

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología

Percepción de la Imagen Corporal en estudiantes de Primer y Noveno Ciclo de la Facultad de Psicología, periodo septiembre 2023-febrero 2024

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Psicología

Autor:

Gabriel Alexander Saquipay Lojano

Director:

Elsa Gardenia Conforme Zambrano

ORCID:  0000-0001-5969-0286

Cuenca, Ecuador

2024-02-22

Resumen

La imagen corporal es un constructo multidimensional que se refiere a la manera en como un individuo percibe, siente y piensa sobre su cuerpo. Basados en el Modelo Tripartito de Influencia y el Modelo Cognitivo-Conductual, las personas internalizan sus juicios en relación a los principales agentes sociales como: familia, amigos y medio de comunicación que fijan los ideales de la apariencia física con fuerte presión sociocultural. Estos patrones de comportamiento representan un factor de riesgo debido a que desarrollan una imagen corporal negativa y desfasada de la realidad que se refleja en la desvalorización del propio cuerpo. En función de ello, la investigación tuvo como objetivo describir la percepción de insatisfacción corporal en estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología. Adicionalmente compararlo según variables sociodemográficas. El estudio trabajó con un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, con un diseño no experimental y de corte transversal. Se aplicó el Body Shape Questionnaire (BSQ-34). Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia estableciendo una muestra total de 100 participantes de género femenino de primer ciclo (54%) y noveno ciclo (46%). Los resultados indican similitud en la percepción de insatisfacción corporal en el primer ciclo ($M=52.21$) y noveno ciclo ($M=62.39$), aunque mayor preocupación extrema en estudiantes de primer ciclo ($M=159.11$). Además, conocer o no el peso no motiva la actividad física en ambos grupos. En conclusión, las estudiantes refieren a veces sentir autodevalorización, vergüenza corporal, comparación, temor al aumento de peso y preocupación por el ejercicio y zonas del cuerpo.

Palabras clave: percepción corporal, insatisfacción del cuerpo, actividad física, factores socioculturales



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

Body image is a multidimensional construct encompassing how an individual perceives, feels, and thinks about their body. Grounded in the Tripartite Model of Influence and the Cognitive-Behavioral Model, individuals internalize judgments related to key social agents—family, friends, and media—establishing ideals of physical appearance with strong sociocultural pressure. These behavior patterns pose a risk, fostering a negative and distorted body image reflected in self-devaluation. The study aimed to describe body dissatisfaction perception in first and ninth-semester Psychology students, comparing it based on sociodemographic variables. Employing a quantitative, descriptive approach with a non-experimental cross-sectional design, the Body Shape Questionnaire (BSQ-34) was applied. A convenience non-probabilistic sampling yielded a total sample of 100 female participants from the first (54%) and ninth semesters (46%). Results indicate similarity in body dissatisfaction perception in the first ($M=52.21$) and ninth semesters ($M=62.39$), with heightened extreme concern in first-semester students ($M=159.11$). Additionally, knowing or not knowing weight does not motivate physical activity in both groups. In conclusion, students occasionally report feelings of self-devaluation, body shame, comparison, fear of weight gain, and concerns about exercise and specific body areas.

Keywords: body perception, body dissatisfaction, physical activity, sociocultural factors



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de contenido

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Dedicatoria	6
Agradecimiento	7
Fundamentación Teórica	8
Proceso Metodológico	16
Participantes	16
Criterios de inclusión y exclusión	17
Instrumentos	17
Procedimiento de la Investigación.....	18
Procesamiento de Datos.....	18
Aspectos Éticos	18
Presentación y Análisis de Resultados	20
Niveles de satisfacción corporal.....	20
Satisfacción Corporal según variables sociodemográficas.....	21
Percepción de insatisfacción corporal en estudiantes de Psicología	24
Conclusiones	29
Recomendaciones y Limitaciones	31
Referencias	33
Anexos	41

Índice de tablas

Tabla 1. Caracterización de los participantes	16
Tabla 2. Percepción de satisfacción corporal en estudiantes de Psicología.....	20
Tabla 3. Niveles de satisfacción corporal según la edad y estado civil	21
Tabla 4. Niveles de satisfacción corporal según el peso y actividad física	22
Tabla 5. Niveles de satisfacción corporal según las horas de actividad física.....	23
Tabla 6. Factor 1-Insatisfacción corporal del cuestionario Body Shape	25
Tabla 7. Factor 2-Preocupación por el peso del cuestionario Body Shape	27

Dedicatoria

Dedico mi trabajo de titulación a mis padres, los cuales, con su sacrificio y apoyo constante, han sido la fuerza impulsadora detrás de mi educación y superación. Con su ejemplo de dedicación y resiliencia me han enseñado a enfrentar los desafíos de la vida y perseguir mis sueños con determinación. A mis dos hermanos por ser mi mayor motivación. Ustedes son mi constante recordatorio de la importancia de perseverar y soñar en grande.

A todas las personas que han sido parte de mi vida en este largo y bonito camino universitario, cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en mi camino.

Agradecimiento

A mis padres David y Lilia porque, a pesar de todas las adversidades que la vida nos ha presentado, ellos no han dejado de ser mi guía y mi fortaleza en este camino. A mi madre, le agradezco infinitamente por siempre estar guiándome sin soltar mi mano y ser mi ejemplo vivo de fortaleza, valentía y enseñarme que todo en esta vida tiene solución.

A mis amigos de la universidad con los que he compartido un pedazo de mi vida y los que me han impulsado a ser una mejor persona llena de valores, quiero agradecer de una manera muy especial a Kathya, Mauricio, Mateo, Kevin y Alex quienes me enseñaron mucho en esta etapa de la vida, agradezco los abrazos, las risas, las lágrimas y los momentos que siempre quedaran guardados en mi memoria.

Agradezco de manera especial a mi tutora, Gardenia Conforme, cuya dedicación y orientación fueron cruciales para alcanzar este logro académico. Su experiencia, sabiduría y paciencia han sido fundamentales en cada etapa de este proceso. Gracias, Gardenia, por ser una guía excepcional y por creer en mi capacidad para superar los desafíos.

Este logro no solo es mío, sino de todos ustedes que han dejado huella en mi corazón y han contribuido a mi crecimiento. Este trabajo de titulación lleva la marca de sus enseñanzas, amor y apoyo constante.

Con amor y agradecimiento,

Alexander

Fundamentación Teórica

El término imagen corporal proviene de la neurología «imagen espacial» para referirse a la representación interna del cuerpo a partir de la información sensorial (Baile, 2003). Es definida como un constructo multidimensional complejo que integra percepciones, pensamientos, actitudes, sentimientos, emociones asociadas a la forma y apariencia, así como también a la capacidad de dirigir conductas. En este sentido, la imagen corporal cumple un papel sustancial en el bienestar psicológico debido a que proporciona funcionalidad y desempeño del cuerpo al momento de interactuar con factores internos y externos (Santos-Morocho, 2022).

Uno de los problemas psicológicos más recurrentes en salud mental refiere a la alteración de la imagen corporal. En la mayoría de los casos dichas alteraciones no están relacionadas con el aspecto físico real, se trata de una interpretación subjetiva, incidiendo la opinión de los demás y los estándares de belleza que son determinados por la sociedad (Lara y Nieto, 2019). Según Castrillón et al. (2007) cada vez más incrementa el número de intervenciones quirúrgica para el mejoramiento de la imagen corporal en diferentes edades. En este escenario, la búsqueda del ideal de belleza es altamente difundido en medios de comunicación y ejerce fuerte presión sobre todo en mujeres jóvenes que sienten la necesidad de cumplir con estos estándares (Pérez-Bustinzar et al., 2023).

En el contexto de la comunicación de la salud, González (2019) menciona que es importante estudiar las narrativas que se construyen sobre la salud del cuerpo, ya que muchas de las veces la insatisfacción con el cuerpo se establece como estrategia para obtener aceptación social, obtener trabajo, evitar conflictos, mejorar las relaciones de pareja, amigos o familia, entre otras. Es por esto que, Argüello y Romero (2012) argumentan que la imagen que tiene cada persona acerca de su cuerpo es esencialmente subjetiva y en muchas veces no tiene necesariamente que responder a la realidad. De ahí que, la insatisfacción con la imagen corporal también puede estar incentivada por motivaciones internas (Calderón-Mazzotti y Cruz-Mendoza, 2022).

Desde esta perspectiva, los eventos normativos y no normativos, los intereses por mejorar o modificar imperfecciones, búsqueda de identidad, resolución de crisis de edad, así como cambios vitales (divorcios, abandono, muerte o separación), una marcada preocupación e insatisfacción con partes del cuerpo o por elementos del cuerpo puede representar motivo suficiente para que se genere un malestar con la propia apariencia física (Papalia et al., 2017). Sumando a ello, tener alteraciones clínicamente significativas como: dismorfia corporal, trastorno de la imagen corporal y trastorno dismórfico corporal o presentar una depresión de

alto contenido cognitivo con esquemas de minusvalía en autoimagen representan factores de riesgo clínicos al momento de valorar nuestra imagen corporal.

De acuerdo con Cash (2002) la imagen corporal integra algunos componentes fundamentales que se describe a continuación:

1) Componente perceptivo: Su principal función es realizar la comprensión y acción referente a la percepción del tamaño, peso y la forma del cuerpo, este componente se ha integrado en el individuo e interactúa con el medio y con sus propias posibilidades de ejecución (Cash y Smolak, 2011).

2) Componente actitudinal: se involucra en el material cognitivo-conductual, el cual hace la interpretación referente a la valoración positiva-negativa, específicamente cuando recibimos cumplidos, elogios, valía, insatisfacción y desagrado. Del mismo modo, este componente conforma tres subcomponentes.

a) Componente emocional-afectivo: principalmente implicado en las relaciones afectivas y emocionales sobre el cuerpo, estas se producen a medida que las personas experimentan una variedad de experiencias de placer, satisfacción, gusto-disgusto, rabia, asco y placer.

b) Componente corporal cognitivo: este componente tiene lugar en el material cognitivo, es decir, ideas y creencias sobre el cuerpo. También, explica las actitudes que ayudan a gestionar los pensamientos, sentimientos y valoraciones subjetivas del cuerpo.

c) Componente corporal conductual: integra los aspectos comportamentales de las personas hacia el cuerpo, como lo pueden ser algunos mecanismos de defensa como la evitación. Por un lado, la respuesta ante la insatisfacción y por el otro la evitación ante situaciones que pueden desencadenar una situación de alerta ante las preocupaciones corporales.

Estos componentes explican la dinámica de la imagen corporal y las implicaciones causales predisponentes conducidas a problemas referentes a la insatisfacción corporal (Cash y Smolak, 2011; Halliwell et al., 2017). Según el manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) presentar alteración de la imagen corporal, es parte de los criterios de un trastorno, en el cual se caracteriza por seguir un patrón de ingesta o restricción de alimentación con el fin de controlar el peso y forma corporal. Dichos trastornos se clasifican en tipos: Anorexia Nerviosa (AN), Bulimia Nerviosa (BN) Trastorno por Atracón (TA), Pica,

Trastorno de Rumiación, Trastorno por evitación/restricción de la ingesta de alimentos (ARFID). A su vez, otros trastornos de alimentación especificados o no especificados, Trastornos alimentarios o de la conducta alimentaria (American Psychiatric Association, 2014).

Por su parte, la Clasificación Internacional de Enfermedades CIE-11, establece avances importantes en la clasificación de trastornos de la conducta alimentaria, dando énfasis al diagnóstico y tratamiento (Organización Mundial de la Salud, 2021). Una de las mejoras representativas es la reducción de trastornos en categorías no especificadas, de este modo, las alteraciones dentro de los trastornos de la conducta alimentaria determinan una visión más holística entendiendo entre ellas, a la imagen corporal desde un plano biopsicosocial.

En gran medida cuando se busca profundizar acerca de la imagen corporal, no se puede obviar los autos de la personalidad, empezando por los auto-esquemas que según Marín y Restrepo (2016) son el conjunto de creencias, etiquetas, juicios e ideales que tiene una persona sobre sí mismo, este se va constituyendo a largo plazo y se forma parte de la personalidad. A esto se suma la autoimagen, tanto de la apariencia física como de procesos internalizados a partir de experiencias, esto se convierte en el fundamento para la interacción de los roles sociales y rasgos de personalidad, es este caso es común que personas jóvenes en especial mujeres, no estén conforme con su imagen corporal (Acón et al., 2019; Gómez-Mármol et al., 2017).

Adicionalmente se requiere prestar especial atención al autoconcepto ya que es quien da la noción para que cada individuo se defina y se distinga de los demás (Gaeta y Cavazos, 2017). Este se va construyendo desde la infancia y tiene la capacidad de ir articulando un gran número de reflexiones acerca de las condiciones físicas, emocionales y psicológica, por ende, el autoconcepto tiene multidimensional para ser constante y flexible (Ibarra y Jacobo, 2016). Siguiendo esta lógica, la imagen corporal está fuertemente ligada a la autoestima, que es la percepción mental que tiene el sujeto para sentir y desarrollarse dentro de un determinado contexto, tal así que, la autoestima también comprende el grado de confianza, aceptación y el valor afectivo propio, que se logra identificando virtudes, defectos, potencialidades y limitaciones (Asakereh y Yousofi, 2018; García et al., 2019).

Por último y no menos importante se encuentra la autoeficacia que responde a la ejecución de acciones concretas según los juicios personales, esta toma en cuenta la triada personas, conducta y ambiente (Blanco et al., 2019). En este sentido, la autoeficacia ha sido vinculada a conductas saludables referentes a la imagen corporal, regulación del peso, consumo de frutas y verduras, prevención de conductas de riesgo como dietas restrictivas, así como

también, incentiva a la actividad física como estrategia para mejorar la salud (Fraile et al., 2019; Pallo y Rodríguez, 2017; Silva et al., 2019). Dicho de este modo, las personas con una autoeficacia baja tienden a presentar efectos negativos en la calidad de vida. De ahí que, una valoración corporal positiva aumenta los niveles de autoeficacia y por ende la confianza en sí mismo (Ghahremani et al., 2018).

La presente investigación toma como referencia varias teorías que explican la imagen corporal, empezando por la teoría de comparación social de Festinger (1954), la teoría sociocultural (Thompson et al., 1999), la teoría de la objetivación (Fredrickson y Roberts, 1997), la teoría feminista (Borowsky et al., 2015) y las teorías cognitivo-conductuales (Cash y Pruzinsky, 2002). En este sentido, la teoría de comparación social explica que las personas pasan por un proceso sistemático de comparación en el cual el grupo ejerce presión y retroalimentación, este proceso es el principal componente para adquirir información, de manera que influye en la calidad de vida. Además, esta teoría explica que las personas adquieren sentido en función de las comparaciones con otros estos pueden ser descendentes, ascendentes y laterales, en este caso las redes sociales actúan como medio de comparación social (Hogue y Mills, 2019).

Seguidamente, la teoría sociocultural, describe tres agentes importantes en la imagen corporal, amigos, padres y medios de comunicación, a quienes se les responsabiliza el desarrollo de los ideales corporales. Esta teoría contempla un gran respaldo investigativo ya que ha estudiado la insatisfacción corporal y los trastornos de la conducta alimentaria, según esta teoría los agentes principales influyen en la presión sociocultural y que el ideal del cuerpo está fuertemente internalizado en hombre y mujeres tan así que están ligada a la cultura (Santos-Morocho, 2022). Por consiguiente, la teoría de la objetivación parte desde el postulado de ser mujer en una sociedad con exigencia masculinas, donde son valoradas únicamente por su aspecto físico-estético. En este punto la teoría explica cómo vivir en una sociedad que sexualiza y deshumaniza el cuerpo femenino conduciendo a experiencias afectivas negativas y riesgosas para la salud (Fredrickson y Roberts, 1997).

Sumando a ello, la teoría feminista brinda una visión de la experiencia de ser mujer en relación a la apariencia, explica el complejo impacto de las estructuras de poder y privilegios relacionados con el género y entre otras variables que explican la relación con el cuerpo (Borowsky et al., 2015). Finalmente, la teoría cognitivo-conductual busca entender a la imagen corporal desde el pensamiento, procesos de aprendizaje social y las emociones. Este postulado afirma que tanto el ambiente y contexto activan la autovaloración de la apariencia corporal. Además, desde esta perspectiva que se toman en cuenta los sesgos, distorsiones

cognitivas observación y retroalimentación social y las explicaciones psicopatológicas de las conductas desadaptativas de la imagen corporal (Cash y Pruzinsky, 2002; Cash, 2012).

Entre los instrumentos que se encuentran para evaluar imagen corporal está el BSQ-34 que cuenta con sólidas bases para la investigación ya que proporciona una medida objetiva de la preocupación, este puede ser usado para evaluar trastornos de la imagen corporal, explorar personas con riesgo de desarrollar trastorno de la conducta alimentaria y a su vez puede ser usado para monitorizar respuestas al tratamiento de TCA, debido a que evalúa las variables cognitivas-actitudinales y comportamentales de la insatisfacción corporal. (Castrillón et al., 2007).

Analizando la problemática desde varias investigaciones, en un estudio realizado en España, indagaron en las percepciones corporales y satisfacción corporal y su relación con distintas zonas del cuerpo, participaron 836 hombres y mujeres de 18 a 40 años. Entre sus hallazgos, describieron que, a peor percepción de la imagen corporal, las exigencias eran menores. A su vez, dependiendo de las demandas del entorno desearan cambiar zonas superior o inferiores del cuerpo (Molina et al., 2019). Además, en un estudio en Portugal y Brasil las puntuaciones de BSQ-34 demostraron no variar en relación al género, por lo que se recomienda no realizar comparaciones de género (da Silva et al., 2016).

Por otro lado, en México se estudió la insatisfacción corporal y la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que comúnmente no coinciden con las características reales del individuo. Los resultados relevaron que existen riesgo de TCA en sujetos insatisfacción corporal, baja autoestima, inseguridad interpersonal, desajuste emocional, ascetismo y miedo a la madurez (Berengüi et al., 2016). En otra investigación, realizada en Chile, se identificó la percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios y su relación con los estratos socioeconómicos, estado nutricional, actividad física, condición física y la calidad de dieta. Como resultado se puede ver la mayoría de estudiantes tenía normopeso, en su mayoría inactivos, consumo de dieta mediterránea y con mayor tendencia a volumen corporal en el género masculino (Duno y Acosta, 2019).

Siguiendo esta línea, en el estudio de Blanco et al (2023) analizaron la implicación de la actividad física, imagen corporal y bienestar psicológico en universitarios de 18 a 26 años, dando como resultado que la práctica del ejercicio a través de la importancia de la apariencia física tiene un efecto indirecto positivo sobre la percepción del bienestar psicológico y efecto directo positivo en el crecimiento personal. En este sentido, la actividad física y la imagen corporal provocan un estado de integridad y plenitud psicológica (Valle et al., 2019)

Adicionalmente, en una investigación se buscó determinar el nivel de actividad física y la percepción de la imagen corporal en estudiantes, mediante una revisión sistemática de 126 artículos, se concluyó que no hubo correlación entre el nivel de actividad física y la percepción de la imagen corporal, sin embargo, se pudo diagnosticar que la insatisfacción corporal hace que los adolescentes excesivamente practiquen ejercicio físico (Cabral dos Santos y Leal, 2017; Romo, 2014). No obstante, a pesar de existe insatisfacción y valoración negativa del aspecto corporal, las acciones no están encaminadas a generar conductas concretas que permitan mejorar el estado de salud como lo puede ser una plan nutricional y adopción de hábitos saludables como estilo de vida (Cruzat-Mandich et al., 2017).

A su vez, varias investigaciones han considerado otras variables implicadas en la percepción de la imagen corporal, es este caso las personas con mala imagen corporal reportan menos actividad e insatisfacción sexual, menos comodidad al hablar sobre sexo, menos probabilidad de búsqueda de atención médica, menor uso de anticonceptivos, así como también mayor consumo de sustancias como alcohol y tabaco (Blashill et al., 2016; Cepeda-Quintanar et al., 2019; Ramseyer, 2017; Ramseyer et al., 2018). De igual manera, se ha observado que la familia puede ser un factor de riesgo ya que pacientes con psicopatología alimentaria mencionan que un ambiente familiar crítico, coercitivo, sin comunicación, influye en la imagen corporal (Burke et al., 2021). De hecho, las creencias negativas acerca de la apariencia física están asociadas a la insatisfacción corporal, malestar psicológico, problemas alimentarios y emocionales (Blanco et al., 2022; Hou et al., 2018).

Por su parte, en Ecuador un estudio con 703 adolescentes de Loja, releva que la presión social de pares es importante en la evaluación de imagen corporal, razón por la cual buscan constantemente pertenecer al grupo sometiéndose a cambios corporales (Torres et al., 2019). Por ende, en muchas ocasiones las influencias de pares y medios son más importantes que la presión y recomendación de los padres (Shroff y Thompson, 2006). Adicionalmente, en una investigación con 364 adultos de 18 a 64 años de Ricaurte, Azuay-Ecuador, se encontró que las personas con sobrepeso y obesidad tienden a subestimar su índice de masa corporal y a su vez, a presentar insatisfacción corporal que se expresa en un bajo nivel educativo, respecto a estilos de vida saludable (Yamunaque et al., 2018).

De igual manera, en otro estudio con 132 estudiantes de la Universidad Técnica del Norte-Ecuador se realizó una evaluación nutricional respecto a la autopercepción de la imagen corporal, encontrando que los varones tienen mayor afinidad al modelo anatómico más corpulento, mientras que las mujeres al más lineal. El 2,7% de los varones se ven más delgados de lo que son y el 37,8% se ven más gordos. Así mismo, el 11,6% de mujeres se

ven más delgadas de lo que son y el 25,3% se auto perciben más gordas (Espín et al., 2020). Por último, en una investigación realizada en el colegio Herlinda Toral-Cuenca, a través del cuestionario BSQ, se identificó que el 50% de participantes presenta insatisfacción moderada con cifras altas de preocupación en aspectos antiestéticos de la obesidad y cifras bajas referente al empleo de vómitos o uso de laxantes para reducir la insatisfacción corporal (Rodríguez et al., 2018).

En función del abordaje teórico, la presente investigación buscó aportar conceptualizaciones relacionadas a la percepción de la imagen corporal dentro de la comunidad universitaria. En el contexto ecuatoriano, la problemática asociada a la percepción de la imagen corporal se manifiesta como un desafío psicosocial que afecta a diversas capas de la sociedad. Este fenómeno va más allá de la mera apariencia física y se inserta en un entramado cultural, social y económico que moldea las percepciones individuales y colectivas de la belleza y la aceptación personal. Uno de los aspectos centrales de esta problemática radica en la presión ejercida sobre los individuos para encajar en estándares estéticos específicos (Torres et al., 2020).

En Ecuador, como en muchas otras sociedades, existe una persistente idealización de ciertos cuerpos que se consideran «perfectos o deseables». Esta presión se intensifica a través de diversos canales, incluyendo los medios de comunicación, la publicidad y las redes sociales, creando un caldo de cultivo para la internalización de normas estéticas inalcanzables. Las consecuencias de esta presión pueden observarse en la forma en que las personas perciben y valoran sus propios cuerpos, generando un impacto negativo en su autoestima y bienestar emocional (Ponton-Cevallos, 2016).

Sumado a ello, en un país como Ecuador, donde las desigualdades económicas son evidentes, el acceso a servicios de salud mental, programas de bienestar y actividades físicas puede estar limitado para algunos segmentos de la población. Esto no solo afecta la capacidad de las personas para mantener estilos de vida saludables, sino que también puede influir en cómo se perciben a sí mismas en términos de su imagen corporal (Mideros, 2022).

Adicionalmente, la influencia de la percepción de la imagen corporal no se limita al ámbito individual; tiene repercusiones sociales que afectan las interacciones diarias y las relaciones interpersonales. La búsqueda constante de cumplir con estándares inalcanzables puede conducir a la ansiedad, la depresión y a la adopción de comportamientos perjudiciales, como dietas extremas o la evitación de ciertas actividades sociales (Díaz et al., 2017). Estas consecuencias tienen un impacto directo en la salud mental y la calidad de vida. La comprensión de esta problemática es esencial para desarrollar intervenciones efectivas que

promuevan una percepción de la imagen corporal más saludable y positiva en el contexto ecuatoriano.

Por lo tanto, es necesario y pertinente abordar la problemática en virtud de las profundas implicaciones en materia de salud mental, bienestar individual y cohesión social. En un entorno donde la presión cultural y social para cumplir con estándares estéticos idealizados persiste, comprender las complejidades de cómo estas influencias afectan a las poblaciones de jóvenes que se encuentran en proceso de formación cobra gran relevancia. Sobre todo, porque, se centra en el eje social del Plan Nacional Creación de Oportunidades 2021-2025, dispuesto por la República del Ecuador en su objetivo seis referentes a garantizar el derecho a la salud integral, gratuita y de calidad (Secretaría Nacional de Planificación, 2021).

De forma similar, la investigación en esta área adquiere relevancia adicional en el contexto económico del país, donde las desigualdades pueden limitar el acceso a recursos esenciales para el cuidado de la salud mental y el fomento de una imagen corporal positiva (Levens, 2011). Comprender cómo estos factores interrelacionados afectan la salud mental y la calidad de vida permite la identificación de estrategias efectivas de intervención que pueden mejorar el bienestar general de la población ecuatoriana. En última instancia, investigar esta problemática proporciona una base crítica para el diseño de políticas y programas que promuevan una percepción de la imagen corporal más saludable y equitativa en diversos espacios.

Por ende, se buscó dar respuesta a las siguientes interrogantes referentes a la percepción de la imagen corporal en la Facultad de Psicología: ¿Cuál es la percepción de la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de psicología? ¿De qué manera la percepción de insatisfacción corporal pudiese estar ligada a variables sociodemográficas como: edad, estado civil, conocimiento de peso, actividad física y horas de actividad física? ¿Cómo describen la percepción de la insatisfacción corporal las estudiantes de primer y noveno ciclo, en el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024

Con el propósito de cumplir con lo establecido el estudio planeó los siguientes objetivos: Por una parte, como objetivo específico uno, determinar la percepción de insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología. Por otro lado, objetivo específico dos, comparar la insatisfacción de las estudiantes de primer y noveno ciclo según las variables sociodemográficas: edad, estado civil, conocimiento de peso, actividad física y horas de ejercicio. Finalmente, objetivo general, describir la percepción de la insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología en el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

Proceso metodológico

Enfoque y Alcance de Investigación

La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo, caracterizado por ser un proceso estructura de recolección, análisis y tratamiento de datos mediante la estadística inferencial y descriptiva (Paitán et al., 2014). Presentó un alcance descriptivo que buscó estudiar las características del fenómeno en un determinado grupo, es estos estudios no es obligatorio plantear hipótesis ya que únicamente se pretende caracterizar las variables. Del mismo modo, contó con un diseño no experimental, debido a que las variables no fueron manipuladas de manera intencional únicamente se observó en su contexto natural. Presentó un corte transversal, dado que se llevó en un periodo de tiempo determinado (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Participantes

El estudio conformó una muestra de 100 estudiantes de género femenino matriculadas en la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, en el periodo lectivo 2023-2024. Mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia se establecieron dos grupos debido a la proximidad y accesibilidad de selección: Por un lado, estudiantes de primer ciclo (54.00%) y, por otro lado, estudiantes de noveno ciclo (46.00%), en su mayoría en edades comprendidas entre 18 a 20 años (55.00%), seguido de 21 a 23 años (33.00%) y en menor proporción de 24 a 26 años (11.00%). Sumado a ello, el estado civil predominante corresponde a soltera (94.00%). Finalmente, con una frecuencia baja se presentó el estado civil unión libre (4.00%) y casada (2.00%). Tabla 1.

Tabla 1

Caracterización de los participantes

Características		n	%
Edad	18-20	55	55%
	21-23	33	33%
	24-26	11	11%
	27-29	1	1%
Ciclo	Primer Ciclo	54	54%
	Noveno Ciclo	46	46%
Estado civil	Soltera	94	94%
	Unión libre	4	4%
	Casada	2	2%

Nota. Elaboración propia

Criterios de inclusión y exclusión

Con el propósito de cumplir con una participación inclusiva, libre y voluntaria la investigación estableció parámetros de inclusión que responden a la participación de estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología con matrícula vigente, así como también, aquellos estudiantes que aceptan ser partícipes de manera voluntaria y que tengan la mayoría de edad (+18), de acuerdo con la constitución del Ecuador. Además, fue pertinente establecer parámetros de exclusión dada la naturaleza del estudio, en este sentido se determinó que no podrán participar estudiantes menores de edad y/o que presenten algún tipo de discapacidad visual, debido a que el cuestionario de imagen corporal presenta una adaptación online (Google forms), con estas medidas se priorizo los derechos de los participantes.

Instrumentos

Para recolectar la información referente a la percepción de la imagen corporal se aplicaron los siguientes instrumentos:

1). Body Shape Questionnaire (cuestionario de la figura corporal): validado por Castrillón et al. (2007) en mujeres colombianas. El instrumento consta de 34 preguntas de tipo Likert de 6 puntos, con niveles de respuesta (1-nunca, 2-es raro, 3- a veces, 4-a menudo, 5- muy a menudo, 6-siempre), con un puntaje mínimo de 34 y máximo de 204 puntos que buscan identificar el nivel de insatisfacción de los individuos sobre su propio cuerpo, el miedo a aumentar de peso, la autodevalorización por la apariencia física, el deseo de perder peso y la evitación de situaciones en donde la apariencia física puede atraer la atención de otros. Los ítems se clasifican en dos factores: factor 1: insatisfacción corporal (1, 3, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 25, 26, 27, 29, 31 y 32) y factor 2: Preocupación por el peso (2, 4, 5, 6, 9, 16, 21, 22, 23, 24, 28, 30, 33 y 34).

El instrumento presenta un alfa de Cronbach de $\alpha = .96$ similar al de este estudio que cuenta con un alfa de $\alpha = .97$. Los resultados del instrumento se obtienen mediante la sumatoria de puntos y se clasifican en cuatro niveles de preocupación por la imagen corporal: No preocupado (puntuación <81), leve preocupación (puntuación entre 81 y 110), preocupación moderada (entre 111 y 140) y preocupación extrema (puntuación >140), dependiendo de la puntuación se clasifica el nivel de insatisfacción corporal.

2) Ficha sociodemográfica: se elaboró una ficha en donde se establecieron las variables de estudio como: edad, ciclo, estado civil, conocimiento de peso, actividad física y horas de ejercicio, dicha herramienta fue desarrollada por el investigador del estudio. (Anexo 1).

Procedimiento de la Investigación

Previo a la aplicación, el estudio paso por un proceso de aprobación por parte del Comité de Bioética en Investigación del área de la salud (CEISH) de la Universidad de Cuenca. A su vez, se envió un oficio al decanato de la Facultad de Psicología para obtener el permiso de realizar pruebas dentro de la facultad. Una vez aprobado, se precedió a la presentación formal del estudio tanto en estudiantes de primer y noveno en ambas jornadas matutina y vespertina. Sumado a ello, se estableció un cronograma de aplicación en coordinación con los docentes para no interferir con los procesos de aprendizaje planificados. En esta misma línea, se motivó a los estudiantes a la participación presentando los objetivos del estudio, derechos de participación y naturaleza, la cual se determinó que la presente investigación tienen fines académicos. Para que los estudiantes puedan completar el formulario de manera exitosa, se compartió un enlace de Google Forms, en el cual se detalla el consentimiento informado y a su vez se habilita el cuestionario de imagen corporal, este proceso tuvo una duración de 20 minutos aproximadamente. Ver anexo **A** y **B**

Una vez finalizada la aplicación, se verificó los datos en el formulario de resultados, todo el proceso de aplicación tuvo una duración de 2 días. Por último, se creó una matriz en el software estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 28.0 compatible con Windows, para la calificación, digitación, revisión de calidad y tratamiento de datos.

Procesamiento de Datos

Una vez, hecha la revisión de calidad de los datos, se procedió a la calificación del cuestionario de imagen corporal, en primer lugar, mediante la estadística inferencial se determinó la prueba de confiabilidad alfa de Cronbach $\alpha = .97$. Posteriormente, mediante la estadística descriptiva se establecieron los niveles acordes a la categorización del instrumento: No preocupado, leve preocupación, preocupación moderada y preocupación extrema. Más adelante, se determinaron las comparaciones entre grupos y en función de las variables sociodemográficas: edad, estado civil, ciclo de estudio, conocimiento de peso actual, actividad física y horas de ejercicio por semana.

De manera similar, se determinaron los porcentajes según el factor 1-insatisfacción corporal y factor 2-preocupación por el peso, con el propósito de tener una aproximación general en ambos grupos según la frecuencia de respuestas.

Aspectos Éticos

La presente investigación siguió los principios éticos generales de los psicólogos y código de conducta de la American Psychological Association (2017), acatando que los siguientes principios generales sean respetados: principio (A) beneficencia y no maleficencia en el uso

de datos: principio (B) fidelidad y responsabilidad para con la investigación: principio (C) integridad y honestidad en el proceso: principio (D) justicia evitando prácticas injustas: principio (E) respeto por los derechos y la dignidad de las personas que sean partícipes del estudio. De este modo, se guardó completa confidencialidad y se respetó la participación voluntaria siguiendo la norma 4.01: que estipula mantener la confidencialidad a lo largo de todo el proceso.

De igual manera, al tratarse de estudiantes mayores de edad fue pertinente establecer un consentimiento informado donde se buscó garantizar que las personas comprendan los riesgos, beneficios y detalles de su participación. Ello fomenta transparencia e incentiva a la decisión de participar o no, cabe mencionar que el estudio no representa ningún tipo de riesgo directo e indirecto. Los fines son únicamente académicos y han pasado por un proceso de revisión riguroso por parte del Comité de Bioética en Investigación del Área de la Salud (CEISH) de la Universidad de Cuenca.

En esta misma línea, el autor principal declara que no tiene conflictos de intereses que puedan influir en los resultados o interpretaciones presentados en este trabajo. Para la publicación, difusión y/o presentación de resultados tanto nacionales como internacionales lo podrá realizar respetando todos los protocolos éticos y con vías a que pueda contribuir a la academia en materia del constructo estudiado.

Una vez culminada la investigación para continuar con el proceso de transparencia en la investigación los participantes podrán consultar la información de manera disponible y accesible en el repositorio institucional de la Universidad de Cuenca.

Presentación y análisis de resultados

En función de los resultados, el siguiente apartado procede a exponer los hallazgos del estudio en relación a los objetivos de investigación, para una mejor apreciación se utilizaron tablas que permiten una descripción simplificada de datos, así como también análisis y comparaciones. En primer lugar, se presentó el objetivo específico uno que buscó determinar la percepción de insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología. En segundo lugar, se dio paso al objetivo específico dos que indaga en comparar la insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo según las variables sociodemográficas: edad, estado civil, actividad física, horas de ejercicio y práctica de ejercicio. Finalmente, se expuso el objetivo general que buscó describir la percepción de la insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología en el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024.

Niveles de satisfacción corporal

Dando paso al objetivo específico uno, se puede apreciar que existe predominio similar en la percepción de insatisfacción corporal tanto en estudiantes de primer ciclo ($M=52.21$) y noveno ciclo ($M=62.39$), es decir ambos grupos se encuentran por debajo de 81 puntos, lo que refieren no estar preocupadas por su figura corporal.

Sin embargo, en la categoría preocupación extrema las estudiantes pertenecientes a primer ciclo ($M=159.11$) muestran valores más elevados de insatisfacción en relación a estudiantes de noveno ciclo ($M=142.50$). Por último, el 42.00% de las estudiantes presentan niveles de insatisfacción corporal leve y moderada. Ver tabla 2.

Tabla 2

Percepción de satisfacción corporal en estudiantes de Psicología

Niveles	1º ciclo		9º ciclo		Todos	DE
	n	ME	n	ME		
No preocupada	24	53.21	23	62.39	57.70	13.69
Preocupación leve	14	96.07	13	98.08	97.04	8.21
Preocupación moderada	7	127.00	8	128.38	127.73	8.35
Preocupación extrema	9	159.11	2	142.50	156.09	11.74
Total	54	118.5	46	141.25		

Nota. Niveles: no preocupación <81; leve preocupación 81-110; preocupación moderada 111-140; preocupación extrema >140.

Estos resultados coinciden con el estudio de Romo (2014) que expresa que la mayoría de los participantes presentan algún nivel de insatisfacción corporal. Del mismo, modo, empata con la investigación realizada en el colegio Herlinda Toral, en el periodo 2016-2017, que expresa que más del 50% de los estudiantes presentan preocupaciones leves y moredas con aspectos estéticos del cuerpo. (Rodríguez et al., 2018).

Satisfacción Corporal según variables sociodemográficas

Por consiguiente, al comparar la percepción de insatisfacción corporal se dio lugar al segundo objetivo específico que determinó que las estudiantes solteras de primer ciclo refieren no sentirse preocupadas por su propio cuerpo, en una tendencia 22 ($M=53.05$), y de modo similar las estudiantes de noveno ciclo 14 ($M=64.07$). Adicionalmente, el estado civil unión libre presentó niveles bajos y leves de preocupación corporal en ambos grupos, por debajo de los 110 puntos. No obstante, estudiantes con estado civil casada pertenecientes a noveno ciclo perciben mayor insatisfacción corporal en una proporción 5 ($M=130.40$) referente a preocupación moderada.

Sumado a ello, al tomar la variable edad las fluctuaciones en primer ciclo que mantienen en su mayoría entre 18 a 20 años en todos los niveles de insatisfacción corporal (53.00%). Por el contrario, en estudiantes de noveno ciclo la tendencia se establece entre los 21 a 23 años (32.00%), seguido de 24 a 26 años, correspondiente al (11.00%) en la mayoría de los niveles. Ver tabla 3.

Tabla 3

Niveles de satisfacción corporal según la edad y estado civil

Niveles	1° ciclo				9° ciclo			
	Estado Civil	n	Edad	ME	Estado Civil	n	Edad	ME
No preocupada		22	18-20	53.05		1	18-20	51.00
	Soltera	1	21-23	47.00	Soltera	14	21-23	64.07
						7	24-26	64.00
Preocupación leve	Unión libre	1	18-20	63.00	Unión libre	1	27-29	39.00
	Soltera	13	18-20	95.92	Soltera	1	18-20	100.00
						8	21-23	96.38
						3	24-26	99.33
Preocupación moderada	Unión libre	1	18-20	98.00	Unión libre	1	21-23	106.00
	Soltera	7	18-20	127.00	Casada	2	21-23	132.00
					Soltera	5	21-23	130.40
Preocupación extrema						1	24-26	111.00
	Soltera	9	18-20	159.11	Soltera	2	21-23	142.50
Total		54		62.5		46		108.5

Nota. Elaboración propia

Estos hallazgos, responden a lo establecido en Marín y Restrepo (2016) quienes explican que la valoración corporal se va construyendo a largo plazo y se integra con la personalidad. En este caso, al inicio de la carrera y al final existe una curva de aprendizaje tanto en experiencias, interacciones sociales y adquisición de nuevos aprendizajes, los cuales explican varios procesos de internalización de la autoimagen (Santos-Morocho, 2022). En este punto, la preocupación extrema se establece en mayor medida en estudiantes de primer ciclo, lo que coincide con varios estudios que establecen que es más común que mujeres jóvenes se sientan en ocasiones desconformes con su imagen corporal (Acón et al., 2019; Gómez-Mármol et al., 2017).

Así mismo, al analizar el conocimiento del peso con la actividad física, se pudo determinar que las estudiantes de primer ciclo no se sienten preocupadas cuando conocen su peso 13 (M=53.15) y hacen actividad física 14 (M=49.71). No obstante, cuando los niveles de preocupación empiezan a subir, conocer o no el peso actual no motiva a la actividad física, sobre todo en niveles de preocupación moderada y extrema en el cual la mayoría conoce su peso 6 (M=154.50), pero no realiza actividad física 6 (M=159.67).

De manera similar, sucede con las estudiantes de noveno ciclo a pesar de conocer o no existe una falta de actividad física, que se ve reflejada en el aumento de la insatisfacción de la imagen corporal en casi todos los niveles, exceptuando en el nivel más bajo, que a pesar de conocer su peso actual 13 (M=62.46) y no hacer actividad física 19 (M=62.05), refieren no sentirse preocupadas. Ver tabla 4.

Tabla 4

Niveles de satisfacción corporal según el peso y actividad física

Niveles	1º ciclo						9º ciclo					
	Conoce su peso actual			Realiza Actividad física			Conoce su peso actual			Realiza Actividad física		
	n	Si/No	ME	n	Si/No	ME	n	Si/No	ME	n	Si/No	ME
No preocupada	1	No	53.27	10	No	58.10	10	No	62.03	19	No	62.05
	1 3	Si	53.15	14	Si	49.71	13	Si	62.46	4	Si	64.00
Preocupación leve	1	No	97.82	7	No	94.14	7	No	98.57	11	No	97.00
	3	Si	89.67	7	Si	98.00	6	Si	97.50	2	Si	104.00
Preocupación moderada	2	No	118.5	5	No	125.60	1	No	111.00	5	No	131.20
	5	Si	130.4	2	Si	130.50	7	Si	130.86	3	Si	123.67
Preocupación extrema	3	No	168.33	6	No	159.67	2	Si	142.50	1	No	141.00
	6	Si	154.5	3	Si	158.00				1	Si	144.00

Total	5 4	137.5	54	142.88	46	124.25	46	119.75
--------------	--------	-------	----	--------	----	--------	----	--------

Nota. Elaboración propia

En este sentido, se puede apreciar predominancia de inactividad física, similar a la investigación de Duno y Acosta (2019) que menciona que, en su mayoría hay estudiantes inactivos con consumo de dieta mediterránea y con mayor tendencia a volumen corporal en el género masculino. Del mismo modo, estos resultados concuerdan con otras investigaciones, ya sea que conozcan su peso, tengan insatisfacción corporal o presenten una valoración negativa, las conductas no están encaminadas a generar acciones salutogénicas como la práctica de ejercicio constante, creación de plan nutricional y adopción de hábitos saludables (Cruzat-Mandich et al., 2017).

Adicionalmente, al comparar la insatisfacción corporal con las horas de actividad física entre semana las estudiantes de primer ciclo se mantienen en un intervalo de actividad entre 1 a 5 horas sin estar preocupadas 20 ($M=54.15$), seguido de preocupación leve 12 ($M=96.33$) y finalmente dentro del mismo intervalo, preocupación extrema 8 ($M=160.75$).

Por otro lado, las estudiantes de noveno ciclo se encuentran en el intervalo 1 a 5 horas de actividad física y refieren no estar preocupadas por su imagen corporal 20 ($M=61.70$), de forma similar, al percibir preocupación leve el rango de horas no se modifica 13 ($M=98.08$) y, por último, el intervalo 1 a 5 horas se mantiene cuando sienten preocupación moderada 7 ($M=126.86$). Por consiguiente, también se puede observar que existe una tendencia leve a aumentar el intervalo de horas de ejercicio a medida que aumenta la preocupación por la imagen corporal entre 5 a 10 horas, esto sucede en ambos grupos. Ver tabla 5

Tabla 5

Niveles de satisfacción corporal según las horas de actividad física

Niveles	1º ciclo			9º ciclo		
	Horas por semana	n	ME	Horas por semana	n	ME
No preocupada	1-5	20	54.15	1-5	20	61.70
	5-10	3	40.33	5-10	3	67.00
	10-40	1	73.00			
Preocupación leve	1-5	12	96.33	1-5	13	98.08
	5-10	1	99.00			
	10-40	1	90.00			
Preocupación moderada	1-5	7	127.00	1-5	7	126.86
				5-10	1	139.00
Preocupación extrema	1-5	8	160.75	1-5	1	141.00
	5-10	1	146.00	5-10	1	144.00
Total		54	104.10		46	94.00

Nota. Elaboración propia

En posición al hallazgo, este cobra relevancia al compararlo con la revisión sistemática de 126 artículos sobre la imagen corporal y actividad física, donde se reporta la baja correlación entre el nivel de actividad física y la percepción de la imagen corporal, sin embargo, dentro del mismo estudio se pudo diagnosticar que la insatisfacción corporal hace que los adolescentes practiquen ejercicio físico de manera excesivamente, olvidándose de las otras variables importantes para mantener una condición y aspecto saludable, este patrón puede ser explicado desde este estudio, a medida que aumenta la preocupación, aumenta el intervalo de horas de manera leve (Cabral dos Santos y Leal, 2017; Romo, 2014).

En este sentido, la baja tendencia en horas coincide con Práxedes et al. (2016) que menciona que las estudiantes universitarias no alcanzan con los 30 minutos de actividad física establecido por organismos internacionales, esto debido a falta de tiempo, miedo a lastimarse, falta de energía, pasar mucho tiempo redes, sumado a familia y amigos poco activos físicamente (Rubio y Varela, 2016; Trejo-Ortíz et al., 2016).

Percepción de insatisfacción corporal en estudiantes de Psicología

Finalmente, para dar respuesta al objetivo general que fue describir la percepción de la insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología, se identificó que a veces el 56.83% de los estudiantes se sienten molestas al hacer una valoración de su aspecto físico, el 55.67% menciona que se ha sentido avergonzada de su cuerpo, 54.67% refiere que suele compararse con otras mujeres a detalle hasta el punto de sentirse en desventaja por su aspecto físico, en este sentido, el 53.50% a veces evita utilizar ropa que resalte su figura corporal como, escotes, minifalda o descaderado.

A su vez, más del 40.00% refiere que es raro que se sientan mal al verse en el espejo, rara vez el hecho de comer dulces les hace sentirse gordas o a su vez muy poco han tenido que gritar y llorar por que se han sentido mal con su figura corporal. Con poca frecuencia evitan lugares en donde otras personas puedan ver su cuerpo como piscinas, playas, gimnasios.

Adicionalmente, entre el 33.37% y el 37.83% rara vez no asisten a reuniones sociales o sienten que no es justo que otras mujeres sean más delgadas, además, reportan que en muy pocas ocasiones se preocupan por la forma y proporción de nalgas, caderas, cintura y muslos, de hecho, raramente se desconcentran en sus actividades por el hecho de la rumiación en el aspecto corporal.

Por último, las estudiantes tanto de primer como de noveno ciclo refieren que nunca han sentido que ocupan demasiado espacio en el sofá o autobús cuando están compañía

(32.00%), del mismo modo, mencionan que nunca el hecho de comer incluso cantidades pequeñas de comida les hizo sentirse gordas. Por lo general, nunca evitan trotar a causa de que su carne se tambalea o se mueve como gelatina (31.00%), también el (21.50%) nunca a vomitado con la intención de sentirse más liviana, por último, 21.33% considera que nunca ha tomado laxantes para tener mayor satisfacción corporal Ver tabla 6.

Tabla 6

Interpretación del Factor 1-Insatisfacción corporal del cuestionario Body Shape

Insatisfacción corporal	Frecuencia	ME	%	
1. ¿Me siento molesta o enfadada al hacer un examen de mi aspecto físico?	A veces	3.41	56.83%	
20. ¿Me he sentido avergonzada de mi cuerpo?		3.34	55.67%	
12. El hecho de ver detalladamente la figura de otra mujer o mujeres, ¿me hizo compararme con ella o ellas y sentirme en desventaja por mi aspecto físico?		3.28	54.67%	
15. Evito utilizar ropas que resalten mi figura corporal? (escote, minifalda, descaderado)		3.21	53.50%	
31. ¿Evito situaciones en donde otras personas puedan detallar mi cuerpo? (piscinas, playas, gimnasios)	Raro	2.95	49.17%	
7. ¿Me he sentido tan mal con relación a mi figura corporal que tuve que gritar o llorar?		2.69	44.83%	
14. El estar desnuda (por ejemplo, al darme un banco) ¿me hizo sentir gorda o pasada de peso?		2.63	43.83%	
17. ¿El comer pastel, dulces u otras cosas con muchas calorías me hizo sentir gorda?		2.54	42.33%	
29. ¿Al ver mi imagen en el espejo me sentí mal con el estado de mi figura?		2.51	41.83%	
19. ¿Me he sentido excesivamente gruesa y rechoncha?		2.27	37.83%	
13. El hecho de pensar en mi figura ¿hace que me sea difícil concentrarme en otras cosas? (por ejemplo, mientras veía la televisión, leía o estudiaba)		2.21	36.83%	
3. ¿Pensé que mis nalgas, caderas, cintura o muslos eran demasiado “grandes” gordos con relación al resto de mi cuerpo?		2.19	36.50%	
10. ¿Me he sentido preocupada por la parte de mis muslos que quedan visibles al sentarme?		2.13	35.50%	
25. ¿Siento que no es justo que otras mujeres sean más delgadas que yo?		2.06	34.33%	
18. ¿No asistí a “rumbas” o reuniones sociales porque me sentí mal con mi figura?		2.02	33.67%	
11. El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida ¿me hizo sentir gorda?		Nunca	1.92	32.00%
27. ¿En compañía de otras personas, me siento preocupada por el hecho de ocupar demasiado espacio (estar entada en el sofá o asiento del autobús)?			1.92	32.00%
8. ¿Evité trotar a causa de que mi carne podía tambalearse o moverse como gelatina?			1.86	31.00%
26. ¿He vomitado con la intención de sentirme más liviana?	1.29		21.50%	
32. ¿Tomo laxantes buscando sentirme más liviana?	1.28		21.33%	

Nota. Elaboración propia

Estos resultados coinciden con el estudio de Rodríguez et al. (2018) que identifico que más del 50% presentan insatisfacción moderada con aspectos relacionados a la estética corporal y en menor proporción cifras bajas en empleo de vomito inducido y/o uso de laxantes para aumentar la satisfacción corporal. A su vez, estos resultados empatan con otras investigaciones que mencionan que las demandas del entorno influyen en la percepción de la imagen corporal, como por ejemplo la constante comparación y fijación por cambiar zonas inferiores o superiores del cuerpo (Molina et al.,2019).

Dicho de esta forma, resulta pertinente mencionar que una autovaloración negativa de la imagen corporal está ligada a conductas de riesgo como menos probabilidad de búsqueda de atención médica, menor uso de anticonceptivos y mayor consumo de sustancias (Blashill et al., 2016; Ramseyer, 2017; Ramseyer et al., 2018; Cepeda-Quintanar et al., 2019). Además, coincide en el estudio realizado en México, en el cual los resultados relevaron que existen riesgo de Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA) en sujetos con insatisfacción corporal, baja autoestima, inseguridad interpersonal, desajuste emocional, ascetismo y miedo a la madurez (Berengüi et al., 2016).

De esta forma, tener una valoración positiva contribuye a generar un estado de armonía, integridad y plenitud psicológica (Valle et al., 2019). De ahí que, es necesario evitar las comparaciones entre pares o con el grupo social para adquirir identidad (Hogue y Mills, 2019). Bajo esta lógica, es fundamental generar acciones salutogénicas para aumentar la autoeficacia ya que tiene una implicación directa con la sensación de satisfacción corporal, entre ellas es varios estudios recomiendan, el control y regulación del peso, consumo de frutas y verduras, prevención de conductas de riesgo como dietas restrictivas, y actividad física como estrategia para mejorar la salud (Fraile et al., 2019; Pallo y Rodríguez, 2017; Silva et al., 2019).

De acuerdo con Trujillo et al (2022) practicar ejercicio contribuye a generar sensación de bienestar psicológico y a su vez, ayuda a mantener una adecuada motivación para mantener una vida activa. En diversos estudios se ha mencionado que las mujeres dejan en segundo plano el ejercicio o alguna actividad física, mayormente mediante pretextos de la gestión del tiempo, capacidad de disfrute, cambio de estilo de vida al ingresar a la universidad o debido a una alta cantidad de horas de estudio y actividades domésticas (Blanco et al., 2019; González-Hernández, 2017).

Así mismo, al identificar la preocupación por el peso el 63.33% menciona que a veces siente temor de aumentar de peso y que dicha preocupación le hizo sentir que debía hacer ejercicio, el 57.00% indica que en ocasiones se siente más feliz con el estómago vacío, el 55.17% se preocupa por su aspecto físico que piensa de debe hacer dieta, el 54.67% se preocupa por si otras personas le ven « gordito o llantas » en cintura, cadera o estómago, el 51.50% la

sensación de llenura me hace sentir le hace sentir gorda y más del 50.00% a veces cuando está cerca de una persona delgada le hace tomar conciencia de su figura corporal y piensan que su piel o su carne no está lo suficientemente firme y tonificada.

Sumado a ello, el 49.00% raramente piensa su estado actual es debido a que no es capaz de controlarse a la hora de comer y que es raro que se pellizque zonas del cuerpo para ver cuanta grasa contiene. Además, el 45.17% menciona que no es común que tome conciencia de su cuerpo en compañía de otros. Siguiendo esta línea, más del 39.67% menciona que con baja frecuencia siente preocupación por la piel naranja o por tener celulitis. Para finalizar el 31.17% nunca ha considerado modificar algunas zonas de su cuerpo como barriga, muslos, nariz. Ver tabla 7.

Tabla 7

Interpretación del Factor 2-Preocupación por el peso del cuestionario Body Shape

Preocupación por el peso	Frecuencia	ME	%
9. ¿El hecho de estar junto a una mujer delgada me ha hecho tomar conciencia del estado de mi figura corporal? (comparación)		3.80	63.33%
34. ¿La preocupación acerca de mi figura me hizo sentir que debería hacer ejercicio?		3.68	61.33%
22. ¿Me siento más feliz con mi figura cuando mi estómago está vacío?		3.42	57.00%
2. ¿Me sentí tan preocupada por mi aspecto físico que pensé que debería hacer dieta?	A veces	3.31	55.17%
24. ¿Me siento preocupada si otras personas me ven gorditos o “llantas” en mi cintura, caderas o estomago?		3.28	54.67%
6. La sensación de “llenura” (por ejemplo, después de una comida abundante) ¿me ha hecho sentir gorda?		3.09	51.50%
9. ¿El hecho de estar junto a una mujer delgada me ha hecho tomar conciencia del estado de mi figura corporal? (comparación)		3.05	50.83%
5. ¿Me he sentido preocupada al sentir que mi piel o mi carne no era suficientemente firme y tonificada?		3.02	50.33%
23. ¿Pensé que la causa del estado de mi figura era debido a que no era capaz de controlarme a la hora de comer?		2.94	49.00%
30. ¿He pellizcado zonas de mi cuerpo para ver cuanta grasa contienen?		2.94	49.00%
33. ¿Tomé especial conciencia de mi figura estando en compañía de otras personas?	Raro	2.71	45.17%
21. ¿La preocupación acerca de mi figura me hizo ponerme a dieta?		2.45	40.83%
28. ¿Me siento preocupada porque se me formen hoyuelos en la piel (piel de naranja) o por tener celulitis?		2.38	39.67%
16. ¿He imaginado modificar algunas zonas de mi cuerpo? (barriga, muslos, nariz)	Nunca	1.87	31.17%

Nota. Elaboración propia

En función de estos hallazgos, se puede evidenciar que existe con mayor con frecuencia preocupación por el peso, tal es el caso del estudio realizado en Ricaurte, Azuay-Ecuador,

donde los participantes con sobrepeso y obesidad subestimar su índice de masa corporal y a su vez, a presentan insatisfacción corporal que se expresa en un bajo nivel educativo, respecto a estilos de vida saludable (Yamunaque et al., 2018).

En esta medida, el presente estudio concuerda con la investigación de la evaluación nutricional respecto a la autopercepción de la imagen corporal, encontrando que el 2,7% de los varones se ven más delgados de lo que son y el 37,8% se ven más gordos. Así mismo, el 11,6% de mujeres se ven más delgadas de lo que son y el 25,3% se auto perciben más gordas (Espín et al., 2020).

Finalmente, estos patrones de comportamiento y tendencia a la preocupación tienen un gran peso social y cultural, como lo establece Torres et al. (2019) que releva que la presión social de pares es importante en la evaluación de imagen corporal, por tal razón, los individuos están en la búsqueda constante de pertenencia hasta el punto de someterse a cambios corporales. Incluso estas medidas en ocasiones tienen más peso e importancia que la presión de los padres (Shroff y Thompson, 2006).

Conclusiones

En función de los hallazgos, la presente investigación puedo describir la percepción de la satisfacción de la imagen corporal en estudiantes del género femenino de primer y noveno ciclo destacando que existe un predominio bajo de insatisfacción en ambos grupos a nivel general, no obstante, también se evidenció un nivel de insatisfacción mayor en las estudiantes de primer ciclo. Esto se puede concluir en base al objetivo específico uno que buscó determinar la percepción de los niveles de insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología, en este sentido las estudiantes de primer ciclo perciben mayores niveles de preocupación extrema superiores a noveno ciclo, es decir por arriba del umbral establecido.

De forma similar al responder al objetivo específico dos que hace alusión a comparar la insatisfacción de las estudiantes de primer y noveno ciclo según las variables sociodemográficas: edad, estado civil, actividad física, horas de ejercicio y práctica de ejercicio, se concluyó que la edad puede tener relativas fluctuaciones dependiendo el ciclo y nivel de preocupación, a su vez el estado civil predominante corresponde a solteras, sin preocupación por imagen corporal, seguido de estudiantes en unión libre con niveles bajos y leves de preocupación corporal en ambos grupos. Por el contrario, estudiantes con estado civil casada pertenecientes a noveno ciclo perciben mayor insatisfacción corporal de manera moderada.

En este sentido, también se pudo identificar que a nivel general los niveles de preocupación por la imagen corporal ya sea que conozcan o no su peso, no incentiva a la actividad física, lo que puede ser contraproducente a una tendencia a aumentar los niveles de preocupación. Otra característica a destacar es referente a las estudiantes de noveno ciclo que a pesar de conocer su peso y no realizan actividad física, no presentan preocupación respecto a su imagen corporal. Adicionalmente al comparar con el intervalo de horas de actividad física existe una leve tendencia a aumentar el número de horas a medida que existe mayor preocupación.

Finalmente, al dar respuesta al objetivo general que buscó describir la percepción de la insatisfacción corporal de las estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología en el periodo académico septiembre 2023-febrero 2024. Se concluye que las estudiantes de primer y noveno ciclo pueden sentirse enfadadas al momento de valorar su imagen corporal, sentir vergüenza de partes o de todo su cuerpo, a veces suelen compararse con otras mujeres desvalorizando tu apariencia e incluso evitar utilizar prendas que expongan alguna o varias partes de su figura corporal.

De modo que, es común que sientan miedo a aumentar de peso de manera esporádica, tengan la necesidad de realizar ejercicio, realizar dietas restrictivas y/o poco nutricionales, adoptar conductas de riesgo como tener la sensación de felicidad al tener el estómago vacío y tener una fijación en zonas corporales como cintura, cadera, estomago, muslos, entre otros. En definitiva, dichas percepciones pueden estar vinculadas a creencias, cánones de belleza, alteraciones propias de algún tipo de trastorno de la conducta alimentaria con variación en la comorbilidad diagnóstica.

Recomendaciones y Limitaciones

Acorde al propósito de la investigación se recomienda continuar con la línea de investigación referente a la imagen corporal en estudiante universitarios dado al amplio campo sobre cómo las personas perciben y experimentan sus propios cuerpos. En este contexto, las recomendaciones deben guiarse por la necesidad de profundizar en aspectos específicos, explorar nuevas dimensiones entre ellos el impacto de redes sociales y medios de comunicación para llevar a cabo investigaciones que analicen cómo la exposición constante a ciertos estándares estéticos a través de los medios afecta la percepción del cuerpo. Este enfoque podría contribuir a comprender mejor cómo los mensajes mediáticos influyen en la construcción de ideales corporales y su impacto en la autoestima.

Asimismo, la presente investigación estima que es necesario explorar la diversidad cultural en la formación de la imagen corporal, en este sentido se deberá a futura considerar las variaciones culturales en las percepciones de la belleza y cómo estas influencias pueden diferir entre diferentes comunidades. Esto proporcionaría una comprensión más holística de la imagen corporal, trascendiendo las limitaciones de la generalización cultural. Además, al tratarse de una relevancia en salud mental, es pertinente cambiar el foco diagnóstico, por un proceso terapéutico de intervención centrado en análisis de programas de intervención, terapias cognitivo-conductuales u otras modalidades terapéuticas que contribuyan al desarrollo de estrategias efectivas para fomentar una imagen corporal positiva en el ámbito clínico y de salud mental.

A su vez, estos diseños pueden estar dirigidos a proyectos de promoción de salud mental en armonía multidisciplinaria entre facultades, en este sentido se abre una brecha para generar propuestas salutogénica dentro de los mismos establecimientos de las facultades como lo pueden ser cafeterías, tiendas, gimnasios y áreas de actividad física, lo cual representaría un avance en desarrollo sostenible en pro de una comunidad universitaria saludable que prioriza el bienestar general.

A pesar de la significativa contribución respecto a la comprensión de la imagen corporal en estudiantes universitarias, es fundamental reconocer algunas limitaciones que podrían ser objeto de estudio en futuras investigaciones. Por un parte, es crucial considerar más diversidad en términos de muestra, así como exploración de otras variables implicadas en la percepción del propio cuerpo. Por otra parte, una naturaleza metodológica puede haber influido en los resultados, por ello, se sugiere explorar otras metodologías como los son estudios cualitativos, cuasi experimentales, utilización de instrumentos validados en el

contexto, entre otras estrategias de diseño que permitan mejorar el amplio espectro de entendimiento en la temática.

En esta medida, otra de las limitaciones pudo haber sido la no exploración de variables como la alimentación, historia o antecedentes de algún trastorno de la conducta alimentaria y otras variables psicosociales que podrían servir de gran apoyo en la comprensión de la imagen corporal en futuras investigaciones.

En última instancia, esta investigación marca el inicio de un viaje continuo hacia una comprensión más completa de la imagen corporal en estudiantes universitarios. Al abordar las recomendaciones y superar las limitaciones señaladas, se podrá avanzar hacia estrategias más efectivas y personalizadas que contribuyan a la salud mental y el bienestar de la comunidad universitaria y, por extensión, poder impactar positivamente la vida de las personas y la sociedad.

Referencias

- Acón, S., Ballard, S., Montero, F., y Romero, M. (2019). Efectos psicosociales del uso de Facebook en la autoimagen y habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Pro Veritatem*, 5(5), 52-67. <https://revistas.uia.ac.cr/index.php/proveritatem/article/view/109/183>
- American Psychological Association [APA]. (2014). Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5).
- American Psychological Association [APA]. (2017). Ethical principles of psychologists and code of conduct. <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Argüello, L. y Romero, I. (2012). Trastorno de la imagen corporal. *Reduca Enfermería, Fisioterapia y Podología*. 4(1), 478-518 <https://revistareduca.es/index.php/reduca-enfermeria/article/view/1005>
- Asakereh, A., y Yousofi, N. (2018). Reflective Thinking, Self-Efficacy, Self-Esteem and Academic Achievement of Iranian EFL Students in Higher Education: Is there a Relationship? *International Journal of Educational Psychology*, 7(1), 68-89. <https://doi.org/10.17583/ijep.2018.2896>
- Baile, J. I. (2003). ¿Qué es la imagen corporal? *Cuadernos del Marqués de San Adrián: revista de humanidades*, (2), 53-70. <http://bit.ly/3TfxxbW>
- Berengüí, R., Castejón, M. y Torregrosa, M. (2016). Insatisfacción corporal, conductas de riesgo para trastornos de la conducta alimentaria en universitarios. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 7(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.02.004>
- Blanco, H., Díaz, A., Ornelas, M. y Mondaca, F. (2019). La autoeficacia en el cuidado de la salud en la predicción de la satisfacción con la vida. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación e Avaliação Psicológica*, 3(52), 53-65. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2711>
- Blanco, H., Jurado, P., Jiménez, C., Aguirre, S., Peinado, J. E., Aguirre, J. F., . . . Blanco, J. R. (2022). Influencia de la insatisfacción corporal y la actividad física en el bienestar psicológico de jóvenes mexicanas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 45, 259-267. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91097>

- Blanco, J., Ledezma, S., García, J., Vásquez, I., Contreras, O., Pando, V., y Vega, B. (2023). Actividad física, imagen corporal y bienestar psicológico en universitarios mexicanos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (47), 720-728. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8696560>
- Blanco, J., Soto, C., Benítez-Hernández, Z., Fernández, F. y Jurado, P. (2019). Barreras para la práctica de ejercicio físico en universitarios mexicanos comparaciones por género (Barriers for practicing physical exercise in Mexican university students: gender comparisons). *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* (36), 80-82. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67820>
- Blashill J., Tomasilli J., Biello K., O'Cleirigh C., Safren A. y Mayer H. (2016). Insatisfacción corporal entre hombres de minorías sexuales: resultados psicológicos y de salud sexual. *Archivos de conducta sexual*, 45, 1241–1247. doi:10.1007/s10508-015-0683-1
- Borowsky H., Eisenberg M., Bucchianeri M., Piran N. y Neumark-Sztainer D. (2015). Feminist identity, body image, and disordered eating. *Pubmed* (4):297-311. doi:10.1080/10640266.2015.1123986.
- Burke, N., Schaefer, L., Karvay, Y., Bardone-Cone, A., Frederick, D., Schaumberg, K., Klump, K., Anderson, D., y Thompson, K. (2021). Does the tripartite influence model of body image and eating pathology function similarly across racial/ethnic groups of White, Black, Latina, and Asian women? *Eating Behaviors*, 42, Artículo 101519. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.101519>
- Cabral dos Santos, M., y Leal, A. (2017). Nivel de actividad física y la percepción de la imagen corporal de estudiantes-una revisión sistemática. *Cienc. act. Fís (Talca, En línea)*, 61-72. <https://www.redalyc.org/journal/5256/525664809006/html/>
- Calderón-Mazzotti, I., y Cruz-Mendoza, E. (2022). Narrativas sobre dismorfia corporal en TikTok. Aiken. *Revista De Ciencias Sociales Y De La Salud*, 2(2), 31–46. <https://eamdq.com.ar/ojs/index.php/aiken/article/view/3>
- Cash, T. (2012). Cognitive-behavioral perspectives on body image T.F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance*. Academic Press (Elsevier), pp. 334-342. <https://doi/10.1016/B978-0-12-384925-0.00054-7>

- Cash, T. y Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. Guilford Press, (2) <https://bit.ly/470G064>
- Cash, T., Fleming, E., Alindogan, J., Steadman, L., y Whitehead, A. (2002). Beyond body image as a trait: The development and validation of the body image states scale. *Eating Disorders*, 10(2), 103-113. <https://doi.org/10.1080/10640260290081678>
- Cash, T., y Pruzinsky, E. (2002). Future challenges for body image theory, research, and clinical practice. In T. F. Cash, y T. Pruzinsky (Eds.). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 509-516). 2da ed. Guilford Press. <https://bit.ly/3Np8VcK>
- Castrillón, D., Luna, I., Montaña, I. L., y Avendaño, G. (2007). Validación del Body Shape Questionnaire (Cuestionario de la Figura Corporal) BSQ para la población Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(1), 15–23. <https://tinyurl.com/yc53j5wt>
- Cepeda-Quintanar, S., Sánchez-Castillo, S., Díaz-Suárez, A., y López Sánchez, G. F. (2019). Imagen corporal y estilo de vida (actividad física, dieta, alcohol y tabaco) de estudiantes de ciencias del deporte. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 5(3), 484-512. <https://doi.org/10.17979/sportis.2019.5.3.5508>
- Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F., Lizana-Calderón, P., Aravena-Winkler, M. y Haemmerli D. (2017). Diferencias en imagen corporal de jóvenes con normopeso y con sobrepeso/obesidad. *Nutrición Hospitalaria*, 34(4), 847-855. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.824>
- Da Silva, W., Costa, D., Pimenta, F., Maroco, J., y Campos, A. (2016). Psychometric evaluation of a unified Portuguese-language version of the Body Shape Questionnaire in female university students. *Cadernos de saude publica*, 32, e00133715. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00133715>
- Díaz, J., Martínez, A., Espinoza, F., Vizúete, C., Mier, A., Carate, S., y Becdach, A. (2017). Discriminación hacia las mujeres y su representación en medios de comunicación. Consejo de Regulación y Desarrollo de la Información y Comunicación 5 (253-384) ISBN: 978-9942-22-182-7. <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/56758.pdf>

- Duno, M., y Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista chilena de nutrición*, 46(5), 545-553. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000500545>
- Espín C., Perugachi I., Folleco J., y Proaño P. (2020). Evaluación Nutricional y autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de la Universidad Técnica del Norte. Ecuador: Nutritional assessment and body image self-perception in “Técnica del Norte” University students, Ecuador. *lauinvestiga*: <https://revistasoj.s.utn.edu.ec/index.php/lauinvestiga/article/view/488>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fraile, J., Tejero, C., Esteban, I., y Veiga, Ó. (2019). Asociación entre disfrute, autoeficacia motriz, actividad física y rendimiento académico en educación física. *Retos*, 2(32), 58-63. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.63035>
- Fredrickson, B., y Roberts, T. (1997). Toward understanding women’s lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Gaeta, M., y Cavazos, J. (2017). Autoconcepto físico y académico en niños de contextos marginados en México. *Revista electrónica de investigación educativa*, 19(2), 114-124. <https://doi.org/10.24320/redie.2017.19.2.604>
- García, R., Canuto, I., y Cebrián, A. (2019). Alta capacidad y género: la autoestima como factor influyente en las diferencias entre sexos. *Contextos Educativos*, (24), 77-93. <https://doi.org/10.18172/con.3934>
- Ghahremani, L., Hemmati, N., Kaveh, M., y Fararoei, M. (2018). Effects of an educational intervention targeting body image on self-esteem of Iranian high-school students: a quasi-experimental trial. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 1, 59-66. doi: 10.12740/APP/81549.
- Gómez-Mármol, A., Sánchez-Alcaraz, B., Molina-Saorín, J., y Bazaco, M. (2017). Violencia Escolar y Autoimagen en Adolescentes de la Región de Murcia (España). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 17(68), 677-692. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54254647007.pdf>

- González G, G. (2019). Comunicación en salud: conceptos y herramientas. *Política, políticas y sociedad: cuadernos de trabajo (2)* <https://repositorio.ungs.edu.ar/handle/UNGS/776>
- González, G., Martínez, M., y García, J. (2019). Desigualdad socioeconómica y salud mental en adolescentes de Cuenca, Ecuador. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 36(3), 559-566.
- González-Hernández, J., López-Mora, C., Portolés-Ariño, A., Muñoz-Villena, A., y Mendoza-Díaz, Y. (2017). Psychological Well-Being, Personality and Physical Activity. One Life Style for the Adult Life. *Acción Psicológica*, 14(1), 65-78. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.14.1.19>
- Halliwell, J., Tylka, T., y Slater, A. (2017). Adapting the Body Appreciation Scale-2 for Children: A psychometric analysis of the BAS-2C. *Body Image*, 21, 97- 102. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.03.005>.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana. ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
- Hogue, J., y Mills, J. (2019). The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body Image*, 28, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.11.002>.
- Hou, L., Li, Q., Jiang, L., Qiu, H., Geng, C., Hong, J. S., Li, H., y Wang, Q. (2018). Hypertension and Diagnosis of Parkinson's Disease: a meta-analysis of cohort Studies. *Frontiers in Neurology*, 9(3), 1-9. 70 <https://doi.org/10.3389/fneur.2018.00162>
- Ibarra, E., y Jacobo, H. (2016). La evolución del autoconcepto académico en adolescentes. *Revista mexicana de investigación educativa*, 21(68), 45-70. <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v21n68/1405-6666-rmie-21-68-00045.pdf>
- Lara, C. y Nieto M. (2019). Percepción de la imagen corporal en mujeres de 25 años del municipio de Ponedera (Atlántico). *Biociencias*, 14(2), 95-108. <https://doi.org/10.18041/23900512/biociencias.2.6025>
- Levens, M. (2011). [OEA]. La desigualdad en la Educación en las Américas: Trabajando para crear oportunidades educativas para todos. *Organización de Estados Americanos*.

- [OEA]. *Desigualdad e inclusión social en las Américas*, 14, 191-213. <https://www.oas.org/docs/desigualdad/libro-desigualdad.pdf>
- Marín A., y Restrepo, S. (2016). La influencia de factores psicológicos como autoestima, autoconcepto y autoeficacia en el rendimiento académico en adolescentes. *Revista electrónica PSYCONEX*, 8(13),1-11. <https://bit.ly/41eYxu0>
- Mideros, A. (2022, marzo 16). *La desigualdad en Ecuador y la indiferencia frente a ella*. Primicias. <https://www.primicias.ec/noticias/firmas/desigualdad-ecuador-falta-opportunidades-jovenes/>
- Molina, J., Izquierdo, D., Navarrón, E., González, J., y Ceballos, I. (2019). Percepciones corporales y satisfacción corporal y su relación con distintas zonas del cuerpo. In BIAH 2018. International Congress of Body Image & Health 6, 7 y 8 de junio de 2018: Libro de actas (p. 245). Editorial Universidad de Almería (edual). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8317364>
- Organización Mundial de la Salud (2021) Clasificación Internacional de Enfermedades, undécima revisión (CIE-11) <https://icd.who.int/browse11>.
- Paitán, H., Mejía, E., Ramírez, E., y Paucar, A. (2014). Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis. Ediciones de la U. <http://librodigital.sangregorio.edu.ec/librosusgp/B0028.pdf>
- Pallo, C. y Rodriguez, M. (2017). Relación entre la frecuencia de consumo de frutas y verduras, actividad física con el nivel de estrés académico en estudiantes del Instituto Tecnológico Superior Vida Nueva, Quito-Ecuador, 2016. *Revista de Investigación Universitaria* 5 (2) <https://doi.org/10.17162/riu.v5i2.974>
- Papalia, D. E., Martorell, G., y Estévez Casellas, C. (2017). Desarrollo humano (13a ed.). McGraw Hill. ISBN-13978-6071509338
- Pérez-Bustinzar, A., Valdez-Aguilar, M., Rojo Moreno, L., Radilla-Vázquez, C., y Barriguete-Meléndez, J. (2023). Influencias socioculturales sobre la imagen corporal en pacientes mujeres con trastornos alimentarios: un modelo explicativo. *Psychology, Society & Education*, 15(2), 1-9. <https://doi.org/10.21071/psye.v15i2.15608>

- Ponton-Cevallos, J. (2016). Entre el cuerpo y la publicidad: tensiones de la feminidad en el Ecuador. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, (19), 20-33. <https://relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/378>
- Práxedes, A., Sevil, J., Moreno, A., del Villar, F., y García-González, L. (2016). Niveles de actividad física en estudiantes universitarios: diferencias en función del género, la edad y los estados de cambio. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1),123-132 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311143051014>
- Ramseyer V. (2017). Hacia una comprensión relacional de la cosificación, la imagen corporal y la salud sexual preventiva. *Diario de Sexualidad. Investigación*, 54, 341–350. doi:10.1080/00224499.2016.1190807
- Ramseyer V., Gillen M., y Kennedy K. (2018). Asociaciones entre la apreciación del cuerpo y la comodidad al comunicar sobre sexo: un breve informe. *Comunicación sanitaria*, 33, 359–362. doi:10.1080/10410236.2016.1255845
- Rodríguez, C., Galarza, A., Pesantez, X., y Tapia, E. (2018). Insatisfacción corporal en adolescentes de primero de bachillerato del colegio “Herlinda Toral” durante el periodo 2016-2017. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20(3), 211-232. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173m.pdf>
- Romo, G. (2014). *Insatisfacción corporal y las habilidades sociales en los alumnos de los octavos años del Colegio González Suárez* (Bachelor's thesis). <https://bit.ly/3RdwUNg>
- Rubio, R. y Varela, M. (2016). Barreras percibidas en jóvenes universitarios para realizar actividad física. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42(1),61-69. ISSN: 0864-3466. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21444931007>
- Santos-Morocho J. (2022) Psicopatología de la imagen corporal. Definiciones, alteraciones, teorías y evaluación. *Ciencia Latina*, (1), 15-19. doi: https://doi.org/10.37811/cli_w731
- Secretaría Nacional de Planificación. (2021). Plan de Creación de Oportunidades 2021-2025. Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. Quito, Ecuador. <https://www.planificacion.gob.ec/plan-de-creacion-de-oportunidades-2021-2025/>
- Shroff, H., y Thompson, J. K. (2006). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image*, 3(1), 17-23. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.10.004>

- Silva, C., Fernández, N. y Rodríguez, N. (2019). Depresión, ansiedad y autoeficacia para bajar de peso en mujeres en tratamiento nutricional. *Psicología y Salud*, 29(1), 41-49 <https://doi.org/10.25009/pys.v29i1.2567>
- Thompson, K. Coovert, D., y Stormer, S. (1999). Body image social 80 comparison and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation. *International Journal of Eating Disorders*, 26(1), 43-51. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X)
- Torres, B., Jiménez, L., Barrazueta, P., y Ordóñez, K. (2020). Los estereotipos y la representación de género en la publicidad ecuatoriana. *Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologías de Informação*, (E26), 335-347. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/los-estereotipos-y-la-representación-de-género-en/docview/2385373051/se-2>.
- Torres, S., Valarezo, A., Andrade, D., y Pastor, F. (2019). Formas de presión social e imagen corporal de adolescentes. Un estudio realizado con estudiantes de colegios de la ciudad de Loja-Ecuador. *REVISTAS DE INVESTIGACIÓN*, 42(93). <https://revistas-historico.upel.edu.ve/index.php/revinvest/article/view/7509>
- Trejo-Ortiz, P., Mollinedo, F., Araujo, R., Valdez-Esparza, G., y Sánchez, M. (2016). Hábitos de actividad física y cánones de imagen corporal en estudiantes universitarios. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32(1), 72-82. <https://bit.ly/48c703p>
- Valle, M., Beramendi, M., y Delfino, G. (2019). Bienestar psicológico y social en jóvenes universitarios argentinos. *Revista de Psicología*, 7(14), 7-26. revistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/2469
- Yamunaque, L., Abril-Ulloa, V., Peláez, A., y Rojas, P. (2018). Subestimación del índice de masa corporal a través de la autopercepción de la imagen corporal en sujetos con sobrepeso y obesidad. *Archivos Venezolanos de farmacología y terapéutica*, 37(3), 235-240. <https://www.redalyc.org/journal/559/55963208010/html/>

Anexos

Anexo A

Cuestionario de Imagen Corporal

A. DATOS PERSONALES									
A continuación, responda a las siguientes preguntas:									
Edad: (Años)			Ciclo en el que estudia:						
_____			_____						
B. ESTADO CIVIL									
Indique con una « X » su estado civil actual:									
Soltera	<input type="checkbox"/>	Casada	<input type="checkbox"/>	Viuda	<input type="checkbox"/>				
Divorciada	<input type="checkbox"/>	Unión libre	<input type="checkbox"/>	Divorciada	<input type="checkbox"/>				
C. ACTIVIDAD FISICA									
Marque con una « X » e indique la frecuencia de actividad física:									
¿Practica algún deporte?			¿Cuántas horas de ejercicio realiza a la semana?						
Si	<input type="checkbox"/>	No	<input type="checkbox"/>	_____					
D. CUESTIONARIO DE									
Seleccione con una « X » la frecuencia con la cual se identifica:									
1= Nunca	2= Es raro	3= A veces	4= A menudo	5= Muy a menudo	6= Siempre				
Preguntas <i>Recuerde: No hay respuestas correctas o erróneas.</i>				Nunca	Es raro	A veces	A menudo	Muy a	Siempre
1. ¿Me siento molesta o enfadada al hacer un examen de mi aspecto físico?									
2. ¿Me sentí tan preocupada por mi aspecto físico que pensé que debería hacer dieta?									
3. ¿Pensé que mis nalgas, caderas, cintura o muslos eran demasiado "grandes" gordos con relación al resto de mi cuerpo?									
4. ¿Sentí temor a volverme gorda o a empezar a aumentar de peso?									
5. ¿Me he sentido preocupada al sentir que mi piel o mi carne no era suficientemente firme y tonificada?									
6. La sensación de "llenura" (por ejemplo, después de una comida abundante) ¿me ha hecho sentir gorda?									
7. ¿Me he sentido tan mal con relación a mi figura corporal que tuve que gritar o llorar?									
8. ¿Evité trotar a causa de que mi carne podía tambalearse o moverse como gelatina?									
Preguntas <i>Recuerde: No hay respuestas correctas o erróneas.</i>				Nunca	Es raro	A	A	Muy a	Siempr

9. ¿El hecho de estar junto a una mujer delgada me ha hecho tomar conciencia del estado de mi figura corporal? (comparación)						
10. ¿Me he sentido preocupada por la parte de mis muslos que quedan visibles al sentarme?						
11. El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida ¿me hizo sentir gorda?						
12. El hecho de ver detalladamente la figura de otra mujer o mujeres, ¿me hizo compararme con ella o ellas y sentirme en desventaja por mi aspecto físico?						
13. El hecho de pensar en mi figura ¿hace que me sea difícil concentrarme en otras cosas? (por ejemplo, mientras veía la televisión, leía o estudiaba)						
14. El estar desnuda (por ejemplo, al darme un baño) ¿me hizo sentir gorda o pasada de peso?						
15. Evito utilizar ropas que resalten mi figura corporal? (escote, minifalda, descaderado)						
16. ¿He imaginado modificar algunas zonas de mi cuerpo? (barriga, muslos, nariz)						
17. ¿El comer pastel, dulces u otras cosas con muchas calorías me hizo sentir gorda?						
18. ¿No asistí a “rumbas” o reuniones sociales porque me sentí mal con mi figura?						
19. ¿Me he sentido excesivamente gruesa y rechoncha?						
20. ¿Me he sentido avergonzada de mi cuerpo?						
21. ¿La preocupación acerca de mi figura me hizo ponerme a dieta?						
22. ¿Me siento más feliz con mi figura cuando mi estómago está vacío?						
23. ¿Pensé que la causa del estado de mi figura era debido a que no era capaz de controlarme a la hora de comer?						
24. ¿Me siento preocupada si otras personas me ven gorditos o “llantas” en mi cintura, caderas o estómago?						
25. ¿Siento que no es justo que otras mujeres sean más delgadas que yo?						
26. ¿He vomitado con la intención de sentirme más liviana?						
27. ¿En compañía de otras personas, me siento preocupada por el hecho de ocupar demasiado espacio (estar entada en el sofá o asiento del autobús)?						
28. ¿Me siento preocupada porque se me formen hoyuelos en la piel (piel de naranja) o por tener celulitis?						
Preguntas Recuerde: No hay respuestas correctas o erróneas.	Nunca	Es raro	A veces	A menudo	Muy a	Siempre
29. ¿Al ver mi imagen en el espejo me sentí mal con el estado de mi figura?						
30. ¿He pellizcado zonas de mi cuerpo para ver cuanto grasa contienen?						

31. ¿Evito situaciones en donde otras personas puedan detallar mi cuerpo? (piscinas, playas, gimnasios)						
32. ¿Tomo laxantes buscando sentirme más liviana?						
33. ¿Tomé especial conciencia de mi figura estando en compañía de otras personas?						
34. ¿La preocupación acerca de mi figura me hizo sentir que debería hacer ejercicio?						

*El cuestionario fue adaptado de manera online a google forms (URL)
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdTtSGpHI0VDEilHyFWNqBIMqRY5q4dV3mN9ID5ya8TcwYZ1w/viewform>

Anexo B

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Percepción de la imagen corporal en estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología, periodo septiembre 2023 – febrero 2024.

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal (IP)	Gabriel Alexander Saquipay Lojano	0107329757	Universidad de Cuenca

¿De qué se trata este documento?

De la manera más comedida y respetuosa le invitamos a usted a participar en este estudio que busca "Describir la percepción de la imagen corporal de los estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología periodo febrero 2023-marzo 2024". En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

La percepción de la imagen corporal puede tener una influencia significativa en varios aspectos de la vida de una persona, incluyendo su salud mental, emocional y física. La percepción que se tenga de la imagen corporal afecta la vida de un adolescente en muchas maneras, la relación con los otros, los sentimientos de autoestima, los sentimientos de autoconfianza, las relaciones sexuales y las relaciones sociales, por tal motivo, creemos que es necesario indagar información sobre la percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios, ya que al ser un tema invisibilizado en varios contextos no se ha estudiado sobre las implicaciones de la exclusión en términos de imagen corporal, además de los impactos psicológicos que esta segregación pueda ocasionar

Objetivo del estudio

Este estudio tiene el objetivo de Describir la percepción de la imagen corporal de los estudiantes de primer y noveno ciclo de la Facultad de Psicología periodo académico de septiembre 2023 - febrero 2024.

Descripción de los procedimientos

- Se llegará a un acuerdo con los docentes y se solicitará un espacio en el cual los estudiantes puedan llenar el cuestionario de la figura corporal "BSQ".
- Los estudiantes serán evaluados de manera presencial en la Universidad de Cuenca a través del instrumento ya mencionado mediante una adaptación del cuestionario en línea.
- Los resultados de estas pruebas serán utilizados para describir la percepción de la imagen corporal. Así mismo, los datos obtenidos de estas pruebas serán utilizados solamente para la elaboración de artículos científicos con el fin de comunicar a la comunidad científica sobre nuestros hallazgos.
- Por último, cabe mencionar que durante todo el proceso de investigación y aplicación del instrumento se mantendrá el anonimato. Por este motivo, a cada estudiante se le asignará un código para identificar su participación.

Riesgos y beneficios

Los beneficiarios directos serán los estudiantes los cuales gracias a los resultados obtenidos podrán beneficiarse de proyectos, talleres, etc., enfocados en la prevención y cuidado de la percepción propia de la imagen corporal y salud mental. Dentro del estudio no existen riesgos sobre vulnerabilidad de la información personal puesto que, dentro del estudio no se recolectará información personal referente a los participantes.

Otras opciones si no participa en el estudio

En caso de que no decida participar en este estudio no existe ningún compromiso de su parte ni se tomará ninguna represalia ni acto que afecte el bienestar físico y psicológico del participante.

Derechos de los participantes

Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara.
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas.
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio.
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted.
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento.
- 6) El respeto de su anonimato (confidencialidad).
- 7) Que se respete su intimidad (privacidad).
- 8) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten.
- 9) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0991023944 que pertenece a Alexander Saquipay o envíe un correo electrónico a: alexander.saquipay@ucuenca.edu.ec

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombres completos del/a participante	Firma del/a participante	Fecha
Directora	Firma del testigo	Fecha
Investigador Principal	Firma del/a investigador/a	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Ismael Morocho Malla, Presidente del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: ismael.morocho@ucuenca.edu.ec