

Imagen corporal en universitarios mexicanos: diferencias entre hombres y mujeres

Body image in university Mexican students: differences between men and women

*María Del Carmen Zueck Enríquez, **Natalia Solano-Pinto, *Elia Verónica Benavides Pando, **Julio César Guedea

*Universidad Autónoma de Chihuahua (México), **Universidad Castilla La Mancha

Resumen. El objetivo de esta investigación consistió comparar los perfiles de imagen corporal percibida de alumnos y alumnas universitarios mexicanos. La muestra total fue de 1577 sujetos; 871 mujeres y 706 hombres, con una edad media de 20.39 años (DE= 2.02) y 20.96 años (DE= 2.29) respectivamente. El abordaje adoptado en la investigación se enmarcó dentro de un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo tipo encuesta. Los resultados del análisis multivariante de la varianza, seguido por los análisis de varianza univariados, muestran que las mujeres son quienes muestran mayor insatisfacción con su imagen corporal. Las diferencias encontradas entre hombres y mujeres con respecto a la percepción de su imagen corporal, sugieren que al diseñar cualquier tipo de intervención que tenga como objetivo mejorar la percepción de la propia imagen habrá que tomar en cuenta a la variable género. Futuras investigaciones deberían replicar estos hallazgos en muestras más amplias.

Palabras clave: insatisfacción corporal, diferencias de género, educación superior, imagen corporal, creencias del estudiante.

Abstract. The purpose of the present study was to compare perceived body image profiles in Mexican university students according to gender. A total sample of 871 women (mean age = 20.39; SD = 2.02) and 706 men (mean age = 20.96; SD = 2.29) were selected for the study. A quantitative approach with a descriptive and transversal survey design was used. Results of the one-way multivariate analysis of variance, followed by one-way univariate analyses of variance, showed that compared with men, women present greater dissatisfaction with their body image. Due to the differences between men and women underlined in our study, we suggest to take into account gender while designing any intervention aiming to improve body image perception in students.

Keywords: body dissatisfaction, gender differences, higher education, body image, student's beliefs.

Introducción

La imagen corporal entendida como la representación que de una manera simbólica y global tiene el ser humano del propio cuerpo y la forma en que lo percibe es un constructo complejo que incluye percepciones del cuerpo (componente perceptivo), actitudes, sentimientos y pensamientos (componente cognitivo afectivo), así como las conductas derivadas de estas (componente conductual) que contribuyen a la formación del autoconcepto y forman parte de él (Baile, 2003; González, Cuervo, Cachón, & Zagalaz, 2016).

En la construcción de la imagen corporal del individuo, la imposición de un modelo estético ocasiona una ineludible comparación y divergencia entre el cuerpo ideal que impone la cultura en la que se vive y el cuerpo percibido (Fernández, González, Contreras, & Cuevas, 2015). De esta divergencia y la comparación negativa puede surgir insatisfacción corporal, insatisfacción que es una de las principales causas de una baja autoestima (Raich, 2000).

La adolescencia y juventud son etapas especialmente vulnerables para experimentar problemas de imagen corporal, ya que son momentos en el ciclo vital caracterizados por cambios fisiológicos, emocionales, cognitivos que contribuyen a que se incremente la preocupación por la apariencia física (Inglés et al., 2010; Santrock, 2004). Además, en estas etapas, el anhelo de adelgazar o de mantenerse delgado constituye uno de los principales factores de riesgo para los trastornos del comportamiento alimentario (Solano & Cano, 2012).

Por ello, la imagen corporal y las normas estéticas que rigen actualmente en nuestra sociedad pueden afectar el desarrollo psicológico tanto de hombres como de mujeres, pero son las mujeres las que presentan una mayor tendencia a padecer conflictos en la elaboración de la imagen corporal, vinculados al desarrollo de problemas en las conductas alimentarias (Francisco, Alarcão, & Narciso, 2011; Thompson, 2003). Lo anterior se debe a que los estándares de «belleza y delgadez» son especialmente rígidos para ellas (Calaf, León, Hilerio, & Rodríguez, 2005).

Raich (2004) afirma que en una sociedad que glorifica la belleza, la juventud y la salud no es extraño que aumente la preocupación por la apariencia física. De hecho se gastan millones cada año para mejorar el aspecto físico. Pero la preocupación exagerada puede llegar a ser alta-

mente perturbadora e incluso incapacitante para mucha gente.

La mayoría de los investigadores (Goñi & Rodríguez, 2007; Inglés et al., 2010; Lameiras, Calado, Rodríguez, & Fernández, 2003; Solano & Cano, 2012; Wardle, Haase, & Steptoe, 2006) de los trastornos de la conducta alimentaria concuerdan en que éstos tienen un origen multicausal, sobresaliendo la preocupación por la figura corporal y el seguimiento de dietas, sobre todo, en el sentido de pesar menos o adelgazar, estas conductas son consideradas de riesgo por los especialistas (Castillo, 2006; Inglés et al., 2010; Lameiras et al., 2003).

En este sentido, cobra especial relevancia indagar si pertenecer a determinado género produce o no beneficios físicos y/o cognitivos que contribuyan a disminuir la preocupación por la apariencia física al mejorar la percepción sobre la propia imagen corporal.

En este estudio se intenta determinar las diferencias y similitudes entre hombres y mujeres universitarios mexicanos en cuanto a la percepción sobre su imagen corporal; tomando en cuenta que en los últimos años la imagen corporal ha tomado un inmenso auge en las sociedades modernas, muchas de las cuales han creado toda una subcultura basada en la percepción y la importancia de la imagen ideal (Banfield & McCabe, 2002).

En consecuencia, esta investigación pretende, como investigación aplicada, aportar información que se traduzca en una práctica educativa de mayor calidad en el contexto de atención a la diversidad; contribuyendo al saber pedagógico en el esclarecimiento de los factores que conforman un modelo de desarrollo humano integral; bajo la premisa de que los esfuerzos educativos deben enfocarse hacia el aumento de los sentimientos de autovaloración y competencia de los estudiantes, fortaleciendo la autoestima y el autoconcepto, lo que a su vez favorecerá la motivación hacia el logro, las relaciones interpersonales y en general la forma particular de desenvolverse frente a diversas tareas y desafíos que se les presenten.

Metodología

Participantes

Participaron en el estudio 1577 sujetos, 871 mujeres y 706 hombres todos alumnos de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física (FCCF) de la Universidad Autónoma de Chihuahua. La edad de los sujetos fluctuó entre los 17 y 31 años, con una media de 20.64 y una desviación estándar de 2.16 años.

La muestra se obtuvo mediante un muestreo por conveniencia, tratando de abarcar la representatividad de los diferentes semestres de las licenciaturas que se ofrecen en la FCCF.

Instrumento

IMAGEN Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal de Solano y Cano (2010), consta de 38 ítems que permiten la obtención de una puntuación total de insatisfacción con la imagen corporal y puntuaciones en los componentes: cognitivo-emocional (21 ítems), perceptivo (10 ítems) y comportamental (7 ítems). De acuerdo a Solano y Cano (2010) el cuestionario IMAGEN tiene buena consistencia interna, buena estabilidad temporal y validez.

Para nuestro estudio se hicieron tres adaptaciones a la versión original Solano y Cano (2010):

Primera adaptación, en la escala original se puntúa con cinco opciones de respuesta: (0) casi nunca o nunca, (1) pocas veces, (2) unas veces sí y otras no, (3) muchas veces y (4) casi siempre o siempre; en la versión utilizada en la presente investigación el sujeto elige entre 11 posibles respuestas. Conjugamos la original con nuestra versión para que quedara de la manera siguiente: nunca (0), casi nunca (1, 2 y 3), a veces (4, 5 y 6), casi siempre (7, 8 y 9) y siempre (10). Esta primera adaptación se justifica porque los sujetos al ser estudiantes están acostumbrados a la escala de 0 a 10, ya que así han sido evaluados por el sistema educativo de nuestro país (México).

La segunda adaptación consistió en cambiar algunos términos utilizados en los ítems de la versión original con el fin de utilizar un lenguaje más adecuado al contexto de la cultura mexicana.

La tercera adaptación consistió en aplicar el instrumento por medio de una computadora; esto con el fin de permitir el almacenamiento de los datos sin etapas previas de codificación, con una mayor precisión y rapidez.

Diseño

En cuanto al diseño del estudio, se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo y transversal tipo encuesta (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010). La variable independiente fue el género y las variables dependientes el promedio de las puntuaciones insatisfacción total con la imagen corporal, componente de insatisfacción cognitivo-emocional, componente de insatisfacción perceptivo y componente de insatisfacción comportamental del cuestionario IMAGEN.

Procedimiento

Se invitó a participar en el estudio a los alumnos de las licenciaturas que se ofrecen en la Facultad de Ciencias de la Cultura Física de la Universidad Autónoma de Chihuahua.

Los que aceptaron participar firmaron la carta de aceptación correspondiente. Posteriormente se aplicó el instrumento, antes descrito, por medio de una computadora personal (módulo administrador del instrumento del editor de escalas de ejecución típica), en una sesión de aproximadamente 30 minutos; en los laboratorios o centros de cómputo de la FCCF.

Al inicio de cada sesión se hizo una pequeña introducción sobre la importancia de la investigación y de cómo acceder al instrumento. Se les solicitó la máxima sinceridad y se les garantizó la confidencialidad de los datos que se obtuvieran. Las instrucciones de cómo responder se encontraban en las primeras pantallas; antes del primer reactivo del instrumento. Al término de la sesión se les agradeció su participación.

Una vez aplicado el instrumento se procedió a recopilar los resultados por medio del módulo generador de resultados del editor de escalas versión 2.0 (Blanco et al., 2013).

Análisis de datos

Se realizaron análisis estadísticos descriptivos (medias y desviaciones estándar) para todas las variables dependientes. Posteriormente, después de verificar que los datos cumplieran con los supuestos de los análisis estadísticos paramétricos, se llevó a cabo un análisis multivariante de varianza (MANOVA), seguido por los análisis de varianza univariados (ANOVAs), para examinar las diferencias entre mujeres y hombres en cuanto a su imagen corporal percibida en insatisfacción total con la imagen corporal, componente de insatisfacción cognitivo-emocional, componente de insatisfacción perceptivo y componente de insatisfacción

comportamental, el tamaño del efecto se estimó mediante el eta cuadrado (η^2). Todos los análisis estadísticos se realizaron con el programa SPSS versión 20.0 para Windows. El nivel de significación estadística se estableció en $p=.05$.

Resultados

La Tabla 1 muestra los valores de las medias y las desviaciones estándar de la puntuación con la insatisfacción con la imagen corporal y los componentes de insatisfacción cognitivo-emocional, perceptiva y comportamental, así como los resultados del MANOVA y los subsiguientes ANOVAs. Los resultados del MANOVA indicaron diferencias significativas globales de acuerdo a la variable género en las puntuaciones de insatisfacción con la imagen corporal (Lambda de Wilks = .929; $p < .001$; $\eta^2 = .071$). Posteriormente, los resultados de los ANOVAs mostraron que las mujeres reportan una mayor insatisfacción total ($F = 29.257$, $p < .001$), insatisfacción cognitivo-emocional ($F = 70.265$, $p < .001$) y comportamental ($F = 9.184$, $p < .01$) que los hombres y sin diferencias en cuanto al componente de insatisfacción perceptiva.

Tabla 1.
Resultados MANOVA y ANOVAs para las diferencias en percepción de la imagen corporal de acuerdo al género.

| | mujeres (n = 871) | hombres (n = 706) | F | p | η^2 |
|------------------------------------|----------------------|----------------------|--------|-------|----------|
| Insatisfacción total | | | 39.913 | <.001 | .071 |
| Insatisfacción cognitivo-emocional | 2.07 (1.82) | 1.60 (1.62) | 29.257 | <.001 | .018 |
| Insatisfacción perceptiva | 3.97 (2.64) | 2.91 (2.31) | 70.265 | <.001 | .043 |
| Insatisfacción comportamental | 1.54 (2.12) | 1.40 (2.15) | 1.805 | >.05 | .001 |
| Insatisfacción comportamental | 0.71 (1.54) | 0.49 (1.23) | 9.184 | <.01 | .006 |

Nota. Los valores descriptivos se presentan como media (desviación estándar)

Discusión

Los resultados indican que las mujeres son quienes manifiestan mayor insatisfacción con su imagen corporal; lo que concuerda con lo reportado en otras investigaciones donde se afirma que las mujeres, en comparación con hombres de la misma edad y nivel de estudios, frecuentemente desean ser más delgadas o perder peso, independientemente de que sea necesario (Acosta, Llopis, Gómez-Peresmitré, & Pineda, 2005; Gómez-Peresmitré & Acosta, 2002; Muñoz, Zueck, Blanco, Chávez, & Jasso, 2014; Peláez, Labrador, & Raich, 2005) y se muestran más insatisfechas con su imagen corporal (Mercado, 2008; Molero, Ortega, Valiente, & Zagalaz, 2010; Muñoz et al., 2014).

Acorde a los resultados de la presente investigación, aunque la imagen corporal y las normas estéticas que rigen actualmente en nuestra sociedad pueden afectar el desarrollo psicológico tanto de hombres como de mujeres, son las mujeres las que al presentar una mayor tendencia a padecer conflictos en la elaboración de su imagen corporal tienden a desarrollar, en mayor medida, problemas relacionados con conductas alimentarias (Francisco et al., 2011; Thompson, 2003), esto posiblemente debido a que los estándares de «belleza y delgadez» son mucho más rígidos para ellas que para ellos (Calaf et al., 2005).

Los resultados obtenidos apuntan también a que las mujeres jóvenes pueden ser más susceptibles a la presión sociocultural que promueve un ideal de belleza poco realista; transmitido por el medio, la familia y los pares como lo proponen Englera, Crowtherb, Daltonb, y Sanftner (2006), Rodríguez, Oudhof, Gonzalez-Arratia, y Unikel-Santoncini (2010) y Jáuregui y Bolaños (2010).

Conclusiones

De los resultados mostrados, de su análisis y de su discusión, se pueden obtener las siguientes conclusiones:

1. Las mujeres en relación a los hombres hacen mayor referencia a pensamientos y emociones propias de la insatisfacción con su imagen corporal, donde se refleja el deseo y la necesidad percibida de tener un

cuerpo delgado o realizar dietas, el miedo a engordar y a presentar con mayor frecuencia comportamientos que son propios de personas con patología alimentaria, tales como producirse el vómito, utilizar laxantes, etc.

2. Las diferencias encontradas entre hombres y mujeres con respecto a su insatisfacción con su imagen corporal sugieren además que al diseñar cualquier tipo de intervención que tenga como objetivo la disminución de la misma habrá que tomar en cuenta a la variable género; no obstante, es preciso desarrollar más investigación al respecto pues el tema trasciende del todo los alcances de la presente investigación. Se subraya además la importancia de realizar un mayor número de investigaciones sobre el tema en nuestro país.

Por último, cuando menos dos limitaciones están presentes en este trabajo. La primera es que los participantes son solo estudiantes universitarios mexicanos, lo que supone una amenaza para la posibilidad de generalizar estos resultados. Ampliar la muestra (agregando por ejemplo adultos jóvenes que no son estudiantes) es un área de trabajo de cara al futuro. La segunda limitación proviene del propio instrumento de medición, que se basa en el autoinforme y que por ello puede contener los sesgos que se derivan de la deseabilidad social.

Agradecimientos

Este estudio es parte de un proyecto financiado por la Secretaría de Educación Pública-Subsecretaría de Educación Superior-Dirección de Superación Académica- Programa para el Desarrollo Profesional Docente (DE-13 -6894).

Referencias

Acosta, M. V., Llopis, J. M., Gómez-Peresmitré, G., & Pineda, G. (2005). Evaluación de la conducta alimentaria de riesgo. Estudio transcultural entre adolescentes de España y México. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 5(3), 223-232.

Baile, J. I. (2003). ¿Qué es la imagen corporal? *Cuadernos del Marqués de San Adrián: revista de humanidades*, 16(3), 53-70.

Banfield, S., & McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 37(146), 373-393.

Blanco, H., Ornelas, M., Tristán, J. L., Cocca, A., Mayorga-Vega, D., López-Walle, J., & Viciano, J. (2013). Editor for creating and applying computerise surveys. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 106, 935-940. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.105

Calaf, M., León, M., Hilerio, C., & Rodríguez, J. (2005). Inventario de Imagen Corporal para Fémias Adolescentes (IICFA). *Revista Interamericana de psicología*, 39(3), 347-354.

Castillo, B. (2006). Sociedad de consumo y trastornos de la conducta alimentaria. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 4, 321-335.

Englera, P. A., Crowther, J. H., Dalton, G., & Sanftner, J. L. (2006). Predicting Eating Disorder Group Membership: An Examination and Extension of the Sociocultural Model. *Behavior Therapy*, 37(1), 69-79. doi:10.1016/j.beth.2005.04.003

Fernández, J. G., González, Í., Contreras, O. R., & Cuevas, R. (2015). Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 25-33.

Francisco, R., Alarcão, M., & Narciso, I. (2011). Avaliação de factores de risco de desenvolvimento de perturbações alimentares: Desenvolvimento e estudos de validação da versão portuguesa do McKnight Risk Factor Survey IV. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 32(2), 143-170.

Gómez-Peresmitré, G., & Acosta, M. V. (2002). Valoración de la delgadez. Un estudio transcultural (México/España). *Psicothema*, 14(2), 221-226.

González, C., Cuervo, C., Cachón, J., & Zagalaz, M. L. (2016). Relación entre variables demográficas, la práctica de ejercicio físico y la percepción de la imagen corporal en estudiantes del grado de magis-

terio. *Retos*, 29, 90-94.

Goñi, A., & Rodríguez, A. (2007). Variables associated with the risk for eating disorders in adolescence. *Salud Mental*, 30(4), 16-23.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw- Hill.

Inglés, C. J., Piqueras, J. A., García-Fernández, J. M., García-López, L. J., Delgado, B., & Ruiz-Esteban, C. (2010). Diferencias de género y edad en respuestas cognitivas, psicofisiológicas y motoras de ansiedad social en la adolescencia. *Psicothema*, 22(3), 376-381.

Jáuregui, I., & Bolaños, P. (2010). Body image and quality of life in a Spanish population. *International Journal of General Medicine*, 4, 63-72. doi:10.2147/IJGM.S16201

Lameiras, M., Calado, M., Rodríguez, Y., & Fernández, M. (2003). Hábitos alimentarios e imagen corporal en estudiantes universitarios sin trastornos alimentarios. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3(1), 23-33.

Mercado, C. (2008). Aplicación del análisis de género a los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista de Salud*, 4(14), 1-14.

Molero, D., Ortega, F., Valiente, I., & Zagalaz, M. L. (2010). Estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva. *Retos*, 17, 38-41.

Muñoz, F., Zueck, M. C., Blanco, J. R., Chávez, A., & Jasso, J. (2014). Body image perception of Mexican youth: A gender comparison. *Education Journal*, 3(5), 261-265. doi:10.11648/j.edu.20140305.11

Peláez, M. Á., Labrador, F. J., & Raich, R. M. (2005). Prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria: Consideraciones metodológicas. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 5(2), 135-148.

Raich, R. M. (2000). *Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo*. Madrid: Pirámide.

Raich, R. M. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Revista Avances en Psicología Latinoamericana*, 22, 15-27.

Rodríguez, B., Oudhof, H., Gonzalez-Arratia, N. I., & Unikel-Santoncini, C. (2010). Desarrollo y validación de una escala para medir imagen corporal en mujeres jóvenes. *Salud Mental*, 33(4), 325-332.

Santrock, J. (2004). *Adolescencia. Psicología del desarrollo*. España: McGraw Hill.

Solano, N., & Cano, A. (2010). *IMAGEN Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal*. Madrid: TEA Ediciones.

Solano, N., & Cano, A. (2012). Ansiedad en los trastornos alimentarios: Un estudio comparativo. *Psicothema*, 24(3), 384-389.

Thompson, J. K. (2003). Introduction: Body image, eating disorders, and obesity – An emerging synthesis. En J. K. Thompson (Ed.), *Body image, eating disorders, and obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment* (pp. 1-20). Washington, D C: American Psychological Association.

Wardle, J., Haase, A., & Steptoe, A. (2006). Body image and weight control in young adults: International comparisons in university students from 22 countries. *International Journal of Obesity*, 30, 644-651.

