

Imagen corporal en jóvenes universitarios

Body image in university students

Karla Patricia Fedullo Carrillo, Karla Hernández Villalobos
y Adriana Sánchez Mendoza¹

RESUMEN

Se realizó una investigación con el objetivo de conocer la relación que guarda la imagen corporal (percepción de la figura y sentimientos hacia ésta) en jóvenes universitarios de dos instituciones (pública y privada) de acuerdo a su sexo, institución de procedencia, carrera de elección y autoestima. Para ello, se utilizó un diseño no experimental en una muestra de 400 jóvenes universitarios, a quienes se les aplicó de manera aleatoria un instrumento de veinte reactivos. Los resultados indican que las mujeres de las escuelas privadas tuvieron una mayor preocupación por la imagen corporal que las de la universidad pública y que los hombres en general. Además, se muestra que los estudiantes de carreras como Psicología y Derecho tienen una mayor preocupación en comparación con los de Arquitectura y Filosofía.

Palabras clave: Imagen corporal; Autoestima; Percepción de la figura; Sentimientos hacia la figura.

ABSTRACT

Objective. *The present study was conducted to determine the relationship between such variables as of body image, perception of figure and feelings toward it in university students from two institutions (public and private) in terms of sex, institution, career of choice, and self-esteem. Design and Participants. A non-experimental design was used in a sample of 400 university randomly selected who were applied a 20-item instrument. Results indicate that women of the private university are more concerned about body image than those of the public one, and also more than men. In addition, results revealed that psychology and law students report greater concerns about body image than those studying Architecture or Philosophy.*

Key words: Body image; Self-esteem; Perception of figure; Feelings toward own figure.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tuvo por objetivo analizar el nivel de imagen corporal en jóvenes universitarios respecto a la carrera de elección, sexo, nivel socioeconómico y autoestima. Asimismo, se describen los grupos de estudiantes con respecto a su imagen corporal.

Según Schilder (1935) (cf. Vaquero, Alacid, Muyor y López, 2013), la imagen corporal es aquella que forma la mente del propio cuerpo, es decir, el modo en que nuestro cuerpo se manifiesta. Dicho esto, la imagen corporal no está relacionada forzosamente con la apariencia física real, por lo que las actitudes

¹ Facultad de Psicología, Universidad Iberoamericana, Prolongación Paseo de la Reforma 880, Lomas de Santa Fe, 01219 México, D.F., México, tel. (55)59-50-40-00, correos electrónicos: krlangas_5@hotmail.com, karla_1327@hotmail.com y adriana_sanchez_mendoza@hotmail.com. Artículo recibido el 7 de mayo y aceptado el 12 de junio de 2014.

y valoraciones hacia sí mismo, tales como las creencias y pensamientos, son fundamentales para el estudio de la imagen corporal.

Hay estándares únicos en cada cultura y periodo histórico sobre la imagen corporal, los cuales incluyen belleza, forma y decoración del cuerpo como consecuencia de diferentes factores socioculturales, biológicos y ambientales; sin embargo, tales factores no impactan de igual manera en toda la población, de modo que se deben tener en cuenta variables tales como la edad, el sexo, la edad, el estado nutricional y la actividad física.

De los factores mencionados, los socioculturales son unos de los más influyentes; actualmente, por ejemplo, rige la cultura de la delgadez, y un modelo estético corporal femenino delgado, incluso excesivamente delgado, se considera como un símbolo de triunfo y de éxito social y profesional, mientras que la obesidad denota poco interés y despreocupación (Carrillo, 2003; González, García y Martínez, 2013). Según González et al. (2013), la población universitaria es un grupo sensible desde el punto de vista nutricional ya que el acceso a la universidad implica cambios importantes en el estilo de vida que pueden influir en su alimentación e imagen.

La alteración de la imagen corporal se ha considerado como la tendencia a ver el cuerpo con un tamaño mayor que el real. Esta insatisfacción hacia el cuerpo comúnmente se refiere a la autoevaluación negativa de la propia apariencia y al deseo de ser más atractivo físicamente (Cash y Pruzinsky, 2002; Ferguson, Munoz, Contreras y Velásquez, 2011).

Hoy en día existen varios términos para referirse a esta alteración: trastorno de la imagen corporal, alteración de la imagen corporal, insatisfacción corporal, dismorfia corporal o distorsión corporal. Todos ellos, sin embargo, guardan relación entre sí (Pastor, 2010). La imagen corporal se distingue en general por integrar una imagen cognitiva que consta de pensamientos y creencias sobre el cuerpo, así como una imagen emocional que incluye sentimientos de satisfacción con el propio cuerpo. Se considera, en consecuencia, que hay una alteración de la imagen corporal si uno de los factores antedichos está alterado de alguna forma.

Carl Rogers (1961), el influyente psicólogo, definió la autoestima como un conjunto organiza-

do y cambiante de percepciones referentes a la persona, y señaló que las descripciones y percepciones propias son datos de identidad. Esta explicación es relevante ya que habla de una autoconciencia de la persona que sirve para interpretar las experiencias y vivencias personales en el ambiente circundante. La definición del término “autoconciencia” es compleja, pero en términos generales incluye la percepción de las habilidades cognitivas, emocionales y sociales, las que pueden ser positivas o negativas.

Según Raich (2000), los problemas con la imagen corporal tienen que ver con una gran cantidad de alteraciones que se producen frecuentemente, de modo que una pobre imagen corporal se asocia por lo general a una baja autoestima. La persona se siente poco adecuada como tal y se valora negativamente, y algunos afirman que por lo menos un tercio de la propia autoestima se refiere a lo positiva o negativa que resulta la autoimagen. Si a uno no le gusta su cuerpo, es difícil que le guste la persona que vive en él. Por ejemplo, Aceves, García y González (2011) señalan que las personas con autopercepción de sobrepeso tienen mayor riesgo de baja autoestima y depresión que los individuos con percepción de la imagen corporal normal o de bajo peso.

Dado lo anterior, el presente estudio tuvo como objetivo conocer la percepción de la figura y los sentimientos hacia la misma en jóvenes universitarios de dos instituciones educativas –una pública y otra privada– considerando el sexo, institución de procedencia, carrera de elección y nivel de autoestima.

MÉTODO

Participantes

Participaron 400 sujetos de ambos sexos, con un rango de edad de 18 a 29 años, que cursaban las carreras de Psicología, Arquitectura, Derecho y Filosofía en la Universidad Iberoamericana (UIA) y en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), localizadas ambas en la Ciudad de México. El tipo de selección de la muestra se hizo por cuotas. En la Tabla 1 se presenta la distribución de la muestra estudiada.

Tabla 1. Distribución de la muestra (N = 400).

Institución	Hombres		Mujeres	
	Carrera	N	Carrera	N
UNAM	Derecho	25	Derecho	25
	Psicología	25	Psicología	25
	Química en alimentos	25	Química en alimentos	25
	Historia	25	Historia	25
UIA	Derecho	25	Derecho	25
	Psicología	25	Psicología	25
	Química en alimentos	25	Química en alimentos	25
	Historia	25	Historia	25
Subtotales		200		200

Instrumentos

Escala de Autoestima de Rosenberg. Para evaluar la variable de autoestima se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965), que consta de diez preguntas que se evalúan con entre uno y cuatro puntos, lo que permite obtener una puntuación mínima de 10 y una máxima de 40.

Test de Siluetas de Bell. Se empleó el Test de Siluetas de Bell (Bell, Kirkpatrick y Rinn, 1986), en su versión adaptada, para evaluar la imagen corporal. Este test consta de una serie de ocho siluetas que varían entre la delgadez extrema y la obesidad severa.

Body Shape Questionnaire (Cuestionario sobre Forma Corporal) de Cooper, Taylor, Cooper y Fairbum (1987), en su versión adaptada. Esta prueba evalúa la presencia de preocupación e insatisfacción con la imagen corporal. Originalmente consiste de 34 preguntas con seis opciones de respuesta, mismas que van de “nunca” a “siempre”. Para esta investigación, se modificó el cuestionario reduciendo el número de preguntas.

Procedimiento

El equipo de investigación se desplazó a las aulas de las facultades mencionadas para la aplicación

del cuestionario. Una vez ahí, se invitó a los estudiantes a participar en el estudio; aquellos que aceptaron, completaron el llenado de los instrumentos.

RESULTADOS

Los 400 participantes completaron la totalidad del cuestionario, por lo cual se validaron todos ellos.

La significancia de la correlación *rho* de Spearman fue de $0.174 > 0.05$, por lo que se aceptó la primera hipótesis (relación de la imagen corporal y la autoestima). El valor de correlación fue de -0.067 , por lo que la relación no es interpretable.

En la Tabla 2 se observa que la significancia del ANOVA fue de $0.000 \leq 0.05$, por lo que se rechaza la segunda hipótesis, con lo que se determina entonces que existen diferencias estadísticamente significativas entre la percepción de la figura y la carrera de elección.

La significancia del ANOVA para la segunda hipótesis fue de $0.003 \leq 0.05$, por lo que se rechaza, determinándose por consiguiente que existen diferencias estadísticamente significativas entre los sentimientos hacia la figura y la carrera de elección (Tabla 2).

Tabla 2. ANOVA para la relación entre la imagen corporal y la carrera de elección.

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Percepción de la figura	Intergrupos	809.381	3	269.794	12.913	.000
	Intragrupos	8503.471	407	20.893		
	Total	9312.852	410			
Sentimientos hacia la figura	Intergrupos	245.212	3	81.737	4.832	.003
	Intragrupos	6901.254	408	16.915		
	Total	7146.466	411			

La Tabla 3 muestra que la significancia de la prueba de Levene fue de $0.000 \leq 0.05$, por lo que las varianzas de las dos muestras son diferentes. La significancia bilateral de la prueba t de Student para muestras independientes con varianzas diferentes fue de $0.000 \leq 0.05$, por lo que se rechaza la tercera hipótesis. Hay diferencias estadísticamente significativas entre la percepción de la figura y el sexo.

En la significancia de la prueba de Levene se obtuvo $0.024 \leq 0.05$, por lo que las varianzas de las dos muestras son diferentes. La significancia bilateral de la prueba t de Student para muestras independientes con varianzas diferentes fue de $0.000 \leq 0.05$, por lo que se rechaza la cuarta hipótesis y se deduce que hay diferencias estadísticamente significativas entre los sentimientos hacia la figura y el sexo.

Tabla 3. Prueba de Levene para la variable Sexo.

		Prueba de Levene de calidad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Percepción de la figura	Se asumen varianzas iguales	13.67	0	-6.154	409	0	-2.77185	0.45043	-3.65729	-1.88641
	No se asumen varianzas iguales			-6.174	399.022	0	-2.77185	0.44895	-3.65446	-1.88924
Sentimientos hacia la figura	Se asumen varianzas iguales	5.165	0.024	-4.133	410	0	-1.66620	0.40310	-2.45861	-0.87380
	No se asumen varianzas iguales			-4.142	405.023	0	-1.66620	0.40228	-2.45702	-0.87538

DISCUSIÓN

De acuerdo a Schilder (1935) (cf. Vaquero et al., 2013), la imagen corporal no está relacionada forzosamente con la apariencia física real, por lo que las actitudes y valoraciones tales como la creencias y pensamientos que se tienen hacia sí mismo son fundamentales en la imagen corporal. Por ejemplo, los estudiantes de Psicología y Derecho tienen posturas distintas a los de otras carreras debido a que manejan estereotipos específicos, como la vestimenta y el perfil necesario que se requieren para este tipo de carreras, lo que también puede deberse a ciertos aspectos socioculturales y al nivel socioeconómico.

En cuanto a la relación entre la imagen corporal y la autoestima, hubo un porcentaje elevado de jóvenes con una autoestima elevada, lo que apunta a una mejor percepción de la imagen de la figura. De acuerdo con Raich (2000), estos jóvenes no sufren alteraciones graves en la imagen corporal ya que se valoran positivamente, lo que les proporciona seguridad al desenvolverse en situaciones que exigen la interacción social. En la muestra, los niveles de autoestima fueron superiores, lo que puede deberse a que contestaron buscando la aceptación social en lugar de responder como realmente se perciben, por lo que existe una discrepancia entre la silueta seleccionada y su impresión hacia la propia imagen corporal.

Se encontraron diferencias significativas entre ambas universidades: los estudiantes de la universidad privada le concedieron mayor importancia a la imagen corporal, en comparación con los de la universidad pública, lo que puede relacionarse con la mejor situación económica, la alimentación y la vestimenta. En cuanto a la alimentación, la universidad privada tiene una mayor regulación sobre el tipo de alimentos que se proporcionan dentro del campus.

Por último, se comprobó que en las mujeres hay una mayor atención a la imagen corporal, a diferencia de los hombres, debido a que tienen un

estereotipo femenino que incluye los cánones de la moda actual, como explican Carrillo (2003) y González et al. (2013); de hecho, en la situación analizada la cultura actual también exige modelos estéticos de delgadez como símbolo de éxito social y profesional.

Por lo anterior, sería deseable hacer más estudios que permitan verificar estos resultados, para lo cual se requiere una muestra más extensa de instituciones universitarias. También se deberá considerar la aplicación de una batería de instrumentos más amplia y que brinde una mejor visión del problema.

REFERENCIAS

- Aceves P., J.L., García V., S. y González P., A. (2011). Insatisfacción de la imagen corporal y autopercepción en adolescentes de una escuela secundaria. *Revista de Neurología, Neurocirugía y Psiquiatría*, 44(4), 128-132.
- Bell, C., Kirkpatrick, W. y Rinn, R.C. (1986). Body image of anorexic, obese and normal females. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 431-439.
- Carrillo, M. (2003). La transmisión de valores sociales por medio de las imágenes. La identificación de la mujer delgada igual a mujer triunfadora en la población adolescente. *Comunicación y Sociedad*, 2, 33-47.
- Cash, T.F. y Pruzinsky, T. (2002). Future challenges for body image. En T. F. Cash y T. Pruzinsky (Eds.): *Body images: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 509-516). New York: The Guilford Press.
- Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z. y Fairbum, C.G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494.
- Ferguson, C.J., Munoz, M., Contreras, S. y Velasquez, K. (2011). Mirror, mirror on the wall: Peer competition, television influences and body image dissatisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(5), 458-483.
- González C., R., García S., P., y Martínez M., J. (2013). Valoración de la imagen corporal y de los comportamientos alimentarios en universitarios. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 18(1), 45-59.
- Pastor M., R. (2010). *Adolescentes: trastornos de alimentación*. Madrid: Club Universitario.
- Raich, R.M. (2000). *Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo*. Madrid: Pirámide.
- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person; a therapist's view of psychotherapy*. Boston : Houghton & Mifflin.
- Rosenberg, M. (1965). *La autoimagen del adolescente y la sociedad* (trad. 1973). Buenos Aires: Paidós
- Schilder, P. (1935). *The image and appearance of the human body*. London: Kegan Paul, Trench Trubner and Co.
- Vaquero C., R., Alacid, F., Muyor M., J. y López M., P. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27-35.