

■ “Cómo me percibo y cómo me gustaría ser”: un estudio sobre la imagen corporal de los adolescentes mexicanos

Rosalinda Guadarrama-Guadarrama, Julio C. Hernández-Navor, & Marcela Veytia-López
Universidad Autónoma del Estado de México, México

Resumen

En las diferentes épocas y sociedades de la historia humana se han establecido diferentes cánones de belleza que deben ser alcanzados, fomentando una mayor preocupación por la imagen corporal (IC). El objetivo de la presente investigación fue comparar la IC que perciben (IC percibida) y la que les gustaría tener (IC deseada) en una muestra de adolescentes de México. Participaron 635 estudiantes de preparatoria entre 15 y 16 años (367 mujeres y 268 hombres) de la ciudad de Toluca, Estado de México, en México. Se evaluó la IC percibida y su IC deseada de los participantes mediante siluetas corporales y autoinforme en el momento de la evaluación. Los resultados indican que existe una discrepancia entre la IC percibida y la IC deseada en este colectivo. Esta discrepancia fue mayor en las mujeres ($d = .53$) con respecto a los hombres ($d = .45$), lo que sugiere que ellas podrían estar más insatisfechas con su IC que ellos. Además se observaron discrepancias entre la IC percibida y deseada de algunas partes del cuerpo. Las mujeres mostraron discrepancia entre la cintura y estómago percibidos y los que quisieran tener ($d = .55$). Sin embargo, los hombres difirieron en su constitución corporal ($d = .55$) y en los glúteos ($d = .54$). Estos resultados sugieren la necesidad de realizar actividades de reeducación con los adolescentes para promover su salud física y mental.

Palabras clave: imagen corporal; adolescentes; características corporales; México.

Abstract

“How do I perceive myself and how I would like to be”: A study on the body image of Mexican adolescents. In the different times and societies of human history different images of beauty have been established that must be attained, fostering a greater preoccupation with body image (BI). The objective of the present research was to compare the BI that are perceived by adolescents (perceived BI) and which they would like to have (desired BI) in a sample of adolescents in Mexico. A total of 635 high school students aged 15-16 (367 were women and 268 were men) participated from the city of Toluca, State of Mexico, in Mexico. Participants' perceived BI and desired BI were evaluated by silhouettes test and other self-report measures at the time of the evaluation. The results indicated that there is a discrepancy between the perceived BI and the desired BI in this population. This discrepancy was greater in women ($d = .53$) compared to males ($d = .45$), which suggest that females may feel more dissatisfied with their BI than men are. In addition, there were discrepancies between the perceived and desired BI of some parts of the body. Women showed discrepancy between the waist and stomach that they perceive and those that they wished to have ($d = .55$). Nevertheless, discrepancies in men were in their body constitution ($d = .55$) and in the buttocks ($d = .54$). These results suggest the need to perform re-education activities to promote adolescents' physical and mental health.

Keywords: body image; adolescents; body characteristics; Mexico.

Los diferentes estándares de belleza que se han establecido con el paso del tiempo en las diferentes sociedades y épocas hacen que la imagen corporal (IC) se convierta en una forma de pertenencia y prioridad para los seres humanos, y han contribuido a una mayor preocupación hoy en día por el aspecto físico y conseguir el ideal sociocultural corporal vigente (Míguez, De la Montaña, González, & González, 2011; Muñoz, 2014; Vaquero,

Alacid, Muyor, & López, 2013). Dicha preocupación por la apariencia física y el culto que se le da al cuerpo se mantiene más o menos constante a lo largo de la vida (Rodríguez & Cruz, 2006), atendiendo al tamaño, medida, forma y peso, bien del cuerpo en su totalidad o en sus distintas partes (García, 2004). Estas características están asociadas con la representación mental que cada individuo crea con relación a sí mismo, y engloba pensamientos,

Correspondencia:

Rosalinda Guadarrama-Guadarrama.
Universidad Autónoma del Estado de México.
Calle Jesús Carranza 205, Universidad, 50130, Toluca de Lerdo, México.
E.mail: rossyigma@hotmail.com

valoraciones y sentimientos. Esto convierte a la IC en un constructo complejo de abordar, al incluir la percepción de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, así como, función, movimientos y limitaciones (Ortega, 2016; Raich, 2001).

Raich (2001) y Salazar (2008) definen la IC como una representación mental constituida a partir del tamaño, figura y forma del cuerpo. Donaire (2011) señala que dicha representación mental se fundamenta en tres aspectos: 1) las medidas que se le atribuye al propio cuerpo, 2) los pensamientos, sentimientos y valoraciones que provoca la imagen de su cuerpo al propio individuo, y 3) las acciones que realiza el individuo de acuerdo a su autopercepción. La IC está determinada por los hechos externos e internos que entran en un proceso de valoración en cuanto a la interacción que se tenga con el contexto. En este sentido, cada cultura tiene sus estándares de belleza, lo que hace que la IC no sea un aspecto inamovible y cambie a lo largo de los años (Vaquero et al., 2013).

Por otra parte, el género juega un papel importante en la IC y es percibida de diferente forma entre hombres y mujeres (Rodríguez, 2012). Por ejemplo, en las mujeres se valora de manera positiva la delgadez, se espera que tengan caderas anchas, piernas largas, pechos grandes y cuerpos tonificados, mientras que en los hombres se valora la ganancia de peso y musculatura (Rocha, 2009; Salazar, 2007; Vázquez, López, Álvarez, Franco, & Mancilla, 2004).

Una de las poblaciones más proclive a presentar mayor preocupación por la imagen corporal son los adolescentes (Rodríguez & Cruz, 2006). La adolescencia es un periodo de transición y adaptación psicosocial (niñez-adulto) en el que se dan numerosos cambios físicos, psicológicos y comportamentales que comienzan en la pubertad (Coleman & Hendry, 2003; Nieto, 2013). En esta etapa el adolescente se autodefine, se autodescubre y se autocrea, tanto sexual como genéricamente. Estos procesos son el resultado de las transformaciones físicas y cambios hormonales que modifican la estructura corporal, y repercuten en la estatura, el peso, la forma de las partes que conforman el cuerpo y la presencia o ausencia de determinados atributos (Casas & Ceñal, 2005; UNICEF, 2013).

Es relevante el estudio de la IC durante la adolescencia puesto que permite conocer cómo se perciben tanto hombres como mujeres, las opiniones, las actitudes y los estándares impuestos socialmente, que a su vez están modulados por la autoimagen física (Bernal, 1998). La IC está muy relacionada con la salud mental del adolescente. Investigaciones recientes como la de Cruzat-Mandich, Díaz-Castrillón, Lizana-Calderón y Castro (2016) han señalado que una IC negativa puede ser el desencadenante no sólo de trastornos de la conducta alimentaria, también de un bajo estado de ánimo y alteraciones psicológicas, como son la baja autoestima, la depresión, la ansiedad y la ideación suicida (Guadarrama, Carrillo, Márquez, & Hernández, 2014).

Diversos estudios han examinado el efecto de la percepción corporal en adolescentes y las diferencias de género (Cocca, Blanco, Peinado, & Viciano, 2016; Cruzat-Mandich et al., 2016; Oliva-Peña et al., 2016; Oliveira & Parra, 2014). Por ejemplo, Gómez, Sánchez y Mahedero (2013) observaron que la insatisfacción con la IC es superior en los hombres (3.94 ± 2.68) que en las mujeres (2.27 ± 1.73), aunque de manera no significativa ($p = .07$). En base a estos resultados, los autores concluyeron que no existe gran diferencia en la insatisfacción con la IC entre ambos géneros. Ramos, Rivera y Moreno (2010), en un estudio con 21,811 adolescentes de España examinaron las diferencias entre chicos y chicas adolescentes en variables clave de autoimagen. Estos autores encontraron que el 22.16% de los chicos – frente al 13.86% de las chicas – se percibían

en mayor proporción como un poco o demasiado delgados. Por su parte, Lagos, Quilodrán y Viñuela (2012) evaluaron el grado de insatisfacción corporal por género. Observaron que los hombres (21.74%) presentan en mayor proporción más insatisfacción con su IC que las mujeres (15.91%). Los hombres deseaban que su masa muscular fuera mayor y las mujeres que su peso fuera inferior al que presentaban. Estos resultados son consistentes con otros estudios mexicanos, como el de Cruz, Ávila, Cortés, Vázquez y Mancilla (2008), que informan de una mayor proporción de insatisfacción corporal en hombres con respecto a las mujeres en una muestra de 111 estudiantes con una edad media de 20 años.

En México existe una importante preocupación por el aspecto corporal. Tener una figura esbelta se valora de forma positiva y ejerce mayor presión en las mujeres en comparación con los hombres (Cocca et al., 2016). Sin embargo, a ellos se les exige cada vez más que cumplan con determinadas características como ser altos, fuertes, tener una espalda ancha, el pecho musculoso y los bíceps desarrollados (Pérez-Gil, Mosqueda, & Romero, 2012). En este sentido, es relevante atender a las presiones relacionadas con rol del género (Gómez, 1997). La feminidad se considera variable determinante en trastornos de la conducta alimentaria, cuyo principal síntoma es la insatisfacción corporal (Cocca et al., 2016; Limiñana, 2013).

Por lo tanto, el estudio de la IC es especialmente relevante en el ámbito de la prevención de trastornos de la conducta alimentaria (Mariscal, 2013; Salazar, 2008), enfermedades crónicas como obesidad, diabetes mellitus y dislipidemias (Sevilla, Vázquez, & García, 2013), e incluso la ideación suicida, muy específicamente las autolesiones (Guadarrama et al., 2014). Autores como Cruzat-Mandich et al. (2016) reportan en un estudio con adolescentes y jóvenes adultos que el 53% tenía antecedentes de sobrepeso en la familia y un 46.8% antecedentes de diabetes mellitus. Por esto la insatisfacción corporal se considera un factor de riesgo para desarrollar estas enfermedades.

El número de investigaciones sobre insatisfacción corporal y factores asociados en muestras latinoamericanas son insuficientes (Cruzat-Mandich et al., 2016). La escasa evidencia científica indica que tan insatisfechos están con su figura los hombres como las mujeres adolescentes (Cocca et al., 2016; Fernández-Bustos, González-Martí, Contreras, & Cuevas, 2015; Oliva-Peña et al., 2016; Oliveira & Parra, 2014). Sin embargo, muchos no exploran la imagen corporal que les gustaría tener. Por ello, el objetivo de este estudio fue comparar la IC que perciben y la que les gustaría tener a los hombres y las mujeres adolescentes de México. Mediante este estudio preliminar se pretenden generar estrategias de intervención encaminadas a la re-educación de la imagen corporal. Este estudio se fundamenta en otros previos (Baile, Guillén, & Garrido, 2002) que señalan que, tener mayor insatisfacción corporal es el resultado de un proceso mental y cultural derivado de la comparación, autoevaluación y auto rechazo de los estándares sociales corporales con respecto al mismo cuerpo. En base a los estudios previos revisados, se hipotetiza que la imagen percibida será diferente a la imagen deseada en los adolescentes mexicanos. Se espera encontrar discrepancias entre la IC percibida y deseada de partes específicas del cuerpo con el fin de cumplir con el modelo estético corporal que se impone de manera social a los hombres y a las mujeres. Además se considera que las mujeres estarán más insatisfechas con su imagen corporal percibida y la deseada que los hombres.

Método

Participantes

La muestra de estudio fue no probabilística e intencional. Se contó con la participación voluntaria de 635 estudiantes de 4 escuelas preparatorias públicas – equivalente a 4º de ESO en España – de la ciudad de Toluca, Estado de México, México. La media de edad de los participantes fue 15.28 ($DT = .45$). Del total, 268 fueron hombres ($M_{edad} = 15.29$; $DT = .45$) y 367 fueron mujeres ($M_{edad} = 15.26$; $DT = .44$). Los participantes y sus padres fueron informados por escrito sobre el objetivo del estudio, mediante el consentimiento y asentimiento informado. Sólo participaron los estudiantes que contaban con previa autorización de sus padres y que a su vez ellos mismos ratificaron su consentimiento para participar.

Instrumentos

Se empleó el Cuestionario sobre la Imagen Corporal de Colás y Castro (2011), diseñado para evaluar la imagen corporal en adolescentes. La prueba está diseñada sobre dos diferenciales semánticos. El primero de índole gráfica, que consta de un reactivo con siete figuras corporales – uno específicamente para hombres y otro para mujeres – que va de la delgadez extrema hasta la obesidad. El segundo de índole textual que evalúa la percepción de las partes corporales (8 partes específicas) con siete opciones de respuesta de mucho a mucho. Por ejemplo, mi imagen corporal general es delgada vs. gorda. Las propiedades psicométricas del cuestionario para población mexicana fueron adecuadas. El alpha de Cronbach fue de .83 y explica el 47.11% de la varianza con un solo factor. En la aplicación se duplicaron los diferenciales semánticos, con la variante de que en el primero eligieran la figura que correspondía con su IC percibida, y en el segundo señalara la IC que le gustaría tener. Los datos sociodemográficos fueron recogidos mediante una encuesta en las que se les preguntaba por el sexo, edad, peso percibido y estatura percibida.

Procedimiento

Se acudió a las instalaciones de las preparatorias con el objetivo de hablar con las autoridades educativas para explicarles los objetivos de la investigación, comentarles los alcances y beneficios académicos. Se obtuvo una respuesta satisfactoria por parte de las autoridades, y se contactó con los orientadores de los grupos de segundo semestres de ambos turnos (matutinos y vespertinos) para comenzar a hacer sesiones informativas con los alumnos. Se les mencionó que la participación en la investigación era voluntaria, que no existían riesgos físicos y psicológicos al participar en la investigación. Se les informó sobre la confidencialidad de sus datos y que sólo serían para uso científico. El consentimiento y asentimiento fue firmado por los padres y los adolescentes que participaron en el estudio. La aplicación de los instrumentos fue de manera grupal ($N = 40$ alumnos por grupo) dentro de las instalaciones de las diferentes preparatorias durante el horario académico. Las indicaciones fueron verbales y se resolvieron las dudas que surgieron. Este proyecto de investigación fue avalado por el Comité de Ética del Centro de Investigación en Ciencias Médicas de la Universidad Autónoma del Estado de México, México.

Análisis de datos

Los datos fueron procesados con el paquete estadístico SPSS v.17. Con el objetivo de comparar la IC que se percibe y la que se desea

tener se empleó la prueba estadística t de Student para muestras relacionadas a un nivel de significancia $< .05$. Posteriormente se calculó el tamaño del efecto mediante la d de Cohen (1988).

Resultados

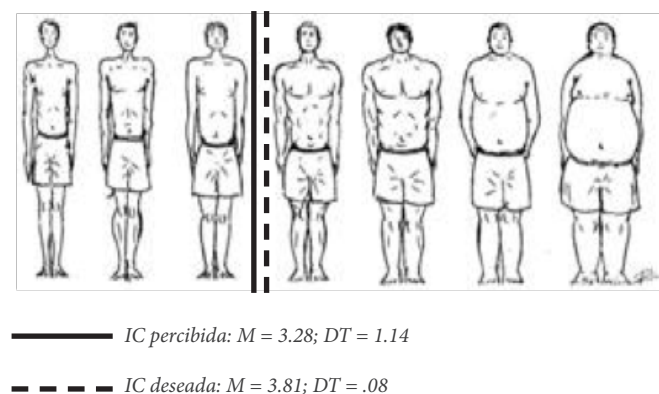
En primer lugar se comparó la IC que los adolescentes percibían tener y la IC que les gustaría tener, por separado para hombres y mujeres. Para las mujeres, se observó que la IC percibida difería estadísticamente de la IC que les gustaría tener ($t(366) = 10.32$; $p = .001$), con un tamaño del efecto moderado ($d = .53$). Además ellas informaron desear una IC de una figura ideal, y percibían tener una figura con sobrepeso (Figura 1).

Figura 1. Medias (M) y desviaciones típicas (DT) para la imagen corporal (IC) percibida y la imagen corporal deseada en las mujeres



Resultados similares fueron observados en los hombres (Figura 2); la IC percibida difería significativamente de la IC que les gustaría tener ($t(267) = -7.46$; $p = .001$), con un tamaño del efecto moderado ($d = .45$). En los hombres se observó mayor tendencia a desear una figura ligeramente más musculosa ubicándola cercana al sobrepeso, mientras que su IC percibida se encontraba en un IC ideal.

Figura 2. Medias (M) y desviaciones típicas (DT) para la imagen corporal (IC) percibida y la imagen corporal deseada en los hombres



En segundo lugar, se compararon las puntuaciones de los ítems 2 y 5, que hacen referencia a la IC y a las diferentes partes del cuerpo. Las mujeres mostraron diferencias estadísticamente significativas entre la IC que perciben y la que les gustaría tener con respecto a diferentes partes del cuerpo; el efecto de tamaño fue moderado. Concretamente, las mujeres percibieron que su IC actual es menos delgada que la IC que les gustaría tener. Ellas consideran su cons-

Tabla 1. Comparación de medias de la imagen corporal y las partes del cuerpo que perciben y les gustaría tener a las mujeres ($n = 367$)

IC y partes corporales	IC percibida		IC deseada		<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p-valor</i>	<i>d</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>				
IC general	3.99	1.24	3.11	.99	12.04	366	<.0001	.79
Constitución corporal	4.43	1.26	4.61	1.43	-2.39	366	.01	.13
Hombros	4.06	1.26	3.48	1.11	7.55	366	<.0001	.39
Pecho y tórax	3.90	1.32	4.17	1.23	-2.87	366	.004	.15
Cintura y estómago	4.20	1.37	3.19	1.28	10.62	366	<.0001	.55
Cadera	4.27	1.27	4.00	1.21	3.33	366	<.001	.17
Glúteos	4.14	1.36	4.53	1.28	-4.32	366	<.0001	.22
Piernas	4.34	1.35	3.94	1.21	4.48	366	<.0001	.23

IC = Imagen Corporal; *M* = Media; *DT* = Desviación Típica; *t* = *t* de Student, *gl* = grados de libertad; *d* = *d* de Cohen (tamaño del efecto).

Tabla 2. Comparación de medias de la imagen corporal y las partes del cuerpo que perciben y les gustaría tener a los hombres ($n = 268$)

IC y partes corporales	IC percibida		IC deseada		<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p-valor</i>	<i>d</i>
	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>				
IC general	3.37	1.12	3.46	.88	-1.17	267	.24	
Constitución corporal	4.59	1.20	5.23	1.24	-8.97	267	<.0001	.55
Hombros	4.27	1.21	4.93	1.08	-8.75	267	<.0001	.53
Pecho y tórax	4.16	1.12	4.72	1.19	-6.57	267	.0001	.40
Cintura y estómago	3.84	1.17	4.07	1.23	-2.51	267	.01	.15
Cadera	3.81	1.09	4.09	1.03	-3.58	267	<.0001	.22
Glúteos	3.85	1.19	4.54	1.06	-8.79	267	<.0001	.54
Piernas	4.11	1.18	4.46	1.04	-4.40	267	<.0001	.27

IC = Imagen Corporal; *M* = Media; *DT* = Desviación Típica; *t* = *t* de Student, *gl* = grados de libertad; *d* = *d* de Cohen (tamaño del efecto).

titución corporal real un poco endeble con respecto a la IC que desearían, con un tamaño del efecto bajo ($d = .13$). Respecto a las partes de su cuerpo, las mujeres indicaron percibirse con hombros más anchos, pecho y tórax más voluminosos, cintura y estómago más anchos, glúteos más pequeños y piernas más gordas de lo que les gustaría tener; sin embargo el tamaño del efecto para estas diferencias fue bajo (Tabla 1).

Para los hombres – en el diferencial semántico – la IC percibida y la que les gustaría tener no presentó diferencias estadísticamente significativas. Sin embargo, se observaron diferencias en constitución corporal; ellos deseaban ser más fuertes de lo que se percibían, con un tamaño del efecto moderado. Respecto a las partes corporales manifestaron diferencias significativas entre la IC percibida y la IC deseada; siendo las medias de la IC deseada mayores que las de la IC percibida. Respecto a cómo se percibían, los hombres deseaban tener hombros más anchos, pecho, tórax, cintura y estómago más voluminosos, cadera más ancha, glúteos más grandes y piernas más gordas. Los tamaños del efecto fueron moderados, a excepción de la cintura y el estómago que fue bajo (Tabla 2).

Discusión

La IC es uno de los aspectos que cobra gran relevancia en la adolescencia, ya que tanto los cambios físicos, psicológicos y sociales generan en el adolescente conflictos internos y externos que le permiten autodefinirse, adaptarse y aceptarse como persona. Al final de esta etapa logran la madurez social y emocional que se requiere para enfrentar las situaciones diarias. Sin embargo, esto no siempre se logra, y uno de los factores que puede influir es la insatisfacción corporal. El objetivo de este estudio fue comparar la IC que perciben y la que les gustaría tener a los adolescentes de México, atendiendo a las diferencias por sexo.

Los resultados de esta investigación indican que existen diferencias entre la IC que perciben y la que les gustaría tener en los adolescentes, independientemente del género. Aunque mujeres y hombres parecen no estar satisfechos con su IC, estas diferencias son más acusadas en las mujeres que en los hombres. Estos datos sugieren que existe mayor insatisfacción corporal en las mujeres con respecto a los hombres, en contraste con lo reportado por Cruz et al. (2008) en 111 estudiantes mexicanas con una edad media de 20 años; Gómez et al. (2013) en 195 adolescentes de Murcia, España; y Lagos et al., (2012) en 685 estudiantes de la Universidad Autónoma de Chile, de la región de Araucanía.

En la prueba de las siluetas, las mujeres se percibieron más robustas y deseaban ser más delgadas. Se obtuvo un tamaño del efecto moderado para esta diferencia entre la figura percibida y la que les gustaría tener. Este resultado se corrobora con el tamaño del efecto alto en el ítem de diferencial semántico, que corresponde a la IC que perciben y la que desean. Respecto a las partes corporales, la mayoría de las diferencias observadas entre cómo perciben esas partes y cómo les gustaría que fuera son pequeñas, lo que sugiere que no existen diferencias reales entre lo que se percibe y lo que se desearía tener, a excepción de la cintura y el estómago, cuyo tamaño del efecto fue moderado. Este resultado concuerda con estudios previos (Lagos et al., 2012; Ramos et al., 2010) que señalan que las mujeres están insatisfechas corporalmente con partes específicas de su cuerpo, y desean tener un vientre plano y aproximarse a cánones de delgadez extrema.

En los hombres, entre la figura que perciben y la que les gustaría tener, la diferencia fue moderada (de acuerdo con el tamaño del efecto) y significativa. En el diferencial semántico con respecto a la IC general no se presentaron diferencias. Sin embargo, se encontraron valores moderados para el tamaño del efecto en las diferencias entre IC percibida y deseada para constitución corporal, los hombros y los glúteos. Respecto a cómo se perciben, los hombres desean tener

una constitución más fuerte, con hombros más anchos y glúteos más grandes. Estos resultados son consistentes con lo informado por Oliva-Peña et al. (2016) con 84 alumnos de una localidad suburbana de alta marginación del Estado de Yucatán, México, con edad de 10 a 17 años; y con Oliveira y Parra (2014) con 60 participantes de 14-18 años de la provincia de Toledo, España.

Las mujeres manifestaron percibirse más llenas y querer ser más delgadas, mientras que los hombres se percibieron delgados y deseaban ser ligeramente menos delgados, aspecto que coincide con lo reportado anteriormente por otros trabajos similares (Lagos et al., 2012; Ramos et al., 2010). A diferencia de los hombres, las mujeres manifestaron deseos de alcanzar un cuerpo ajustado a los cánones de belleza de delgadez. Es decir, reducir la anchura de los hombros, la cintura y estómago, cadera, piernas; y aumentar la constitución corporal, pecho, tórax, y glúteos. Por su parte los resultados obtenidos en la muestra de hombres coinciden con lo expuesto por estudios previos (Benford & Swami, 2014; Cohane & Pope, 2001; Grogan, 2006). La preocupación en torno a la apariencia física se centra en características como: musculatura, altura y grasa corporal, señalando como ideal corporal tener un cuerpo atlético, con fuerza y virilidad, y un mayor peso corporal. Los hombres no manifestaron pretender disminuir ningún aspecto de su imagen corporal, sino por el contrario aumentarlos. Esto confirma el modelo estético de corporalidad deseado para un adolescente varón, que incluye delgadez pero a su vez musculatura en ciertas partes corporales (Gómez, 1997; Rocha 2009).

Es relevante señalar que los hombres manifestaron diferencias entre el cuerpo que perciben tener y el que desearían tener sólo cuando se mostraron los modelos corporales, pero no cuando se les preguntó mediante diferencial semántico, lo que hace pensar que efectivamente la forma en que se evalúe la IC será importante para reportar o no diferencias. A pesar de encontrar diferencias estadísticamente significativas para una de las dos formas de evaluación, los hombres sí que manifestaron estar delgados y pretender estar un poco más llenos. A partir de este resultado inesperado, se sugiere que se tome en cuenta el método de evaluación y se continúe indagando más sobre este aspecto. Sería interesante replicar este estudio para comprobar si se obtienen resultados similares, así como estudiar cuál sería la forma más adecuada de evaluación de la IC. Este estudio confirma que efectivamente las mujeres – aunque los varones no están exentos – se muestran más insatisfechas con su IC, coincidiendo los resultados del autoinforme con los de las figuras corporales (en el caso de ellas).

Teniendo en cuenta las implicaciones que puede tener la insatisfacción corporal en el desarrollo emocional, físico y social de los adolescentes (Cocca et al., 2016; Cruzant-Mandich et al., 2016; Guadarrama et al., 2014), es importante desarrollar estrategias sociales y educativas que permitan entender a los adolescentes que se encuentran en un proceso de cambios físicos. La forma emocional y comportamental de asumir dichos cambios será fundamental para autoaceptarse no sólo corporalmente, sino personalmente y llegar satisfactoriamente a la etapa adulta (Coleman & Hendry, 2003; Nieto, 2013). En este sentido, el contexto escolar debe ser un lugar que apoye el desarrollo y aceptación de la imagen corporal (Rodríguez, Estévez, & Palomares, 2015). Mediante la implementación de actividades extracurriculares y de reeducación para dicha variable. A partir de los resultados de este estudio se sugiere la inclusión de actividades que trabajen aspectos de tamaño, forma y figura del cuerpo; que a su vez permitan al adolescente tomar conciencia sobre los sentimientos, pensamientos y formas de actuar con respecto a su cuerpo. El adolescente observará que los ideales de belleza corporal de delgadez extrema (en el caso de las mujeres) o de musculatura y delgadez (en el caso de los varones)

son solamente estereotipos sociales que se han ido modificando con el paso del tiempo y el contexto (Vaquero et al., 2013) y que no son necesarios de adoptar. Este tipo de acciones educativas deben ir dirigidas a prevenir el desarrollo de problemas psicológicos asociados a la IC durante esta etapa de vida (Guadarrama et al., 2014; Mariscal, 2013; Sevilla et al., 2013).

Los resultados de este estudio deben interpretarse con cautela, teniendo en cuenta las siguientes limitaciones. Los adolescentes provienen de una universidad ubicada en la zona centro de uno de los estados más poblados de México y fueron reclutados de forma intencional, por lo que los resultados no pueden generalizarse a los adolescentes mexicanos. Los datos fueron obtenidos exclusivamente mediante medidas de autoinforme y en una única evaluación, por lo que no se puede asegurar la estabilidad temporal de los resultados ni establecer relaciones de causalidad. La discrepancia en la evaluación de la IC – autoinformes y figuras corporales – observada en la muestra de hombres debe considerarse para futuros estudios.

Desde una perspectiva preventiva, sería interesante llevar a cabo estudios longitudinales que analicen la relación entre la insatisfacción corporal y posibles repercusiones negativas como la baja autoestima, la depresión, la ansiedad y los problemas de alimentación durante la adolescencia y la primera juventud. Futuros estudios comparativos y multivariados deberían examinar variables que pueden ser relevantes para el desarrollo y el mantenimiento de la insatisfacción corporal en la adolescencia; por ejemplo, la situación escolar del alumno, las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento para identificar las que influyen en la IC.

Conflicto de intereses

Los autores de este trabajo declaran que no existe conflicto de intereses.

Financiación

Esta investigación contó con la financiación de la Universidad Autónoma del Estado de México, México (registro interno: 3698/2014/CID).

Artículo recibido: 05/04/2017

Aceptado: 29/06/2017

Referencias

- Baile, J. I., Guillén, G. F., & Garrido, L. E. (2002). Insatisfacción corporal en adolescentes medida con el Body Shape Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2(3), 439-450. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/337/33720304.pdf>
- Benford, K., & Swami, V. (2014). Body image and personality among British men: Association between the Big Five personality domains, drive for muscularity, and body appreciation. *Body Image*, 11(4), 454-457. doi:10.1016/j.bodyim.2014.07.004
- Bernal, A. (1998). *Habilidades Sociales*. Madrid. Síntesis Psicológica.
- Casas, J., & Ceñal, J. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 9(1), 20-24. Recuperado de [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente\(2\).pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente(2).pdf)

- Cocca, A., Blanco, J., Peinado, J., & Viciano, J. (2016). Actual, social and ideal body image in Mexican adolescents and their relation with body dissatisfaction: gender differences. *Retos*, 30, 189-192. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5529622>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohane, G. H., & Pope, H. G. (2001). Body Image in Boys: A review of the literature. *International Journal of Eating Disorders*, 29(4), 373-379. doi:10.1002/eat.1033
- Colas, B. P., & Castro, L. N. (2011). Autoimagen corporal de los adolescentes, investigación con perspectiva de género. 346-360. En Vázquez, B. I. (2011). *Investigación y Género. Logros y Retos*. Sevilla: CS9 Producciones S.L.N.E. Recuperado de https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/39536/Pages%20from%20Investigacion_Genero_11-12.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la Adolescencia*. Madrid: Morata.
- Cruz, R., Ávila, M., Cortés, M. C., Vázquez, R., & Mancilla, J. M. (2008). Restricción alimentaria y conductas de riesgo de trastornos alimentarios en estudiantes de nutrición. *Psicología y Salud*, 18(2), 189-198. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/291/29118205.pdf>
- Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F., Lizana-Calderón, P., & Castro, A. (2016). Comparación por sexo en imagen corporal, síntomas psicopatológicos y conductas alimentarias en jóvenes entre 14 y 25 años. *Revista Médica de Chile*, 144, 743-750. doi:10.4067/S0034-98872016000600008
- Donaire, A. M. (2011). *La Imagen Corporal*. México: Departamento de Psicología de la Salud.
- Fernández-Bustos, J., González-Martí, I., Contreras, O., & Cuevas, R. (2015). Relación entre la imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 25-33. doi:10.1016/S0120-0534(15)30003-0
- García, N. L. (2004). *Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de ambos sexos con y sin diabetes mellitus tipo I*. Tesis Doctoral. Universidad Autónoma de Barcelona. España.
- Gómez, G. (1997). Alteraciones de la Imagen Corporal en una muestra de escolares mexicanos preadolescentes. *Revista Mexicana de Psicología*, 14(1), 31-40.
- Gómez, A., Sánchez, B.J., & Mahedero, M. (2013). Insatisfacción y distorsión de la imagen corporal en adolescentes de doce a dieciséis años de edad. *ÁGORA para la Educación Física y el Deporte*, 15(1), 54-63. Recuperado de http://agora-revista.blogs.uva.es/files/2013/07/agora_15_1d_gomez_et_al.pdf
- Grogan, S. (2006). Body image and health, Contemporary Perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523-530. doi:10.1177/135910530606.5013
- Guadarrama, R., Carrillo, S. S., Márquez, O., Hernández, J. C., & Veytia, M. (2014). Insatisfacción corporal e ideación suicida en adolescentes estudiantes del Estado de México. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 5(2), 98-106. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v5n2/v5n2a4.pdf>
- Lagos, H. R., Quilodrán, S. V., & Viñuela, A. N., (2012). Percepción de la Imagen corporal de hombres y mujeres de primer año ingreso 2010, en la Universidad Autónoma de Chile, sede Temuco, Región de la Araucanía. *EF Deportes, Revista Digital*. 17(169), 1-6. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd169/percepcion-de-la-imagen-corporal.htm>
- Liminaña, R. M. (2013). Imagen Corporal, Identidad de Género y Alimentación. *DOSSIERS Feministas*, 17, 99-104. Recuperado de <http://www.e-revistas.uji.es/index.php/dossiers/article/view/1212/1086>
- Mariscal, G. L. (2013). Influencias Socioculturales asociadas a la percepción corporal en niño(a)s: una revisión y análisis de la literatura. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 4(1), 58-67. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v4n1/v4n1a7.pdf>
- Míguez, M., De la Montaña, J., González, J., & González, M. (2011). Concorancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en universitarios de Orense. *Nutrición Hospitalaria*, 26(3), 472-479. Recuperado de http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v26n3/07_original_03.pdf
- Muñoz, A. M. (2014). *La Imagen corporal en la Sociedad del Siglo XXI*. Tesis de Grado. Universitat Internacional de Catalunya. España. Recuperado de http://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/242794/Ana_Mar%C3%ADa_Mu%C3%B1oz_L%C3%B3pez.pdf?sequence=1
- Nieto, F. J. (2013). *Acercamiento a una Adolescencia Mediatizada. Adolescencia y posmodernidad: Malestares, Vacilaciones y Objetivos*. México: Fontamara.
- Oliva-Peña, Y., Ordoñez-Luna, M., Santana-Carvajal, A., Marín-Cárdenas, A., Andueza, G., & Gómez, I. (2016). Concordancia del IMC y la percepción de la imagen corporal en adolescentes de una localidad suburbana de Yucatán. *Revista Biomédica*, 27, 49-60. Recuperado de <http://revistabiomedica.mx/index.php/revbiomed/article/view/24/28>
- Oliveira, V., & Parra, J. (2014). Imagen corporal y percepción de la influencia de los medios de comunicación: diferencias de género en una muestra de adolescentes. *Revista da Faculdade de Educacion da UFG*, 39(3), 461-478. doi: 10.5216/ia.v39i3.27535
- Ortega, G. (2016). *Imagen Corporal y Autoconcepto desde la Perspectiva de la Terapia Gestal, Psicocorporal*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Pérez-Gil, S. E., Mosqueda, J. I., & Romero, A. G. (2012). Obesidad y Alimentación: percepción de un grupo de niños y niñas de la costa Oaxaca. *Revista Infancias Imágenes*, 1(2), 16-26. Recuperado de [Dialnet-ObesidadYAlimentacion-4817206.pdf](http://dialnet-obesidadyalimentacion-4817206.pdf)
- Raich, R. M. (2001). *Imagen Corporal: Conocer y Valorar el Propio Cuerpo*. Madrid: Pirámide.
- Ramos, P., Rivera, F., & Moreno, C. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 22(1), 77-83. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/727/72712699013.pdf>
- Rocha, (2009). Desarrollo de la identidad de género desde una perspectiva psico-socio-cultural: un recorrido conceptual. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2). 250-259. Recuperado de www.redalyc.org/articulo.oa?id=28412891006
- Rodríguez, C. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 389-403. Recuperado de www.ijpsy.com/volumen12/num3/337/autoestima-en-la-adolescencia-analisis-ES.pdf
- Rodríguez, S., & Cruz, S. (2006). Evaluación de la imagen corporal en mujeres latinoamericanas residentes en Guipúzcoa. Un estudio exploratorio. *Anales de Psicología*, 22(2), 186-199. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/39302177_Evaluacion_de_la_imagen_corporal_en_mujeres_latinoamericanas_residentes_en_Guipuzcoa_Un_estudio_exploratorio
- Rodríguez, V., Estévez, M., & Palomares, J. (2015). Tratamiento curricular de la imagen corporal, autoestima y autoconcepto en España. *Propósitos y Representaciones*, 3(1). 9-70. doi:10.20511/pyr2015.v3n1.68
- Salazar, Z. (2008). Adolescencia e imagen corporal en la época de la delgadez. *Reflexiones*, 67-80. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/729/72912555004.pdf>
- Salazar, Z. (2007). Imagen Corporal Femenina y Publicidad en Revistas. *Revista de Ciencias Sociales*, 2(116), 71-85. doi:10.15517/rcs.v0i116.11195
- Sevilla, K. A., Vázquez, M., & García, A. (2013). *Concordancia entre la percepción de la imagen corporal y el índice de masa corporal en pacientes con discapacidad motriz atendidos en el CREE, 2012*. Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma del Estado de México. México. Recuperado de <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/14154>

- UNICEF (2013). *La adolescencia*. Recuperado de https://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6879.htm
- Vaquero, R., Alacid, F., Muyor, J. M., & López, P. A. (2013). Imagen Corporal; Revisión Bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27-35. doi:10.3305/nh.2013.28.1.6016
- Vázquez, R., López, X., Álvarez, G., Franco, K., & Mancilla, J. (2004). Presencia de Trastornos de la Conducta Alimentaria en hombres y Mujeres Mexicanos: Algunos Factores Asociados, *Psicología Conductual*, 12(3), 415-427. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Karina_Franco-Paredes/publication/267699093_