo ha considerado “el padre de toda la investigación acerca del auto concepto”. (27) Llegándose a considerar al autoconcepto físico como la descripción que un individuo elabora sobre sí mismo, en relación a sus condiciones o atributos físicos, manera de proceder y cualidades emocionales. Estos atributos auto asignados poseen una naturaleza descriptiva y evaluativa (28).

El autoconcepto físico resulta un tema difícil, que las personas deben integrar a su situación corporal, incluyendo elementos perceptivos, elementos cognitivos,



afectivos que se relacionan a la apariencia física. Deduciendo desde este punto de vista, diferentes autores señalan por medio de estudios ejecutados que el auto concepto físico se conforma por dimensiones, que despliegan variaciones dependiendo del modelo de auto concepto físico que se esté estudiando.

Es así como en un estudio realizado referente a los estilos de vida en adolescentes y autoconcepto físico, se mencionan cuatro subdominios específicos; habilidad física (cualidades y destrezas para la práctica de los deportes), condición física (estado físico), atractivo físico (seguridad y agrado por la imagen propia), fuerza (Verse y/o considerarse fuerte). Además, luego de estos podemos considerar los subdominios de auto concepto general (satisfacción personal) y seguido de este el auto concepto físico general (Opinión y sensaciones positivas en lo físico). (29)

Durante el desarrollo de la personalidad de un individuo el autoconcepto físico juega un rol importante, ya que garantiza un buen desempeño personal y social, generando satisfacción personal. (30)

Sin embargo, hay que tener presente que, durante la fase de la adolescencia por ser una etapa de constantes cambios físicos y psicológicos, el desarrollo del autoconcepto es anormal, pues se presentan una serie de inseguridades relacionadas al sexo y edad de cada adolescente. (31)

En la configuración del autoconcepto general, se considera importante la dimensión física, ya que integra todas las percepciones que las personas establecen de sus habilidades y apariencia física (32).

La percepción de la capacidad personal se ve influenciada por un autoconcepto físico favorable, pues esta mejora de una forma considerable, incrementando los sentimientos de satisfacción (33) especialmente en los adolescentes, pues se hallan atravesando un importante proceso de cambios físicos, que crean la necesidad de adaptarse a cambios motores y aceptar la imagen corporal que poseen actualmente. (34)



Problemas desencadenados

Según estudio realizado con una población de adolescentes que integra las semejanzas y discrepancias que existen entre el auto concepto físico e imagen corporal, se puede teorizar que son aspectos que impulsan el desarrollo de conductas de riesgo en la alimentación, considerando de igual manera al sexo femenino como el más vulnerable a adquirir dichas conductas, debido a la relación que los adolescentes establecen entre el peso corporal real y el ideal, lo que promueve insatisfacción corporal y autoconcepto físico bajo (35) lo que hace que sea indispensable considerar el peso, talla e IMC y el estado emocional de las adolescentes con dichas características.



CAPÍTULO III

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar la Relación entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo en el periodo lectivo 2019 – 2020.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar a la población de estudio según: edad, estado civil, índice de masa corporal y nivel de escolaridad.
- Determinar el nivel de insatisfacción con la imagen corporal en las estudiantes de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo.
- Identificar el autoconcepto físico que se presenta en las estudiantes de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo.
- Analizar la relación entre la imagen corporal percibida y el autoconcepto físico de las estudiantes.



CAPÍTULO IV DISEÑO METODOLÓGICO

TIPO DE ESTUDIO

Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo con un diseño analítico de corte transversal.

ÁREA DE ESTUDIO:

El estudio se realizó con estudiantes de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la ciudad de Cuenca ubicada en la calle Juan la Valle SN Capital Ricaurte, durante el periodo académico 2019 – 2020

POBLACIÓN / UNIVERSO

Se estuvo conformada por un total de 144 estudiantes de noveno a tercer año de bachillerato, repartidos en la modalidad Vespertina de la Unidad Educativa Juan Montalvo.

MUESTRA

El tamaño de la muestra se calculó, teniendo en cuenta un 95% de nivel de confianza equivalente al valor Z alfa de 1.96, al 17% de prevalencia de insatisfacción con la imagen corporal de acuerdo a un estudio realizado en México (36) y con un error de estimación máximo del 5%, considerando la fórmula estadística para un universo finito. Obteniendo una muestra de 105 estudiantes.

Este proceso se realizó mediante la siguiente formula:

$$n = \frac{N \cdot z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N - 1) + z^2 \cdot p \cdot q}$$

En donde

n = tamaño de la muestra

N = Universo de estudio

p = probabilidad de que ocurra el evento estudiado

q = (1 – p) probabilidad de que no ocurra el evento estudiado

e² = error de estimación máximo aceptado

z² = parámetro estadístico que depende del nivel de confianza.



ASIGNACIÓN

Las estudiantes de la Unidad Educativa Juan Montalvo fueron seleccionadas mediante el método de muestreo aleatorio simple.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Estudiantes matriculados en la Unidad Educativa Juan Montalvo en el periodo lectivo 2019 – 2020.
- Estudiantes de sexo femenino de entre 14 a 17 años de edad
- Estudiantes de los paralelos que resultaron seleccionadas dentro del muestreo y se encontraban presentes el día de la aplicación de la encuesta.
- Estudiantes de cuyos padres o representantes legales, firmaron el consentimiento informado.
- Estudiantes que aceptaron ser partícipes del estudio mediante el asentimiento informado.

CRISTERIOS DE EXCLUSIÓN

- Estudiantes con diagnóstico de trastornos alimenticios.
- Estudiantes con trastornos de ansiedad o depresión

**OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Escala
Edad	Tiempo de vida de una persona desde el nacimiento hasta el momento de la encuesta.	Tiempo Trascurrido	Años cumplidos.	<ul style="list-style-type: none"> • Numérica 14 a 17 años de edad
Estado civil	Conjunto de condiciones de una persona que la caracteriza, referente a sus vínculos sociales.	Vínculos sociales.	Estado Civil	<ul style="list-style-type: none"> • Nominal Soltera Casada Unión libre Divorciada Viuda
Índice de masa corporal	Razón de peso por talla al cuadrado	Medición de peso y talla.	Peso (Kg) y talla (m).	<ul style="list-style-type: none"> • Numérica Bajo peso (<18.5) Normal (18.5 – 24.9) Sobrepeso (25.0 – 29.9) Obesidad (> 29.9)
Nivel de Educación	Años de educación cursados hasta el momento de la entrevista.	Años cursados.	Curso o Año de Educación	<ul style="list-style-type: none"> • Ordinal Noveno de Básica Décimo de Básica Primero de Bachillerato Segundo Bachillerato Tercero Bachillerato



Imagen corporal	Conceptualización del cuerpo que una persona elabora en su mente y la complacencia o no que tiene del propio cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> Nivel de preocupación por la imagen corporal. Percepción corporal 	<ul style="list-style-type: none"> BSQ (Body Shape Questionnaire). Escala de siluetas de Gardner 	<ul style="list-style-type: none"> Ordinal Sin insatisfacción. Insatisfacción leve. Insatisfacción moderada. Insatisfacción grave. Numérica Según la imagen percibida y la deseada: Deseo de incrementar el volumen corporal. Deseo de disminuir el volumen corporal, según la imagen percibida y la deseada.
Auto concepto físico	Información que disponemos de nuestro cuerpo, incluyendo la percepción subjetiva de las capacidades físicas y el atractivo físico.	Nivel de percepción de las capacidades físicas y atractivo físico.	CAF (Cuestionario de Auto concepto Físico).	<ul style="list-style-type: none"> Ordinal Falso, Casi siempre falso, A veces verdadera/falso, Casi siempre verdadero, Verdadero



MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Métodos

- Se solicitó el permiso correspondiente a las autoridades de la Unidad Educativa Juan Montalvo, institución en la cual se aplicó la investigación.
- Se firmó el consentimiento informado por parte de los representantes legales de cada estudiante y asentimiento informado antes de la ejecución del estudio, en el cual se garantiza que la información obtenida fue confidencial y anónima, además que la participación en la investigación fue voluntaria.
- Previamente a la recolección de datos se realizó una prueba piloto del Cuestionario BSQ, Cuestionario de autoconcepto físico y el test de siluetas con el fin de garantizar la comprensión de la muestra antes seleccionada.
- Se determinó el aula adecuada y hora específica para la aplicación de la entrevista y recolección de datos.

Técnicas

- Se aplicó una entrevista directa a los estudiantes que permitió la obtención de datos personales y de la institución, además de datos para la investigación mediante el uso de cuestionarios y registro de medidas antropométricas, dicha entrevista se realizó en distintos días, en grupos de 35 estudiantes hasta completar la muestra establecida.

Instrumentos

- Para calcular el IMC se recopilaron las mediciones de peso y talla corporal de cada estudiante, teniendo en cuenta las siguientes consideraciones.
Para medir el peso se utilizó una balanza digital, calibrada y ubicada en una superficie regular y sólida, los estudiantes que usaron la menor cantidad de prendas de vestir posibles, referente a la posición se solicitó que se coloquen sobre la báscula erguidos con los pies juntos y los brazos relajados y pegados al cuerpo.
Para la estatura, se usó un Tallímetro de 2 m de longitud, se pidió al estudiante que se coloque sobre la superficie del instrumento sin calzado,



con los talones juntos, sin flexionar las rodillas, erguido con los hombros relajados, brazos junto al cuerpo, mirada hacia el frente y cabeza pegada al Tallímetro, finalmente se talló con la mayor cautela posible.

- Se valoró el estado nutricional de cada estudiante, considerando el peso, talla e IMC tomando como referencia los parámetros establecidos por la OMS interpretando los resultados en referencia a los siguientes datos: Bajo peso (<18.5), Normal ($18.5 - 24.9$), Sobrepeso ($25.0 - 29.9$), Obesidad (> 29.9)

Los Cuestionarios que se utilizaron fueron los siguientes:

- **Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF)**, se usó para valorar el autoconcepto físico, mismo que está conformado por 36 ítems clasificados en cuatro escalas específicas (atractivo físico, habilidad física, condición física y fuerza) y dos escalas generales (autoconcepto físico general y autoconcepto general). Las respuestas se obtienen mediante una escala tipo Likert de 5 puntos que varían desde 1 (Falso) a 5 (verdadero).
- La insatisfacción con la imagen corporal se valoró mediante el **Cuestionario auto aplicable BSQ (Body Shape Questionnaire)** este cuestionario está formado por 34 ítems, sus resultados se obtienen mediante la escala de tipo Likert (1: nunca, 2: raramente, 3: algunas veces, 4: a menudo, 5: muy a menudo, 6: siempre) descifrando en las categorías la puntuación total obtenida: No hay preocupación por la imagen corporal (puntuación menor 81), Leve preocupación (81 a 110), Preocupación moderada (111 a 140) y Preocupación extrema (Mayor 140 puntos), valorando así el componente cognitivo conductual específicamente.
- Se aplicó también el **Test de Siluetas de Gardner** que valora el componente perceptivo, el test está conformado por 13 siluetas que permitieron valorar la percepción actual del propio cuerpo y el ideal de figura a alcanzar, de manera que la silueta central representa el peso normal y se realiza un incremento de peso del 5% con valores positivos (de +1 a +6) en cada silueta del lado derecho y se disminuye el 5% de peso en las siluetas lado izquierdo de la figura central y se asigna valores negativos (de -1 a -6), de tal forma que en el extremo izquierdo se observa una figura considerablemente delgada y una figura obesa en el extremo derecho.



El valor de la diferencia entre imagen deseada y percibida se halló mediante la resta del valor de la figura percibida y la figura deseada lo cual significa que a más discrepancia, mayor insatisfacción corporal.

De igual forma valores positivos en la interpretación indican que el individuo desea ganar peso y los valores negativos que desea perderlo.

PLAN DE ANALISIS DE DATOS

Una vez recolectados los datos y registrados en los formularios fueron transcritos a una base digital para ser analizados mediante el programa SSPSV15 evaluación. Previo al análisis de datos se los depuró para comprobar si están correctamente ingresados, posteriormente se procedió a codificar los datos.

En el análisis estadístico se realizó la presentación de los datos para las variables nominales mediante frecuencias, porcentajes y gráficos, en el programa de SSPSV15 lo cual facilitó la elaboración de tablas dinámicas y sus respectivos gráficos estadísticos para su análisis e interpretación.

Para las variables numéricas mediante los estimadores de tendencia central: la media y su desviación estándar. El análisis inferencial de los datos se realizó mediante la prueba Chi – cuadrado se consideraron resultados estadísticamente significativos a los valores de $p > 0.05$.

ASPECTOS ÉTICOS

En el presente estudio se respetó la declaración de Helsinki y Normas establecidas por el Ministerio de Salud Pública y Ministerio de Educación, además la presente investigación no representó ningún riesgo o daño para la población en estudio, pues todas las participantes fueron informadas previamente y se esclarecieron sus dudas. Además, se firmó el consentimiento y asentimiento informado que garantizó su libre y voluntaria participación, se respetó su confidencialidad pues no se publicaron nombre o datos personales, la información obtenida fue usada rigurosamente para fines de investigación bajo normas éticas.

**CAPITULO V****RESULTADOS****Cumplimiento del estudio**

Se logró recolectar los datos en su totalidad de la muestra establecida (105 estudiantes) de la Unidad educativa Juan Montalvo, los cuestionarios se aplicaron según lo establecido, a continuación, se hace un análisis de los resultados obtenidos.

Tabla 1. Descripción según la edad, sexo, estado civil y año escolar) en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Variable	Frecuencia	Porcentaje %
Edad		
14	17	16,2
15	27	25,7
16	33	31,4
17	28	26,7
Estado Civil		
Soltera	101	96,2
Unión Libre	4	3,8
Año de Educación		
Noveno	6	5,7
Décimo	27	25,7
Primero de Bachillerato	24	22,9
Segundo de Bachillerato	24	22,9
Tercero de Bachillerato	24	22,9
TOTAL	105	100%

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: De los estudiantes encuestados, el 96,2% tiene un estado civil soltera, y el 3,8% restante está en unión libre, el 31.4% de los estudiantes tiene 16 años, seguido por el 26,7% de los estudiantes que tienen 17 años de edad, por otra parte,



se aprecia que el 25.7% se encuentra en décimo año de educación seguido por el primero, segundo y tercero de bachillerato con 22.9% cada uno.

Tabla 2. Descripción según el estado nutricional de estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Estado Nutricional		
Bajo peso <18.5	10	9.5
Normal 18.5-24.9	70	66.7
Sobrepeso 25-29.9	23	21.9
Obesidad >29.9	2	1.9
TOTAL	105	100%

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: De las 105 adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo el 66,7% tuvo un estado nutricional normal, el 21.9% sobrepeso, el 9.5% bajo peso y el 1.9% obesidad.

Tabla 3. Descripción de la percepción corporal de acuerdo al B.S.Q (Body Shape Questionnaire) en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Variable	Frecuencia	Porcentaje %
Sin Insatisfacción	64	61,0
Insatisfacción Leve	21	20,0
Insatisfacción Moderada	14	13,3
Insatisfacción Grave	6	5,7
TOTAL	105	100%

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: Tras la aplicación del test Body Shape Questionnaire se pudo notar que el 61% de estudiantes evaluados se encuentra sin insatisfacción corporal, el 20%



muestra leve insatisfacción corporal, el 13.3% presenta una moderada insatisfacción corporal, y el 5.7% presenta insatisfacción grave, demostrando que el mayor porcentaje de estudiantes no presenta insatisfacción corporal.

Tabla 4. Descripción de la percepción corporal de acuerdo a la Escala de siluetas de Gardner en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Percepción Adecuada		
Mantener peso	2	1.9
Percepción inadecuada		
Desea ganar peso	27	25.7
Desea perder peso	76	72.4
TOTAL	100	100%

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: Mediante la aplicación de la escala de siluetas de Gardner, de las 105 estudiantes el 76% presentó una percepción inadecuada con deseo de perder peso y el 27% con el deseo de ganar peso, mientras que el 2% presentó una percepción adecuada con el deseo de mantener el peso.

Tabla 5. Descripción del Autoconcepto Físico en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Variable	Frecuencia	Porcentaje %
Autoconcepto Físico Bueno	93	88,6
Autoconcepto Físico Malo	12	11,4
TOTAL	105	100%

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: Según los resultados de Cuestionario de Autoconcepto Físico, se demuestra que el mayor porcentaje de estudiantes presenta un Autoconcepto Físico Bueno con el 88,6% y el 11,4% representa un Autoconcepto Físico Malo.

Tabla 6. Comparación entre percepción de la imagen corporal (Siluetas de Gardner) y Autoconcepto Físico en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Dimensiones	Autoconcepto Físico		TOTAL	Chi 2 Valor p
	Malo	Bueno		
Percepción Adecuada Mantener Peso	0 (0,0)	2(1,9)	2(1,9)	0,274 0,872
Percepción Inadecuada Ganar peso	3(2,9)	24(22,9)	27(25,7)	
Perder peso	9 (8,6)	67(63,8)	76(72,4)	
TOTAL	12(11.4)	93(88,6)	105(100,0)	

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: Al analizar las dimensiones de la escala de siluetas de Gardner y el autoconcepto físico se tiene una relación significativa ya que de las estudiantes que posee un autoconcepto físico bueno el 63.8% presenta una percepción corporal inadecuada con el deseo de perder peso y el 22.9% con el deseo de ganar peso, mientras que de las estudiantes que presentaron autoconcepto físico malo el 8.6% presentan una percepción inadecuada con deseo de perder peso y el 2.9% con deseo de ganar peso y solo el 1.9% de las estudiantes con autoconcepto físico bueno, presenta una percepción corporal adecuada manifestada por su deseo de mantener su peso corporal.



Tabla 7. Comparación entre Body Shape Questionnaire y Autoconcepto Físico en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Dimensiones	Autoconcepto Físico		TOTAL	Chi 2 Valor p
	Malo	Bueno		
BSQ				
Sin Insatisfacción	8 (7,6)	56(53,3)	64(61,0)	1,270 0,736
Insatisfacción Leve	1(1,0)	(19,0)	21(20,0)	
Insatisfacción Moderada	2(1,9)	12(11,4)	14(13,3)	
Insatisfacción Grave	1(1,0)	5(4,8)	6(5,/))	
TOTAL	12(11.4)	93(88,6)	105(100,0)	

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: Mediante el análisis de las dimensiones del Body Shape Questionnaire y Autoconcepto Físico, se obtuvo que de las estudiantes que posee un autoconcepto físico bueno el 53.3% no presentan insatisfacción corporal, el 19% presenta insatisfacción leve, el 11.4% insatisfacción moderada y el 4.8% insatisfacción grave, mientras que de las estudiantes que posee un autoconcepto físico malo el 7.6% no presenta insatisfacción, el 1.9% insatisfacción moderada, el 1% insatisfacción leve y el 1% insatisfacción grave.

Tabla 8. Comparación entre Índice de Masa Corporal (IMC) y Autoconcepto Físico en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca, durante el periodo lectivo 2019 – 2020.

Dimensiones	Autoconcepto Físico		TOTAL	Chi 2 Valor p
	Malo	Bueno		
IMC				
Bajo Peso	0 (0,0)	10(9,5)	10(9,5)	3,958 0,266
Normal	11(10,5)	59(56,2)	70(66,7)	
Sobrepeso	1(1,0)	22(21,0)	23(21,9)	
Obesidad	0(0,0)	2(1,9)	2(1,9)	
TOTAL	12(11.4)	93(88,6)	105(100,0)	

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.



Análisis: Luego de la correlación de datos se puede observar que entre los datos más significativos se encuentran las estudiantes con un Peso Normal, de las cuales el 56,2% tiene un autoconcepto físico bueno, mientras que el 10,5% tiene un autoconcepto físico Malo, igualmente se aprecia que el 1.9% con un autoconcepto físico bueno presenta obesidad y el 1 % con un autoconcepto Físico Malo presenta Sobrepeso.

Tabla 9. Comparación entre Body Shape Questionnaire (BSQ) y Percepción de la Imagen Corporal en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca.

Dimensiones	Percepción Imagen Corporal		TOTAL	Chi 2 Valor p
	BSQ	Adecuada		
Sin Insatisfacción	2 (1,9)	62(59,0)	64(61,0)	1,306 0,728
Insatisfacción Leve	0(0,0)	21(20,0)	21(20,0)	
Insatisfacción Moderada	0(0,0)	14(13,3)	14(13,3)	
Insatisfacción Grave	0(0,0)	6(5,7)	6(5,7)	
TOTAL	2 (1,9)	103(98,1)	105(100,0)	

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: Luego de la relación de datos se identificó que el 59% de las adolescentes encuestadas no presentan Insatisfacción corporal sin embargo tienen una percepción inadecuada de su imagen Corporal, de igual forma se evidenció que el 5,7% que presenta una percepción Corporal Inadecuada tiene insatisfacción grave; únicamente existe el 1,9% Sin Insatisfacción Corporal y tiene una Percepción corporal Adecuada.



Tabla 10. Comparación entre Índice de Masa Corporal (IMC) y Percepción de la Imagen Corporal en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo de la Ciudad de Cuenca.

Dimensiones	Percepción Imagen Corporal		TOTAL	Chi 2 Valor p	
	IMC	Adecuada			Inadecuada
Bajo Peso		1 (1,0)	9(8,6)	10(9,5)	4,078 0,253
Normal		1(1,0)	69(65,7)	70(66,7)	
Sobrepeso		0(0,0)	23(21,9)	23(21,9)	
Obesidad		0(0,0)	2(1,9)	2(1,9)	
TOTAL		2 (1,9)	103(91,8)	105(100,0)	

Elaborado por: Cristina Cajamarca, Abigail Chaca

Fuente: Formulario de datos.

Análisis: De las adolescentes encuestadas se presentó una percepción inadecuada de la imagen corporal en el 65,7% con un peso Normal, mientras que el 2% del mismo grupo presentó obesidad. En referencia a la percepción de la imagen corporal adecuada el 1% presento Bajo Peso y 1% un Peso Normal.



CAPITULO VI

DISCUSIÓN

La imagen corporal y el autoconcepto físico con el transcurso del tiempo, han sido considerados como dos aspectos de gran relevancia dentro del ámbito social, sobre todo en la población adolescente relacionado especialmente a la importancia que estos le dan a su cuerpo por alcanzar un ideal de cuerpo delgado (37). Lo cual en ciertos casos ha hecho que las adolescentes de sexo femenino despierten un especial interés por el desarrollo de actividad física, dietas poco saludables e inclusive las ha inclinado al desarrollo de Trastornos de Conducta Alimentaria como lo muestra Anaya F. en su estudio (38), generando cierto grado de insatisfacción corporal.

Así mismo en la sociedad se han impuesto diferentes estereotipos de la imagen corporal lo cual hace que cada vez para las adolescentes se vuelva un verdadero reto sentirse integradas satisfactoriamente dentro de su círculo social (38).

En esta investigación se ha podido evidenciar que la población en estudio, adolescentes de sexo femenino entre las edades de 14 a 17 años presentan cierto grado de Insatisfacción corporal, así mismo se logró determinar que un gran porcentaje tiene un autoconcepto físico bueno, y en su mayoría se presenta una percepción de la imagen corporal inadecuada.

Considerando los datos antes mencionados y teniendo en cuenta que la imagen corporal y el autoconcepto Físico influyen actualmente en la población adolescente (15) se realizó este estudio con el objetivo de conocer la Relación entre imagen corporal y autoconcepto Físico en estudiantes adolescentes de sexo femenino de la Unidad Educativa Juan Montalvo.

Los porcentajes más altos se evidencian en: una edad de 17 años con un 26,7%, un estado civil soltero con un 96,2% y el décimo año de educación con un 25,7%. De igual manera se aprecia que el 39% presenta insatisfacción de la imagen corporal.

Si realizamos una comparación entre estos resultados de Insatisfacción corporal y los datos obtenidos en un estudio por Trejo y sus colaboradores (36), podemos ver



que en su estudio se muestra un porcentaje del 17,7% con insatisfacción leve, siendo menor al porcentaje encontrado en nuestro estudio que se refleja en un 20,0%, mientras que en la insatisfacción moderada se muestra un 13,3% y si lo comparamos con el estudio de Trejo podemos ver que el porcentaje es mayor puesto que en su estudio tan solo se muestra el 0.5% de insatisfacción moderada.

Según los datos obtenidos del estado Nutricional en nuestro estudio se pudo diferenciar que el 9.5% presenta un bajo peso, el 66.7% peso normal, el 21.9% Sobrepeso y el 1.9% Obesidad, estos datos comparados con los obtenidos por Jara, J. y sus colaboradores en su estudio aplicado a adolescentes de la zona Andina central del Ecuador en el cual muestran que más del 80% de los individuos tiene un peso Normal entre estos datos mujeres de 14, 15 y 16 años, mientras que en los grupos etarios de 17 años ya se observa niveles más elevados de sobrepeso, observando así, que en la población de nuestro estudio se presenta un menor porcentaje de adolescentes con un peso Normal. (39)

Fernández y colaboradores mencionan en su estudio que, una mayor insatisfacción corporal se relaciona con una percepción inadecuada, especialmente en relación con un autoconcepto malo, por lo que podemos notar que en nuestra población no se refleja lo mencionado ya que el 76% de las participantes presentó una percepción inadecuada con deseo de perder peso y el 27% con el deseo de ganar peso, sin embargo, que el 61% de las mismas no presentan insatisfacción y a su vez el 88.6% presento un autoconcepto bueno.(37)

García, en su estudio realizado para analizar el nivel de satisfacción de la Imagen Corporal con el autoconcepto físico y el índice de masa corporal a un grupo de adolescentes de sexo femenino demuestra que quienes mostraron satisfacción con su Imagen corporal reportaron un Autoconcepto Físico malo a diferencia de quienes mostraron insatisfacción, lo cual no se pudo evidenciar en nuestro estudio ya que el 53.3% de las adolescentes encuestadas que presentaron satisfacción de su imagen corporal posee un autoconcepto físico bueno.(40)

Al relacionar el autoconcepto físico con indicadores corporales como el peso, se encontró a su vez en el estudio de García (40) una relación significativamente negativa entre IMC y el autoconcepto físico, pues se obtuvo que a menor peso



presentan un autoconcepto físico bueno, sin embargo en nuestro estudio se pudo evidenciar que el 56.2% de las estudiantes que presentaron un autoconcepto físico bueno se encuentran con un Peso Normal de acuerdo a IMC, por lo que no existe una relación negativa entre estos factores.

Peña y colaboradores, en su estudio realizado para identificar la concordancia del IMC y la percepción de la imagen corporal en adolescentes en el cual el 61,9% se encontraba en rango de peso normal, identifico que el 41,6% correspondiente a adolescentes de sexo femenino presento una percepción inadecuada de su imagen corporal, quienes tienden a subestimar el bajo peso y la obesidad (41), lo que se pudo evidenciar en nuestro estudio en donde el 65,7% de adolescentes con un peso Normal presentaron una percepción inadecuada de la imagen corporal manifestada por el deseo de ganar o perder peso.



CAPITULO VII

CONCLUSIONES

- El 96,2% de las estudiantes adolescentes de sexo femenino son solteras de acuerdo al estado civil, el 31.4% de los estudiantes tiene 16 años, el 25.7% se encuentra en décimo año de educación.
- De acuerdo al estado nutricional el 66,7% tuvo un estado nutricional normal, el 21.9% sobrepeso, el 9.5% bajo peso y el 1.9% obesidad.
- El 61% de estudiantes evaluadas no presentan insatisfacción corporal, el 20% muestra leve insatisfacción corporal, el 13.3% presenta una moderada insatisfacción corporal, y el 5.7% presenta insatisfacción grave, demostrando que el mayor porcentaje de estudiantes no presenta insatisfacción corporal.
- De las estudiantes evaluadas el 76% presentó una percepción corporal inadecuada con deseo de perder peso y el 27% con el deseo de ganar peso, mientras que el 2% presentó una percepción adecuada con el deseo de mantener el peso.
- El 88,6% de las estudiantes presentaron un Autoconcepto Físico Bueno mientras que el 11,4% presentaron un Autoconcepto Físico Malo.
- Existe una relación estadísticamente significativa entre el autoconcepto físico y la imagen corporal. El mayor porcentaje de estudiantes a pesar de presentar un autoconcepto físico bueno y un peso corporal normal, mantienen una percepción de su imagen corporal inadecuada manifestada por el deseo de ganar o perder peso en su mayoría; sin embargo, de las estudiantes que presentaron un autoconcepto físico tanto bueno como malo en su mayoría no presentan insatisfacción corporal.



RECOMENDACIONES

- Reflexionar que tanto la insatisfacción corporal, así como un autoconcepto físico malo, puede suponer un factor de riesgo para el desarrollo de problemas como: trastornos de conducta alimentaria, lo cual debe preocupar a autoridades de salud e institucionales para emprender medidas preventivas, diagnósticas y de acompañamiento a las adolescentes.
- Se recomienda mejorar los programas de promoción de estilos de vida saludable, especialmente enfocados en salud nutricional, en los estudiantes con la finalidad de optimizar los conocimientos, aptitudes y prácticas sobre los mismos, ya que el desconocimiento puede repercutir con consecuencias tanto físicas como psicológicas en los estudiantes.
- Incentivar a los profesionales de Salud encargados de las Estudiantes dentro de la institución a identificar y tratar cualquier tipo de alteración en la conducta alimentaria de las estudiantes a fin de evitar complicaciones.
- A nivel académico, fomentar nuevas investigaciones sobre este tema a fin de profundizar los conocimientos sobre la insatisfacción con la imagen corporal y autoconcepto físico en nuestra población de adolescentes de sexo femenino.



CAPÍTULO VIII

BIBLIOGRAFÍA

1. Sáez MSC, Mateo CM. Índice de masa corporal, preocupación por la delgadez y satisfacción corporal en adolescentes. Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología. 2002;55(3):455-74.
2. Díaz ME. Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de segundo ciclo de educación secundaria de la ciudad de Alicante [Internet] [<http://purl.org/dc/dcmitype/Text>]. Universidad de Granada; 2012 [citado 18 de septiembre de 2019]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=61364>
3. Vaquero-Cristóbal R, Alacid F, Muyor JM, López-Miñarro PÁ. Imagen corporal: revisión bibliográfica. Nutrición Hospitalaria. febrero de 2013;28(1):27-35.
4. Ramos Valverde P, Santos R de los, José F, Rodríguez M, Carmen M del. Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. Universidad de Sevilla. 2010;
5. Fernández LG, Azofeifa EG. Relación entre la satisfacción con la imagen corporal autoconcepto físico, índice de masa corporal y factores socioculturales en mujeres adolescentes costarricenses. Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud. 1 de diciembre de 2007;5(1):9-18.
6. Marchago, J. Autoconcepto físico y dilemas corporales de la ciudadanía adolescente. Revista Psicosocial. 2:1-25.
7. Mora ZS. IMAGEN CORPORAL FEMENINA Y PUBLICIDAD EN REVISTAS. Revista de Ciencias Sociales. 2007;0(116).
8. Fernández MJ, Juan J, Arbonés MM, Blanco M de G. Autoconcepto físico, modelo estético e imagen corporal en una muestra de adolescentes. Psiquis: Revista de psiquiatría, psicología médica y psicosomática. 1999;20(1):27-38.



9. Grao-Cruces A, Fernández-Martínez A, Nuviala A. Asociación entre condición física y autoconcepto físico en estudiantes españoles de 12-16 años. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 1 de mayo de 2017;49(2):128-36.
10. Lobera IJ, Ríos PB. Body image and quality of life in a Spanish population. *Int J Gen Med*. 25 de enero de 2011;4:63-72.
11. Cortez D, Gallegos M, Jiménez T, Martínez P, Saravia S, Cruzat-Mandich C, et al. Influence of sociocultural factors on body image from the perspective of adolescent girls. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*. 1 de julio de 2016;7(2):116-24.
12. Dávila, P., Carrión, P. Insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de Bachillerato de Colegios particulares Mixtos Cuenca. UNIVERSIDAD DE CUENCA; 2014.
13. Baker C, Wertheim EH. *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, edited by Thomas F. Cash and Thomas Pruzinsky, New York: Guilford Press, 2002, 530 pages. *Eating Disorders*. 1 de septiembre de 2003;11(3):247-8.
14. Cuadros JP, Naveros SLG, Becerra AAO, Ruz RP, Campos BT. ANÁLISIS DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO Y SUS DIMENSIONES EN FUNCIÓN DEL SEXO DE LOS ADOLESCENTES, DE UNA POBLACIÓN MEDIA DE LA CUENCA MEDITERRÁNEA ESPAÑOLA. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*. 21 de abril de 2016;14(1).
15. Fernández-Bustos J-G, González-Martí I, Contreras O, Cuevas R. Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 1 de enero de 2015;47(1):25-33.
16. Schilder P. *The Image and Appearance of the Human Body*. Routledge; 2013. 362 p.
17. Raich, RM. *IMAGEN CORPORAL. CONOCER Y VALORAR EL PROPIO CUERPO*. Ilustrada. Piramide; 2001. 204 p.



18. Baile J. ¿Qué es la imagen corporal? Cuadernos del Marqués de San Adrián: revista de humanidades, ISSN 1579-4806, N° 2, 2003, pags 53-70. 1 de enero de 2003;
19. Salaberria, K., Rodríguez, S., Cruz, S. Percepción de la imagen corporal. 2007;13.
20. OMS | Desarrollo en la adolescencia. World Health Organization.
21. Gaete V. Desarrollo psicosocial del adolescente. Revista chilena de pediatría. diciembre de 2015;86(6):436-43.
22. Espinosa L, Luis J. Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. junio de 2004;(90):57-71.
23. Cash T, Pruzinsky T. Body Images: Development, Deviance, and Change. Vol. 88. 1990.
24. Thompson. J.K. Body image disturbance: assessment and treatment. New York. Pergamon Press; 1990.
25. Luty N. Percepcion de imagen corporal en adolescentes como aproximacion cualitativa al estado nutricional. Universidad Abierta Interamericana; 2013.
26. Sánchez-Villegas A, Madrigal H, Martínez-González MA, Kearney J, Gibney MJ, de Irala J, et al. Perception of body image as indicator of weight status in the European union. J Hum Nutr Diet. abril de 2001;14(2):93-102.
27. González-Torres MC (María C, Tourón J (Javier). Autoconcepto y rendimiento escolar: sus implicaciones en la motivación y en la autorregulación del aprendizaje. 1992.
28. Guillén García F, Ramírez Gómez M. Relación entre Autoconcepto y Condición Física en Alumnos del Tercer Ciclo de Primaria. Revista de Psicología del Deporte. 2011;20(1).



29. Rodríguez A, Goñi A, Ruiz de Azúa S. Autoconcepto físico y estilos de vida en la adolescencia. *Psychosocial Intervention*. 2006;15(1):81-94.
30. Esnaola I, Goñi A, Madariaga JM. EL AUTOCONCEPTO: PERSPECTIVAS DE INVESTIGACIÓN. *Revista de Psicodidáctica*. 2008;13(1).
31. Etxaniz IE. Desarrollo del autoconcepto durante la adolescencia y principio de la juventud. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*. 2005;58(2):265-77.
32. Fernández-Bustos J, Jordán O, García López L, Villora S. Autoconcepto físico según la actividad físicodeportiva realizada y la motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 1 de enero de 2010;
33. Alvariñas, M. Atribución casual en educación física y estilo de vida saludable. *A Coruña España*; 2004.
34. Goñi Palacios E, Fernández Zabala A. Los dominios social y personal del autoconcepto. *Revista de Psicodidáctica*. 2007;12(2).
35. Saucedo-Molina T de J, Unikel Santoncini C. Conductas alimentarias de riesgo, interiorización del ideal estético de delgadez e índice de masa corporal en estudiantes hidalguenses de preparatoria y licenciatura de una institución privada. *Salud mental*. febrero de 2010;33(1):11-9.
36. Ortiz T, María P, Castro Veloz D, Facio Solís A, Montano M, Esther F, et al. Insatisfacción con la imagen corporal asociada al Índice de Masa Corporal en adolescentes. *Revista Cubana de Enfermería*. diciembre de 2010;26(3):150-60.
37. Granero-Gallegos A, Martín-Albo Lucas J, Sicilia Á, Medina-Casaubón J, Alcaraz-Ibáñez M. Análisis de los estereotipos socioculturales hacia cuerpo delgado y cuerpo musculoso: diferencias en función del sexo y discrepancia con el peso. *Revista de Psicodidáctica*. 1 de enero de 2018;23(1):26-32.
38. Anaya F. El sexo, factor relevante en los trastornos de la conducta alimentaria. *Enfermería Clínica*. 1 de enero de 2004;14(4):230-4.



39. Jara Porras J. Perfil antropométrico y prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes de la zona andina central de Ecuador. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*. 2018;(2):97-104.
40. Fernández LG, Azofeifa EG. Relación entre la satisfacción con la imagen corporal autoconcepto físico, índice de masa corporal y factores socioculturales en mujeres adolescentes costarricenses. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*. 2007;5(1):9-18.
41. Oliva-Peña Y, Ordóñez-Luna M, Santana-Carvajal A, Marín-Cárdenas AD, Andueza Pech G, Gómez Castillo IA, et al. Concordancia del IMC y la percepción de la imagen corporal en adolescentes de una localidad suburbana de Yucatán. *Revista biomédica*. agosto de 2016;27(2):49-60.



ANEXOS

Anexo 1

UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA DE ENFERMERÍA

Investigadoras: Cristina Cajamarca – Abigail Chaca

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO DE “Relación entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo en el periodo lectivo 2019 – 2020. Cuenca 2019.

Cuenca.....

Me propongo realizar una investigación sobre la Relación entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa Juan Montalvo en el periodo lectivo 2019 – 2020. Cuenca 2019.

El estudio consiste en contestar tres cuestionarios: un cuestionario de preguntas relacionadas a la insatisfacción con la imagen corporal que mencionara preguntas relacionadas con la representación del cuerpo que cada adolescente construye en su mente en base al peso, talla y los sentimientos que nos provoca nuestro cuerpo; un test de siluetas relacionado con la percepción de la imagen corporal actual y finalmente un cuestionario referente a el Autoconcepto físico, que mostrara preguntas referentes a el atractivo físico, habilidad física, condición física y fuerza a más de dos categorías generales.

La investigación no involucra ningún riesgo para la salud física y psicológica, los cuestionarios de valoración no generan ningún costo económico para Ud. ni recibirá compensación económica por parte del investigador por participar en el estudio.



Toda la información derivada de su participación durante investigación es estrictamente confidencial y será conocida únicamente por el investigador, cualquier publicación o comunicación científica de los resultados será completamente anónima.

Su participación en este estudio es totalmente voluntaria y está en la libertad de retirarse si así lo creyera conveniente, comunicándolo previamente al investigador.

Después de haber recibido y comprendido la información y de haber podido aclarar mis dudas, acepto por medio de la presente que mi representada participe en el estudio.

Se me ha explicado que la investigación consistirá en contestar Cuestionarios de preguntas.

Declaro que se me ha informado sobre el beneficio derivado de la participación de mí representada en el estudio, que es el de:

Aceptar nuestra apariencia física y capacidades o habilidades físicas, aprender a sentirse bien consigo mismo.

Nombre y firma del representante:.....
.....

Nombre y firma del investigador:.....
.....



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE ENFERMERÍA

Investigadoras: Cristina Cajamarca – Abigail Chaca

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO DE
“Relación entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa del Milenio Manuela Garaicoa en el periodo lectivo 2019 – 2020. Cuenca 2019.

Cuenca.....

Me propongo realizar una investigación sobre la Relación entre la imagen corporal y auto concepto físico en adolescentes de sexo femenino de 14 a 17 años de edad de la Unidad Educativa del Milenio Manuela Garaicoa en el periodo lectivo 2019 – 2020. Cuenca 2019.

El estudio consiste en contestar tres cuestionarios: un cuestionario de preguntas relacionadas a la insatisfacción con la imagen corporal que mencionara preguntas relacionadas con la representación del cuerpo que cada adolescente construye en su mente en base al peso, talla y los sentimientos que nos provoca nuestro cuerpo; un test de siluetas relacionado con la percepción de la imagen corporal actual y finalmente un cuestionario referente a el Autoconcepto físico, que mostrara preguntas referentes a el atractivo físico, habilidad física, condición física y fuerza a más de dos categorías generales.

La investigación no involucra ningún riesgo para la salud física y psicológica, los cuestionarios de valoración no generan ningún costo económico para Ud. ni recibirá compensación económica por parte del investigador por participar en el estudio.



Toda la información derivada de su participación durante investigación es estrictamente confidencial y será conocida únicamente por el investigador, cualquier publicación o comunicación científica de los resultados será completamente anónima.

Su participación en este estudio es totalmente voluntaria y está en la libertad de retirarse si así lo creyera conveniente, comunicándolo previamente al investigador.

Después de haber recibido y comprendido la información y de haber podido aclarar mis dudas, acepto por medio de la presente participar en el estudio.

Se me ha explicado que la investigación consistirá en contestar Cuestionarios de preguntas.

Declaro que se me ha informado sobre el beneficio derivado de la participación de mí representada en el estudio, que es el de:

Aceptar nuestra apariencia física y capacidades o habilidades físicas, aprender a sentirse bien consigo mismo.

Nombre y firma del Participante:.....
.....

Nombre y firma del investigador:.....
.....



Anexo 3

UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE ENFERMERÍA

Investigadoras: Cristina Cajamarca – Abigail Chaca

Instrucciones: El presente Cuestionario tiene como propósito dentro de la investigación recolectar datos referentes a la insatisfacción con la imagen corporal. Leer cuidadosamente cada pregunta. Por favor, responder cada una de ellas con sinceridad y de la forma más acertada a tu realidad.

1. Nombres y Apellidos

2. Estado civil

Soltera Casada Viuda
Divorciada Unión Libre

3. Edad en años:

4. Fecha: -----

5. Institución Educativa

6. Año de Educación o Curso

Octavo Noveno Décimo
Primero Segundo Tercero
de Bachillerato de Bachillerato de Bachillerato

Pesokg

8. Talla

**B.S.Q (Body Shape Questionnaire)**

Instrucciones: Las preguntas que se mencionan tienen una sola respuesta, encierra en un círculo la respuesta que se adapte a la realidad de cómo te has sentido respecto a tu cuerpo en el último mes. Contesta todas las preguntas

Nunca (1)

Raramente (2)

Alguna vez (3)

A menudo (4)

Muy a menudo (5)

Siempre (6).

		Nunca	Rara mente	Algunas veces	A menudo	Muy a menudo	Siempre
1.	Cuando te aburres, ¿te preocupas por tu figura?	1	2	3	4	5	6
2.	¿Has estado tan preocupada por tu figura que has pensado que debías ponerte a dieta?	1	2	3	4	5	6
3.	¿Has pensado que tus muslos, caderas o nalgas son demasiados grandes en proporción al resto de tu cuerpo?	1	2	3	4	5	6
4.	¿Has tenido miedo a convertirte en gorda o más gorda?	1	2	3	4	5	6
5.	¿Te ha preocupado en que tu carne no sea suficientemente firme?	1	2	3	4	5	6
6.	Sentirse llena (después de la comida) ¿te ha hecho sentirte gorda?	1	2	3	4	5	6
7.	¿Te has sentido tan mal por tu figura que incluso has llorado por ello?	1	2	3	4	5	6
8.	¿Has evitado correr para que tu carne no botara, saltara?	1	2	3	4	5	6
9.	¿Estar con chicos/as delgados/as te ha hecho fijar en tu figura?	1	2	3	4	5	6
10.	¿Te has preocupado por el hecho de que tus muslos se ensanchen cuando te sientas?	1	2	3	4	5	6
11.	¿El solo hecho de comer una pequeña cantidad de alimento te ha hecho sentir gorda?	1	2	3	4	5	6
12.	¿Te has fijado en la figura de otras chicas y has comparado la tuya con la de ellos desfavorablemente?	1	2	3	4	5	6
13.	¿Pensar en tu figura ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando estas mirando la televisión, leyendo o manteniendo una conversación)?	1	2	3	4	5	6
14.	Estar desnuda, por ejemplo cuando te duchas ¿te ha hecho sentir gorda?	1	2	3	4	5	6



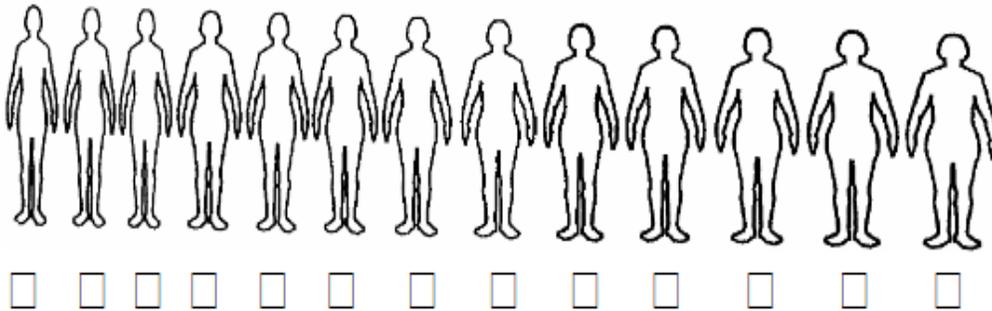
15.	¿Has evitado llevar vestidos que marquen tu figura?	1	2	3	4	5	6
16.	¿Te has imaginado cortando partes grasas de tu cuerpo?	1	2	3	4	5	6
17.	Comer caramelos, pasteles u otros alimentos altos en calorías ¿te ha hecho sentir gorda?	1	2	3	4	5	6
18.	¿Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, a una fiesta) porque te has sentido mal respecto a tu figura?	1	2	3	4	5	6
19.	¿Te has sentido excesivamente gorda y llena?	1	2	3	4	5	6
20.	¿Te has sentido acomplejada por tu cuerpo?	1	2	3	4	5	6
21.	La preocupación por tu figura, ¿te ha inducido a ponerte a dieta?	1	2	3	4	5	6
22.	¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estomago estaba vacío (por ejemplo por la mañana)?	1	2	3	4	5	6
23.	¿Has pensado que tienes la figura que tienes a causa tu falta de autocontrol?	1	2	3	4	5	6
24.	¿Te ha preocupado que la otra gente te vea <i>michelines</i> alrededor de tu cintura?	1	2	3	4	5	6
25.	¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?	1	2	3	4	5	6
26.	¿Has vomitado para sentirte más delgada?	1	2	3	4	5	6
27.	Estando en compañía de otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (por ejemplo en el autobús, en el cine...)?	1	2	3	4	5	6
28.	¿Te ha preocupado que tu carne tenga más aspecto de piel de naranja o celulitis?	1	2	3	4	5	6
29.	Verte reflejada en un espejo, ¿te hace sentir mal respecto a tu figura?	1	2	3	4	5	6
30.	¿Has pellizcado zonas de tu cuerpo para ver cuanta grasa hay?	1	2	3	4	5	6
31.	¿Has evitado situaciones en las cuales la gente pueda ver tu cuerpo (por ejemplo piscinas, duchas u vestidores...)?	1	2	3	4	5	6
32.	¿Has tomado laxantes para sentirte más delgada?	1	2	3	4	5	6
33.	¿Te has fijado más en tu figura cuando estas en compañía de otra gente?	1	2	3	4	5	6
34.	¿La preocupación por tu figura te hace pensar que deberías hacer ejercicio?	1	2	3	4	5	6

Anexo 4

Escala de Siluetas de Gardner

Instrucciones: Este cuestionario permite valorar la percepción actual que cada individuo tiene de su cuerpo y el ideal de figura a alcanzar.

Colocar la letra “P” dentro del recuadro de la silueta que represente su percepción actual de su imagen corporal y una letra “D” en el recuadro que corresponda a la silueta que desearía tener.



**Anexo 5****Cuestionario de Autoconcepto físico**

Instrucciones: Este cuestionario permite la recolección de datos del autoconcepto físico que presenta cada adolescente, está conformado por 36 ítems clasificados en cuatro escalas específicas (A - atractivo físico, H- habilidad física, C - condición física y F - fuerza) y dos escalas generales (AFG -autoconcepto físico general y AG - autoconcepto general). Las respuestas se obtienen mediante una escala tipo Likert de 5 puntos que varían desde 1 (Falso) a 5 (verdadero).

Colocar **(x)** en la respuesta que considere que se adapta a su realidad. Por favor, responda todas las preguntas.

		Falso	Casi Siempre Falso	A veces Verdadero / Falso	Casi siempre Verdadero	Verdadero	
1.	Soy bueno/a en los deportes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	H
2.	Tengo mucha resistencia física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	C
3.	Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	F
4.	Físicamente me siento bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AFG
5.	Me siento a disgusto conmigo mismo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AG
6.	No tengo cualidades para los deportes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	H
7.	Me quedo pronto sin aliento y tengo que bajar el ritmo o abandonar en los ejercicios físicos intensos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	C
8.	Me cuesta tener un buen aspecto físico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	A
9.	Me cuesta levantar tanto peso como los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	F
10.	Me siento feliz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AG
11.	Estoy en buena forma física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	C
12.	Me siento contento/a con mi imagen corporal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	A
13.	Soy capaz de realizar actividades que exigen fuerza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	F
14.	En lo físico me siento satisfecho/a conmigo mismo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AFG



15.	No me gusta lo que estoy haciendo con mi vida	<input type="checkbox"/>	AG				
16.	Soy de las personas que están descontentas de cómo son físicamente	<input type="checkbox"/>	AFG				
17.	Tengo más habilidad que la gente de mi edad practicando deportes	<input type="checkbox"/>	H				
18.	Puedo correr y hacer ejercicio durante mucho tiempo sin cansarme	<input type="checkbox"/>	C				
19.	Siento confianza en cuanto a la imagen física que transmito	<input type="checkbox"/>	A				
20.	Destaco en actividades en las que se precisa fuerza física	<input type="checkbox"/>	F				
21.	Mi cuerpo me transmite sensaciones positivas	<input type="checkbox"/>	AFG				
22.	Desearía ser diferente	<input type="checkbox"/>	AG				
23.	Soy de las personas a las que les cuesta aprender un deporte nuevo	<input type="checkbox"/>	H				
24.	En actividades como la de correr, tengo que tomar pronto un descanso	<input type="checkbox"/>	C				
25.	No me gusta mi imagen corporal	<input type="checkbox"/>	A				
26.	No me siento a gusto conmigo mismo/a en lo físico	<input type="checkbox"/>	AFG				
27.	Estoy haciendo bien las cosas	<input type="checkbox"/>	AG				
28.	Practicando deportes soy una persona hábil	<input type="checkbox"/>	H				
29.	Tengo mucha energía física	<input type="checkbox"/>	C				
30.	Soy guapo/a	<input type="checkbox"/>	A				
31.	Soy fuerte	<input type="checkbox"/>	F				
32.	No tengo demasiadas cualidades como persona	<input type="checkbox"/>	AG				
33.	Me veo torpe en las actividades deportivas	<input type="checkbox"/>	H				
34.	Me gusta mi cara y mi cuerpo	<input type="checkbox"/>	A				
35.	No me veo en el grupo de quienes tienen mucha fuerza física	<input type="checkbox"/>	F				
36.	Físicamente me siento peor que los demás	<input type="checkbox"/>	AFG				