



**Sánchez Castillo, S.; López Sánchez, G. F.; Sgroi, M.; Díaz Suárez, A. (2019).** Body Image and Obesity by Stunkard's Silhouettes in 14- to 21-Year-Old Italian Adolescents. *Journal of Sport and Health Research*. 11(2):199-210.

**Original**

## IMAGEN CORPORAL Y OBESIDAD MEDIANTE LAS SILUETAS DE STUNKARD EN ADOLESCENTES ITALIANOS DE 14 A 21 AÑOS

## BODY IMAGE AND OBESITY BY STUNKARD'S SILHOUETTES IN 14- TO 21-YEAR-OLD ITALIAN ADOLESCENTS

Sánchez Castillo, S.<sup>1</sup>; López Sánchez, G. F.<sup>1</sup>; Sgroi, M.<sup>2</sup>; Díaz Suárez, A.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> *Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Murcia, España.*

<sup>2</sup> *Facultad de Medicina y Cirugía, Universidad de Roma Tor Vergata, Italia.*

---

Correspondence to:  
**López Sánchez, G. F.**  
 Faculty of Sports Sciences, University  
 of Murcia.  
 Email: [gfls@um.es](mailto:gfls@um.es)

---

*Edited by: D.A.A. Scientific Section  
 Martos (Spain)*

**Didactic  
 Association  
 ANDALUCIA**  
[editor@journalsshr.com](mailto:editor@journalsshr.com)

Received: 26/06/18  
 Accepted: 20/10/18



## RESUMEN

Este artículo se centra en estudiar la imagen corporal y la sobrecarga ponderal (sobrepeso y obesidad) en adolescentes italianos. La muestra estuvo compuesta por 335 adolescentes de 14-21 años de Roma (198 de sexo masculino y 137 de sexo femenino). El instrumento utilizado fue el de las siluetas de Stunkard. El 39.9% de hombres y el 34.3% de mujeres fueron clasificados en la categoría de sobrepeso/obesidad ( $\chi^2 = 8.127$ ;  $p = .004$ ;  $d = 0.53$ ). Respecto a la imagen corporal, el 74.6% presentó insatisfacción con su cuerpo, destacando aquellos a los que les gustaría ser más delgados (hombres 60.1% y mujeres 65.7%). Por tanto, el problema psicológico de la insatisfacción corporal tuvo una mayor prevalencia que el problema fisiológico de la obesidad. Se recomienda implementar programas de actividad física para mejorar la imagen corporal y la composición corporal de los adolescentes de Roma.

**Palabras clave:** Auto-concepto físico; insatisfacción corporal; sobrepeso; composición corporal.

## ABSTRACT

This paper is focused on the study of body image and excess weight and obesity in Italian adolescents. This investigation involved 335 adolescents (198 males and 137 females) from Rome, aged between 14 and 21 years. The instrument used was Stunkard's silhouettes. 39.9% of men and 34.3% of women were classified as overweight/obese ( $\chi^2 = 8.127$ ;  $p = .004$ ;  $d = 0.53$ ). Regarding body image, 74.6% were dissatisfied with their body, highlighting those who would like to be thinner (men 60.1% and women 65.7%). Therefore, the psychological problem of body dissatisfaction had a higher prevalence than the physiological problem of obesity. It is recommended to implement physical activity programs to improve body image and body composition of adolescents in Rome.

**Keywords:** Physical self-concept; body dissatisfaction; excess weight; body composition.



## INTRODUCCIÓN

El término auto-concepto hace referencia al conjunto de percepciones que el ser humano desarrolla sobre sí mismo. Se trata de una variable psicológica fundamental para entender el bienestar emocional y la integración social del individuo (Shavelson, Hubner & Stanton, 1976). En esta línea, durante los últimos años muchos autores han coincidido en remarcar la importancia del auto-concepto al relacionarlo con el bienestar del ser humano. Esto es así porque los sujetos que se ven a sí mismos de manera positiva, interpretan el mundo de forma diferente a los que se ven de manera más negativa, estableciéndose así una relación entre auto-concepto y conducta (Bufford, 1986).

La imagen corporal está conformada por la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes. Se construye histórica y culturalmente y, en el caso de las sociedades occidentalizadas, la estética corporal idealizada es la esbeltez para las mujeres y la musculatura para los varones, que son difundidas por poderosas industrias del cine, la moda y medios de comunicación. En este contexto emerge la inconformidad con la imagen corporal (Mancilla, Vázquez, Mancilla, Amaya-Hernández y Álvarez-Rayón, 2012).

Actualmente el cuidado del físico y la imagen corporal es un hecho de gran relevancia social (Morrison, Kalin y Morrison, 2004; O'Dea & Abraham, 2000). En la infancia y sobre todo en la adolescencia aparecen multitud de problemas de autoestima derivados de la gran cantidad de cambios que experimenta el cuerpo en esas edades. Esto, combinado con el deseo natural de ser aceptados, hace que niños y adolescentes realicen constantemente comparaciones con los demás. Además, la imagen corporal también se refleja como el predictor más influyente en la autoestima (Moreno, Cervello & Moreno, 2008).

Estudios como el de Magallares, Carbonero-Carreño, Ruiz-Prieto & Jauregui-Lobera (2016) han encontrado relaciones entre obesidad y percepción de la imagen corporal. Además, autores como Pedro et al. (2016) han relacionado la imagen corporal con el índice de masa corporal (IMC), por lo que las siluetas de imagen corporal podrían ser una forma válida de medir la obesidad en niños, tal y como indicaron Coelho, Padez, Moreira, Rosado & Mourão-

Carvalho (2013) en un estudio en el que evaluaron la imagen corporal y el IMC de 4211 niños portugueses de 7-10 años. En la misma línea, Trejo Ortiz, Castro Veloz, Facio Solís, Mollinedo Montano & Valdez Esparza (2010) indicaron que el IMC es un factor asociado a la insatisfacción con la imagen corporal, de tal manera que los adolescentes con mayor índice de masa corporal y del sexo femenino son los más susceptibles a sentirse insatisfechos.

Además, según Contreras, Fernández, García, Palou & Ponseti (2010), que estudiaron una muestra de 400 adolescentes de Albacete de 12-17 años, los adolescentes que practicaban habitualmente algún deporte (al menos una vez por semana) tenían percepciones superiores de su auto-concepto, tanto general como físico, en comparación con quienes no eran practicantes habituales. En esta línea, recientes estudios también han concluido el efecto positivo de la actividad física en la imagen corporal y factores asociados como la composición corporal o la coordinación (López et al, 2013, 2015, 2016, 2017; González-Carcelén et al, 2018).

Por último, es destacable que el estado de salud y la imagen corporal percibida se relacionan significativa y positivamente, lo que supone que a mejor percepción de la imagen corporal mejor percepción de estado de salud y viceversa, tal y como indicaron Urrutia, Azpillaga, Luis-de-Cos & Muñoz (2010) en su estudio con 883 sujetos de 13 a 17 años residentes en la provincia de Guipúzcoa (España).

Por tanto, debido a la importancia de la imagen corporal y a su directa relación con el estado de salud de las personas, el objetivo de este estudio es analizar, mediante las siluetas de Stunkard, la imagen corporal y la sobrecarga ponderal en adolescentes italianos de 14 a 21 años, comparando los resultados con los de otras regiones y países, y estudiando las diferencias significativas en función de sexo y edad. Asimismo, este estudio pretende aportar datos que pueden ser útiles para mejorar la imagen corporal de los adolescentes.

## MATERIAL Y MÉTODOS

### *Características de los participantes y muestra*

La muestra del estudio se compone de 335 adolescentes de Roma (Italia), entre los 14 y los 21 años de edad (Media de edad 16.59; Desviación



estándar 1.87). Los escolares participantes pertenecen a la etapa educativa denominada liceo. Según el sexo, los escolares de la muestra se dividen en un 59.1% de sexo masculino (198 escolares) y un 40.9% de sexo femenino (137 escolares). Los escolares de la muestra pertenecen a dos institutos públicos, elegidos mediante muestreo de conveniencia.

Esta investigación fue aprobada por la Comisión de Ética de Investigación de la Universidad de Roma Tor Vergata (Italia) y por la Comisión de Ética de Investigación de la Universidad de Murcia (España), y todos los sujetos cumplimentaron los cuestionarios de forma anónima.

### Instrumentos

Se utilizó el método de siluetas corporales diseñado y validado por Stunkard, Sørensen & Schulsinger (1983), en el que se muestran nueve figuras de siluetas corporales, tanto de hombres como de mujeres, que van desde muy delgado a muy gordo:

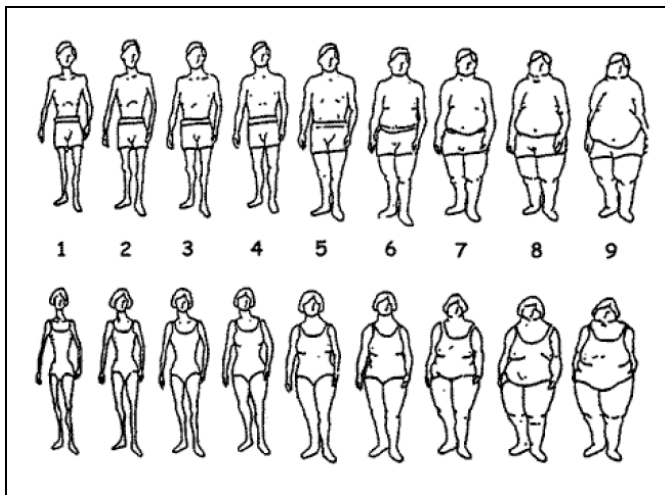


Figura 1. Siluetas de Stunkard

Las siluetas de Stunkard permiten medir la imagen corporal de manera fiable y sencilla. Para ello, los sujetos deben elegir la figura que más se aproxima a su silueta y también la silueta a la que les gustaría parecerse. Los resultados ofrecen tres medidas: la imagen actual, la imagen deseada y la discrepancia (deseada-actual), la cual es interpretada como una medida de insatisfacción con la imagen corporal. Si la discrepancia es igual a 0, el sujeto está satisfecho con su imagen corporal; si la discrepancia tiene valor positivo, el sujeto tiene un deseo de ser más grande;

si la discrepancia tiene un valor negativo, el sujeto tiene un deseo de ser más delgado.

Asimismo, las siluetas de Stunkard han sido asociadas al IMC y han demostrado ser un instrumento válido, fiable y efectivo para clasificar a los sujetos como obesos o como delgados, tanto en el caso de adultos como en el caso de niños y adolescentes.

En lo tocante a los adultos, Bulik et al. (2001) estudiaron a 16728 mujeres y 11366 hombres americanos de 18-100 años, y validaron la siguiente clasificación para hombres y mujeres: Obesidad (IMC > 30; Siluetas 7-9) y Delgadez: (IMC < 21; Siluetas 1-4). Kaufer, Martínez, Goti & Ávila (2006) analizaron a 1247 mujeres y 1092 hombres mexicanos de 20-69 años, y validaron la siguiente clasificación para hombres y mujeres: Obesidad (IMC > 30; Siluetas 7-9) y Sobrepeso (IMC > 25; Siluetas 4-6).

Respecto a los niños y adolescentes (franja de edad en la que se centra el presente estudio), Cortés-Martínez et al (2009) evaluaron a 1862 niños y adolescentes mexicanos de 6 a 18 años, y validaron la siguiente clasificación para ambos sexos: Sobrepeso y Obesidad (Siluetas 5-9). Esta es la clasificación que se toma como referencia en el presente estudio para clasificar a la muestra en la categoría de Sobrepeso/Obesidad.

### Análisis de datos

Se ha realizado un análisis estadístico por medio del Statistical Package for Social Sciences 20.0 (SPSS-20.0). En primer lugar, se han aplicado técnicas de estadística descriptiva: frecuencias, porcentajes (%), medias y desviación estándar (DE). La prueba no paramétrica de Kolmogórov-Smirnov se ha utilizado para comprobar la normalidad de la distribución de la muestra. A continuación, se ha realizado un análisis de las diferencias estadísticamente significativas, considerando  $p < 0.05$  como nivel de significación estadística. Se ha utilizado la prueba  $t$  para muestras relacionadas para comparar la imagen actual con la deseada, y la prueba  $t$  para muestras independientes para comparaciones entre sexos (prueba  $\chi^2$  para porcentajes y frecuencias). Además, se ha calculado el tamaño del efecto utilizando la  $d$  de Cohen (Cohen, 1988). Para analizar las diferencias



entre grupos de edad se ha utilizado el análisis de la varianza con un factor para variables no paramétricas (Kruskal-Wallis), con análisis post-hoc y el test de comparaciones múltiples HSD de Tukey.

## RESULTADOS

Las dos primeras tablas analizan los principales resultados mediante porcentajes y frecuencias, estudiando las diferencias significativas entre sexos con la prueba  $\chi^2$ .

En la Tabla 1 se describen los resultados obtenidos en los dos ítems del cuestionario: 1. ¿Realmente a cuál de las figuras te pareces? (Imagen actual). 2. ¿A cuál de las figuras te gustaría parecer? (Imagen deseada). Además, se divide a la muestra en delgadez y sobrepeso/obesidad, de acuerdo al criterio de Cortés-Martínez et al (2009).

La Tabla 2 muestra el resultado obtenido a partir de los dos ítems: la discrepancia (Imagen deseada - Imagen actual), la cual es interpretada como una medida de insatisfacción con la imagen corporal. Según el nivel de discrepancia, la muestra es

clasificada en tres categorías: deseo de ser más grande, satisfecho y deseo de ser más delgado.

La Tabla 1 refleja que la imagen actual más frecuente aparece en la silueta 4, tanto en hombres (33.3%) como en mujeres (35.8%). Respecto a la imagen deseada, la preferida por los hombres también es la silueta 4 (52%), mientras que las mujeres prefieren la silueta 3 (44.5%). En cuanto a la sobrecarga ponderal, se aprecia que el 39.9 % de hombres y el 34.3% de mujeres fueron clasificados en la categoría de sobrepeso/obesidad ( $\chi^2=8.127$ ;  $p=.004$ ;  $d=0.53$ ).

En la Tabla 2, se pueden observar los niveles de discrepancia, es decir, la diferencia entre la imagen deseada y la imagen actual. Los niveles de discrepancia o insatisfacción pueden oscilar entre 8 y -8, ya que hay nueve siluetas; mientras más se aleje de 0 el valor de discrepancia, más insatisfecho se encuentra el sujeto con su cuerpo. El valor de discrepancia más frecuente en hombres (31.8%) es el 0 (satisfecho con su silueta), mientras que en mujeres (46%) es el -1 (deseo de tener una silueta más delgada).

**Tabla 1.** Imagen actual e Imagen deseada

Siluetas	Imagen actual			Dif.	Prueba $\chi^2$			d
	Ambos (n=335)	Masculino (n=198)	Femenino (n=137)		$\chi^2$	gl	Sig.	
1	5 (1.5%)	2 (1%)	3 (2.2%)	1.2	.200	1	.655	0.41
2	29 (8.7%)	13 (6.6%)	16 (11.7%)	5.1	.310	1	.577	0.21
3	60 (17.9%)	38 (19.2%)	22 (16.1%)	3.1	4.267	1	.039*	0.55
4	115 (34.3%)	66 (33.3%)	49 (35.8%)	2.5	2.513	1	.113	0.3
5	64 (19.1%)	42 (21.2%)	22 (16.1%)	5.1	6.250	1	.012*	0.66
6	43 (12.8%)	24 (12.1%)	19 (13.9%)	1.8	.581	1	.446	0.23
7	16 (4.8%)	10 (5.1%)	6 (4.4%)	0.7	1.000	1	.317	0.52
8	1 (0.3%)	1 (0.5%)	-	-	-	-	-	-
9	2 (0.6%)	2 (1%)	-	-	-	-	-	-
1-4	209 (62.4%)	119 (60.1%)	90 (65.7%)	5.6	4.024	1	.045*	0.28
5-9	126 (37.6%)	79 (39.9%)	47 (34.3%)	5.6	8.127	1	.004*	0.53

Siluetas	Imagen deseada			Dif.	$\chi^2$	gl	Sig.	d
	Ambos (n=335)	Masculino (n=198)	Femenino (n=137)					
1	7 (2.5%)	1 (0.5%)	6 (4.4%)	3.9	3.571	1	.059	2.04
2	36 (10.7%)	12 (6.1%)	24 (17.5%)	11.4	4.000	1	.046*	0.71
3	101 (30.1%)	40 (20.2%)	61 (44.5%)	24.3	4.366	1	.037*	0.42
4	143 (42.7%)	103 (52%)	40 (29.2%)	22.8	27.755	1	.000**	0.98
5	47 (14%)	41 (20.7%)	6 (4.4%)	16.3	26.064	1	.000**	2.23
6	-	-	-	-	-	-	-	-
7	-	-	-	-	-	-	-	-
8	1 (0.3%)	1 (0.5%)	-	-	-	-	-	-
9	-	-	-	-	-	-	-	-
1-4	287 (85.7%)	156 (78.8%)	131 (95.6%)	16.8	2.178	1	.140	0.17
5-9	48 (14.3%)	42 (21.2%)	6 (4.4%)	16.8	27.000	1	.000**	2.27

Siluetas 1-4: Delgadez. Siluetas 5-9: Sobrepeso/Obesidad. \*  $p<.05$  \*\*  $p<.01$

**Tabla 2.** Discrepancia (Imagen deseada - Imagen actual)

	Ambos (n=335)	Masculino (n=198)	Femenino (n=137)	Prueba $\chi^2$			d	
				Dif.	$\chi^2$	gl		Sig.
-6	1 (0.3%)	-	1 (0.7%)	-	-	-	-	-
-5	2 (0.6%)	1 (0.5%)	1 (0.7%)	0.2	0.000	1	1.000	0
-4	1 (0.3%)	1 (0.5%)	-	-	-	-	-	-
-3	18 (5.4%)	6 (3%)	12 (8.8%)	5.8	2.000	1	.157	0.71
-2	58 (17.3%)	35 (17.7%)	23 (16.8%)	0.9	2.483	1	.115	0.42
-1	112 (33.4%)	49 (24.7%)	63 (46%)	21.3	1.750	1	.186	0.25
0	85 (25.4%)	63 (31.8%)	22 (16.1%)	15.7	19.776	1	.000**	1.10
1	37 (11%)	27 (13.6%)	10 (7.3%)	6.3	7.811	1	.005*	1.04
2	20 (6%)	15 (7.6%)	5 (3.6%)	4	5.000	1	.025	1.16
3	1 (0.3%)	1 (0.5%)	-	-	-	-	-	-
< 0	192 (57.3%)	92 (46.5%)	100 (73%)	26.5	0.333	1	.564	0.08
0	85 (25.4%)	63 (31.8%)	22 (16.1%)	15.7	19.776	1	.000**	1.10
> 0	58 (17.3%)	43 (21.7%)	15 (10.9%)	10.8	13.517	1	.000**	1.10

< 0: Deseo de ser más delgado. 0: Satisfecho. > 0: Deseo de ser más grande \* p<.05 \*\* p<.01

El valor de discrepancia permite clasificar a los sujetos en satisfechos o insatisfechos con su cuerpo (deseo de ser más delgados o más grandes). Solo el 25.4% de los escolares están satisfechos con su imagen corporal, habiendo más hombres satisfechos (31.8%) que mujeres (16.1%):  $\chi^2_1 = 19.776$ ;  $p < .001$ ;  $d = 1.10$ . Un porcentaje mayor de mujeres (73%) quisieran ser más delgadas, mostrando los hombres (21.7%) un deseo mayor de ser más grandes que las mujeres (10.9%):  $\chi^2_1 = 13.517$ ;  $p < .001$ ;  $d = 1.10$ .

A continuación, se analizan los estadísticos descriptivos: media y desviación estándar (DE), en función del sexo (Tabla 3) y en función de la edad (Tabla 4).

Considerando la muestra total (véase Tabla 3), la imagen deseada media es significativamente inferior a la imagen actual media ( $t_{334} = 9.15$ ;  $p < .001$ ;  $d = 1.02$ ). Este resultado indica que la imagen deseada media es más 'delgada' que la actual. Al diferenciar por sexos, se aprecia que los chicos (3.49) desean una imagen más delgada que las chicas (3.69). No obstante, esta diferencia de imagen deseada entre sexo masculino y femenino no es significativa ( $t_{333} = -1.792$ ;  $p = .074$ ;  $d = -0.20$ ). Otro aspecto importante es que la discrepancia (o insatisfacción con la imagen corporal) es significativamente mayor en el sexo femenino (-0.99) que en el masculino (-0.43), es decir, que las chicas están ligeramente más insatisfechas con su cuerpo ( $t_{299.69} = 3.896$ ;  $p < .001$ ;  $d = 0.43$ ).

**Tabla 3.** Estadísticos descriptivos en función del sexo. Media (DE)

	Ambos (n=335)	Masculino (n=198)	Femenino (n=137)	Prueba t			d	
				Dif.	t	gl		Sig.
<b>Imagen actual</b>	4.24 (1.39)	4.26 (1.35)	4.22 (1.43)	0.04	-0.214	333	.830	-0.02
<b>Imagen deseada</b>	3.57 (0.96)	3.49 (0.95)	3.69 (0.97)	0.20	-1.792	333	.074	-0.20
<b>Discrepancia</b>	-0.66 (1.33)	-0.43 (1.32)	-0.99 (1.27)	0.56	3.896	299.69	.000**	0.43

\* p<.05 \*\* p<.01

Por último, al analizar los valores medios en función de la edad (Tabla 4), se puede ver que el menor valor de imagen actual se da en los escolares de 16-17 años (3.88), mientras que el mayor valor de imagen actual aparece en los escolares de 14-15 años (4.46).

Respecto a la imagen deseada, de nuevo el menor valor se encuentra en los escolares de 16-17 años (3.46) y el mayor valor en los de 18-19 años (3.70). En relación a la discrepancia, cabe destacar que en todos los grupos de edad la discrepancia media es



negativa (deseo de ser más delgado). El mayor valor de discrepancia (insatisfacción) está presente en los escolares de 14-15 años (-0.76) y el menor valor de

discrepancia se da en los escolares de 18-19 años (-0.46).

**Tabla 4.** Estadísticos descriptivos en función de la edad. Media (DE)

Edad	Imagen actual	Imagen deseada	Discrepancia (deseada-actual)
14-15 años (n=117)	4.46 (1.26) <sup>2</sup>	3.56 (0.94)	-0.76 (1.29)
16-17 años (n=108)	3.88 (1.28) <sup>1</sup>	3.46 (0.92)	-0.73 (1.36)
18-19 años (n=87)	4.40 (1.51)	3.70 (0.99)	-0.46 (1.29)
20-21 años (n=23)	4.13 (1.82)	3.65 (1.15)	-0.61 (1.44)

*Diferencias significativas (p<0.05) entre grupos de edad (Kruskal-Wallis) indicadas mediante superíndices: 14-15 años<sup>1</sup>, 16-17 años<sup>2</sup>, 18-19 años<sup>3</sup>, 20-21 años<sup>4</sup>*

En cuanto a la significación estadística de las diferencias entre grupos de edad, cuando se aplica la prueba Kruskal-Wallis se observa que únicamente aparecen diferencias significativas ( $p<0.05$ ) en la imagen actual ( $\chi^2=10.921$ ;  $p=0.012$ ). Las comparaciones múltiples a posteriori realizadas mediante la prueba de Tukey (véase tabla 4), pusieron de manifiesto que los escolares de 16-17 años presentan una imagen actual significativamente menor a los escolares de 14-15 años ( $p=0.009$ ). No se encontraron diferencias significativas entre los demás grupos de edad.

## DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio pueden ser comparados con otros de naturaleza similar a nivel nacional (Italia), a nivel europeo y a nivel mundial.

En el presente estudio se analizaron 137 adolescentes italianas que fueron divididas en dos categorías (90 delgadas y 47 con sobrepeso/obesidad), presentando la siguiente imagen actual media: Delgadas:  $3,3 \pm 0,9$ ; Sobrepeso/Obesidad:  $5,7 \pm 0,7$ . En cuanto a la imagen deseada media, los resultados fueron los siguientes: Delgadas:  $2,8 \pm 0,7$ ; Sobrepeso/Obesidad:  $3,7 \pm 0,9$ . A nivel nacional, Estos resultados son similares a los de Morotti et al (2013), que estudiaron la imagen corporal mediante las siluetas de Stunkard de 90 jóvenes italianas (47 delgadas, 22 con sobrepeso y 21 obesas), encontrando que presentaban la

siguiente imagen actual media: Delgadas:  $3,5 \pm 1,0$ ; Sobrepeso:  $4,8 \pm 0,7$ ; Obesas:  $5,9 \pm 0,6$ . Respecto a la imagen deseada media, los resultados que obtuvieron fueron los siguientes: Delgadas:  $2,9 \pm 0,7$ ; Sobrepeso:  $3,3 \pm 0,5$ ; Obesas:  $4,0 \pm 0,4$ .

A nivel europeo, los resultados de esta investigación pueden ser discutidos con estudios como el de Ramos, Pérez-Eulate, Liberal & Latorre (2003), que estudiaron la imagen corporal de 4657 adolescentes vascos entre 12 y 18 años (2406 chicas y 2251 chicos). Entre los principales resultados cabe destacar que al 47% de los adolescentes estudiados les gustaría estar más delgados, resultado ligeramente similar al presente estudio en el que se ha encontrado que el 57.3% de los escolares estudiados tienen el deseo de ser más delgados. Ramos et al (2003) también señalan que más de la mitad (un 60%) querrían cambiar su imagen, resultado que vuelve a coincidir con este estudio, en el que un 74.6% de los adolescentes analizados presenta insatisfacción con su cuerpo. Otro aspecto señalado por estos autores es que hay un mayor porcentaje de mujeres que no aceptan su imagen corporal (37% de mujeres frente al 15% de hombres), mientras que en este estudio los porcentajes tanto de chicas como de chicos insatisfechos con su imagen corporal son muy superiores (83.9% de chicas y 68.2% de chicos).

En la misma línea que el estudio anterior, Díaz & Blanquez (2001) también indicaron que existe un mayor porcentaje de mujeres respecto al de



hombres que no acepta su imagen corporal y se siente insatisfecha con la misma, al igual que en el presente estudio.

Otro estudio interesante es el de Ramos, Rivera & Moreno (2010), que estudiaron la imagen corporal y el Índice de Masa Corporal de 21811 chicos y chicas adolescentes españoles de 11-18 años de edad. A pesar de que las chicas tenían una puntuación en el Índice de Masa Corporal más ajustada y presentaban un nivel menor de sobrepeso y obesidad, encontraron que eran ellas las que se percibían más obesas, las que estaban más insatisfechas con su imagen corporal y las que realizaban con más frecuencia dietas para adelgazar. En este estudio también se encuentra una mayor discrepancia o insatisfacción media en el sexo femenino, aunque el porcentaje de varones insatisfechos es también bastante elevado. Ramos et al (2010) también mostraron que un 22.16% de los chicos se percibe a sí mismo como un poco o demasiado delgado, frente al 13.86% de las chicas. Estos resultados son similares a los del presente estudio, en el que un 21.7% de los chicos y un 10.9% de las chicas tienen el deseo de ser más grandes. Por último, según Ramos et al (2010) un 39.78% de las chicas se sentían un poco o demasiado gordo/a, frente al 27.85% de los chicos. En este estudio, las chicas también presentan mayor deseo de ser más delgadas, hay un 73% de chicas frente a un 46.5% de chicos.

En 2013 Gómez, Sánchez-Alcaraz & Mahedero evaluaron la imagen corporal de 195 alumnos de 12-17 años de la Región de Murcia. Según el sexo, encontraron que los hombres se encuentran más insatisfechos con su cuerpo; a diferencia de este estudio donde hay más mujeres insatisfechas. Asimismo, la discrepancia (o insatisfacción con la imagen corporal) es mayor en el sexo femenino (-0.99) que en el masculino (-0.43), es decir, que las chicas están más insatisfechas con su cuerpo. Según estos autores, a medida que aumenta la edad se produce un

aumento de los niveles de satisfacción, algo que no se aprecia tan claramente en este estudio.

Recientemente, López (2017) y López, Díaz & Smith (2018) llevaron a cabo un estudio similar donde se evaluaron a 1082 niños y adolescentes de 3-18 años de la Región de Murcia para estudiar la imagen corporal y la sobrecarga ponderal (sobrepeso y obesidad). A diferencia del presente estudio, estos autores encontraron más chicos insatisfechos con su cuerpo (66%) que chicas (56.4%), aunque la discrepancia fue mayor en el sexo femenino (-0.48) que en el masculino (-0.38).

Finalmente, a nivel mundial, es destacable la investigación de Trejo et al (2010), que estudiaron la imagen corporal y el índice de masa corporal en 231 adolescentes (104 chicos y 127 chicas) de 12 a 15 años del Municipio de Fresnillo, Zacatecas, México, encontrando que el 81.8% de los adolescentes no mostraron insatisfacción con su imagen corporal. Este resultado difiere claramente del presente estudio, en el que únicamente un 25.4% de la muestra está satisfecha con su cuerpo, mientras que un 74.6% de los adolescentes analizados presenta insatisfacción con su imagen corporal.

Otro estudio interesante es el de Alipour, Farhangi, Dehghan & Alipour (2015), que estudiaron la imagen corporal percibida y su asociación con el índice de masa corporal en 184 chicas estudiantes de 18-35 años de Tabriz, Irán. Alipour et al (2015) encontraron una prevalencia total de insatisfacción corporal del 51.63%, de las cuales el 28.73% tenía el deseo de ser más delgada. En el presente estudio la insatisfacción corporal es bastante superior (83.9%), correspondiéndose un 87% de las adolescentes insatisfechas a aquellas que querían ser más delgadas. Por tanto, las adolescentes italianas presentan una insatisfacción corporal mucho mayor que las universitarias iraníes.





## CONCLUSIONES

Según la muestra estudiada, la mayoría de los adolescentes italianos presenta insatisfacción con su imagen corporal, destacando aquellos a los que les gustaría ser más delgados. Además, el problema psicológico de la insatisfacción corporal tiene una mayor prevalencia que el problema fisiológico de la obesidad. Según el sexo, hay más chicos satisfechos y a los que les gustaría ser más grandes, mientras que el deseo de ser más delgado es superior en las chicas.

Sobre el total de 9 siluetas de más delgada a más grande, la silueta o imagen actual más frecuente es el número 4. Respecto a la imagen deseada, destacan como siluetas más deseadas la 4 y la 3. A uno de cada tres adolescentes le gustaría tener la silueta inmediatamente inferior (más delgada) respecto a su silueta actual.

La imagen deseada media es inferior a la imagen actual media, es decir la imagen deseada media es más 'delgada' que la actual, siendo muy similar en chicos y chicas.

En función de la edad, cabe destacar que en todas las edades la discrepancia media es negativa (deseo de ser más delgado).

De cara al futuro y como aplicaciones prácticas, los autores recomiendan llevar a cabo programas de intervención mediante actividad física, de diferente duración y con diferentes metodologías, para intentar mejorar la imagen corporal de los adolescentes, debido a que aquellos que practican actividad física de forma habitual y que tienen mejor condición física y composición corporal suelen estar también más satisfechos con su cuerpo (Borrego, López & Díaz, 2012, 2014; López, López & Díaz, 2015).

## AGRADECIMIENTOS

A todas las personas que participaron en esta investigación.

Financiación: Fundación Séneca - Agencia de Ciencia y Tecnología de la Región de Murcia

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alipour, B., Farhangi, M.A., Dehghan, P. & Alipour M. (2015). Body image perception and its association with body mass index and nutrient intakes among female college students aged 18-35 years from Tabriz, Iran. *Eating and weight disorders*, 20(4), 465-471. doi: 10.1007/s40519-015-0184-1
2. Borrego-Balsalobre, F. J., López-Sánchez, G. F. & Díaz-Suárez, A. (2012). Physical condition influence in self-concept of a teens group of Alcantarilla town. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(S2), 57-62.
3. Borrego-Balsalobre, F. J., López-Sánchez, G. F. & Díaz-Suárez, A. (2014). Relationships between physical fitness and physical self-concept in Spanish adolescents. *PROCEDIA: Social and Behavioral Sciences*, 132, 343-350. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.04.320
4. Bufford, R. K. (1986). Social foundations of thought and action - a social cognitive theory - Bandura, A. *Journal of Psychology and Theology*, 14(4), 341-342. doi: 10.4135/9781446221129.n6
5. Bulik, C. M., Wade, T. D., Heath, A. C., Martin, N. G., Stunkard, A. J. & Eaves, L. J. (2001). Relating body mass index to figural stimuli: population-based normative data for Caucasians. *International Journal of Obesity*, 25, 1517-1524. doi: 10.1038/sj.ijo.0801742
6. Coelho, E. M., Padez, C., Moreira, P., Rosado, V. & Mourão-Carvalho, I. (2013). BMI and self-perceived body shape in Portuguese children. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 371-376.
7. Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*, 2nd Edition. Hillsdale: Lawrence Erlbaum. doi: 10.4324/9780203771587
8. Contreras, O. R., Fernández, J. G., García, L. M., Palou, P. & Ponseti, J. (2010). Relationship in adolescents between physical self-concept and participating in sport. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 23-39.



9. Cortés-Martínez, G., Vallejo-de la Cruz, N. L., Pérez-Salgado, D. & Ortiz-Hernández, L. (2009). Usefulness of body silhouettes to assess the nutritional status of school-age children and adolescents in Mexico City. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 66, 511-521.
10. Díaz, J. & Blaquez, M.P. (2001). Corporalidad y Síntomas depresivos en adolescentes. *Revista Psiquiatría y Psicología del Niño y Adolescente*, 1(3),16-25.
11. Gómez-Mármol, A., Sánchez-Alcaraz, B. J. & Mahedero-Navarrete, M. P. (2013). Body image dissatisfaction and distortion in twelve to seventeen years old teenagers. *Revista Agora para la Educación Física y el Deporte*, 15(1), 54-63.
12. González-Carcelén, C. M., López-Sánchez, G. F., Sánchez-García, C., Ibáñez-Ortega, E. J., & Díaz-Suárez, A. (2018). Body composition and body image of Sport Sciences students. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 4(3), 411-425. doi: 10.17979/sportis.2018.4.3.3443
13. Kaufer-Horwitz, M., Martínez, J., Goti-Rodríguez, L. M., & Ávila-Rosas, H. (2006). Association between measured BMI and self-perceived body size in Mexican adults. *Annals of human biology*, 33(5-6), 536-545. doi: 10.1080/03014460600909281
14. López-Sánchez, G. F., Borrego-Balsalobre, F. J., & Díaz-Suárez, A. (2013). Effects of a physical activity program on body composition of school children of 3-5 years. *SPORT TK: Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 2(2), 41-44.
15. López-Sánchez, G. F., López-Sánchez, L., & Díaz-Suárez, A. (2015). Body composition and heart rate variability: relations to age, sex, obesity and physical activity. *SPORT TK: Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 4(2), 33-40.
16. López-Sánchez, L., López-Sánchez, G. F. & Díaz-Suárez, A. (2015). Effects of a physical activity program on the body image of schoolchildren with ADHD. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 135-142. doi: 10.4321/S1578-84232015000200015
17. López-Sánchez, G. F., López-Sánchez, L., & Díaz-Suárez, A. (2016). Effects of a physical activity program on the sleep quality of schoolchildren with ADHD. *SPORT TK: Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 5(1), 19-26.
18. López-Sánchez, G. F., López-Sánchez, L., & Díaz-Suárez, A. (2016). Effects of a physical activity program on the general dynamic and segmentary coordination of children with ADHD. *Journal of Sport and Health Research*, 8(2), 115-128.
19. López-Sánchez, G. F., Nicolás-López, J., & Díaz-Suárez, A. (2016). Effects of a program of intense physical activity on the body composition of adolescents from Murcia. *SPORT TK: Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 5(2), 83-88.
20. López-Sánchez, G. F. (2017). *Composición corporal, imagen corporal, actividad física y salud en niños y adolescentes*. Tesis Doctoral. Universidad de Murcia, España.
21. López-Sánchez, G. F., Díaz-Suárez, A., Radzimiński, Ł., & Jastrzębski, Z. (2017). Effects of a 12-week-long program of vigorous-intensity physical activity on the body composition of 10-and 11-year-old children. *Journal of Human Sport & Exercise*, 12(1), 235-244. doi: 10.14198/jhse.2017.121.19
22. López-Sánchez, G. F., Díaz-Suárez, A., & Smith, L. (2018). Análisis de imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes españoles de 3 a 18 años. *Anales de Psicología*, 34(1), 167-172. doi: 10.6018/analesps.34.1.294781
23. Magallares, A., Carbonero-Carreño, R., Ruiz-Prieto, I. & Jauregui-Lobera, I. (2016). Beliefs about obesity and their relationship with dietary restriction and body image perception. *Anales de Psicología*, 32(2), 349-354. doi: 10.6018/analesps.32.2.215251



24. Mancilla-Medina, A., Vázquez-Arévalo, R., Mancilla-Díaz, J. M., Amaya-Hernández, A. & Alvarez-Rayón, G. (2012). Body dissatisfaction in children and preadolescents: A systematic review. *Mexican Journal of Eating Disorders*, 3, 62-79.
25. Moreno, J. A., Cervello, E. & Moreno, R. (2008). The importance of physical-sport practice and gender in physical self-concept from up to 23 years. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 171-183.
26. Morotti, E., Battaglia, B., Paradisi, R., Persico, N., Zampieri, M., Venturoli, S. & Battaglia, C. (2013). Body Mass Index, Stunkard Figure Rating Scale, and sexuality in young Italian women: a pilot study. *The Journal of Sexual Medicine*, 10(4), 1034-1043. doi: 10.1111/jsm.12045
27. Morrison, T. G., Kalin, R. & Morrison, M. A. (2004). Body-image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence*, 39(155), 571-592.
28. O'Dea, J. A. & Abraham, S. (2000). Improving the body image, eating attitudes, and behaviors of young male and female adolescents: A new educational approach that focuses on self-esteem. *International Journal of Eating Disorders*, 28(1), 43-57. doi: 10.1002/(SICI)1098-108X(200007)28:1<43:AID-EAT6>3.0.CO;2-D
29. Pedro, T. M., Micklesfield, L. K., Kahn, K., Tollman, S. M., Pettifor, J. M. & Norris, S. A. (2016). Body Image Satisfaction, Eating Attitudes and Perceptions of Female Body Silhouettes in Rural South African Adolescents. *PLOS ONE*, 11(5): e0154784. doi:10.1371/journal.pone.0154784
30. Ramos, P., Pérez de Eulate, L., Liberal, S. & Latorre, M. (2003). La imagen corporal en relación con los TCA en adolescentes vascos de 12 a 18 años. *Revista de Psicodidáctica*, 15-16, 65-74.
31. Ramos-Valverde, P., Rivera-Santos, F. & Moreno-Rodríguez, 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.
32. Rueda-Jaimes, G. E., Camacho, P. A., Milena, S. & Martínez, A. M. (2012). Validity and Reliability of Two Silhouette Scales to Assess the Body Image in Adolescent Students. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 41(1), 101-110.
33. Shavelson, R. J., Hubner, J. J. & Stanton, G. C. (1976). Selfconcept - Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407-441. doi: 10.3102/00346543046003407
34. Stunkard, A. J., Sorenson, T., & Schulsinger, F. (1983). *Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness*. In S. S. Kety, L. P. Rowland, R. L. Sidman, & S. W. Matthysse (Eds.), *Genetics of neurological and psychiatric disorders*. (pp. 115-120). New York: Raven Press.
35. Trejo-Ortiz, P. M., Castro-Veloz, D., Facio-Solís, A., Mollinedo-Montano, F. E. & Valdez-Esparza, G. (2010). Disatisfaction with de body shape associated to the Body Mass Index in adolescents. *Revista Cubana de Enfermería*, 26(3), 144-154.
36. Urrutia, S., Azpillaga, I., Luis de Cos, G. & Muñoz, D. (2010). Relación entre la percepción de estado de salud con la práctica físico deportiva y la imagen corporal en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(S), 51-56.

