



UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

**Insatisfacción de la imagen corporal y autoestima en universitarias dentro del
contexto de pandemia COVID-19**

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciado en Psicología

AUTOR(ES)

Laguna Ramos, Mariana José
Vargas Celis, María Susana

0000-0002-0285-3803
0000-0002-9864-4992

ASESOR(ES)

Portocarrero Ramos, Carlos Alberto

0000-0001-8874-2348

Lima, 21 de octubre de 2024

DEDICATORIA

A nuestras familias y amigos, quienes siempre nos han apoyado.

RESUMEN

A raíz de la pandemia COVID-19, ocurrieron cambios en el estilo de vida de las personas (hábitos alimenticios, sedentarismo, aislamiento social, etc.), que incidieron en la insatisfacción de la imagen corporal y la autoestima. El objetivo del estudio fue relacionar la insatisfacción de la imagen corporal y la autoestima en universitarias peruanas en el contexto de pandemia COVID-19. Se empleó una estrategia asociativa y un diseño correlacional; participaron 220 universitarias de Lima y provincias, de 18 a 25 años ($M = 21.6$ y $DS = 1.97$). Se aplicaron la Escala de Autoestima Individual (Rosenberg, 1965) y el Cuestionario de la Imagen Corporal (Cooper et al., 1987). Los resultados indicaron una correlación negativa, moderada y estadísticamente significativa entre la insatisfacción de la imagen corporal y la autoestima ($\rho = -.46$ y $p < .001$). Con respecto a las comparaciones según variable y rango de edad: no se hallaron diferencias significativas en imagen corporal ($p = .065$ y $d = .153$), ni en preocupación por el peso ($p = .187$ y $d = .110$); se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la insatisfacción corporal a favor del grupo de mujeres de 18 a 21 años ($p = .022$ y $d = .191$); y en la autoestima a favor del grupo de mujeres de 22 a 25 años ($p < .001$ y $d = .276$). Finalmente, se observó que un 17% de participantes tienen insatisfacción corporal extrema y un 25% tiene una autoestima baja. En conclusión, a mayor insatisfacción de la imagen corporal, menor autoestima en la muestra de estudiantes universitarias en el contexto de pandemia.

Palabras clave: autoestima; imagen corporal; insatisfacción; Covid-19.

Body Image dissatisfaction and self-esteem in female university students within the context of the COVID-19

ABSTRACT

As a result of the COVID-19 pandemic, changes occurred in people's lifestyles (eating habits, sedentary lifestyle, social isolation, etc.), which had an impact on body image dissatisfaction and self-esteem. The aim of the study was to correlate body image dissatisfaction and self-esteem in Peruvian female university students in the context of the COVID-19 pandemic. An associative strategy and a correlational design were used; 220 female university students from Lima and provinces, aged 18 to 25 years ($M = 21.6$ and $SD = 1.97$) participated. The Individual Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965) and the Body Image Questionnaire (Cooper et al., 1987) were applied. The results indicated a negative, moderate and statistically significant correlation between body image dissatisfaction and self-esteem ($\rho = -.46$ and $p < .001$). Regarding comparisons according to variable and age range: no significant differences were found in body image ($p = .065$ and $d = .153$), nor in weight concern ($p = .187$ and $d = .110$); statistically significant differences were found in body dissatisfaction in favor of the group of women aged 18 to 21 years ($p = .022$ and $d = .191$); and in self-esteem in favor of the group of women aged 22 to 25 years ($p < .001$ and $d = .276$). Finally, it was observed that 17% of participants have extreme body dissatisfaction and 25% have low self-esteem. In conclusion, the greater the body image dissatisfaction, the lower the self-esteem of the participants.

Keywords: self-esteem; body image; dissatisfaction; Covid-19.

u201815945_Laguna Ramos Mariana José_Insatisfacción de la imagen corporal y autoestima en universitarias dentro del contexto de pandemia COVID-19

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	1%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
3	docs.google.com Fuente de Internet	1%
4	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Felipe I. Porflitt, Ricardo R. Rosas-Díaz. "Behind the scene: cognitive benefits of playing a musical instrument. Executive functions, processing speed, fluid intelligence and divided attention / Detrás de la escena: beneficios cognitivos de tocar un instrumento musical. Funciones ejecutivas, velocidad de procesamiento, inteligencia fluida y atención dividida", Estudios de Psicología, 2019 Publicación	1%

Introducción

A inicios del año 2020, El COVID-19 fue declarado como una pandemia en todo el mundo y ante este problema de salud, el gobierno peruano decidió aplicar restricciones para proteger a los ciudadanos; entre ellas, el confinamiento social obligatorio, que ocasionó cambios en el estilo de vida de los peruanos y como consecuencias la variación en el peso, la dieta y la actividad física. IPSOS (2021) aplicó una encuesta virtual, en la cual se halló que el 34% de peruanos aumentó de peso, mientras que el 28% lo redujeron.

Con respecto al peso, la población peruana que experimenta mayor sobrepeso está conformada por mujeres. El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) realizó la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), donde se encontró que las mujeres tienen más exceso de peso que los hombres en un 6.3%.

Adicionalmente, tomando en consideración el contexto de la pandemia, se realizó otra encuesta, y se reportó el estado nutricional de las mujeres de 15 a 49 años según su índice de masa corporal, en la cual se encontró que 1.6% de las mujeres presentó delgadez, 38% presentó sobrepeso, y un 26% presentó obesidad (INEI, 2020). Por lo tanto, se evidenció que en el contexto de la pandemia, más de la mitad de las mujeres experimentaron sobrepeso y obesidad.

El cambio en el físico de las personas, producido por la variación de peso, afecta a la insatisfacción corporal y autoestima, esto se ha comprobado en estudios que hallaron una relación entre el peso y la insatisfacción corporal (Rai et al., 2020; Robertson et al., 2021), y estudios que hallaron una relación entre la preocupación por el peso y la autoestima, como el de Escobar y Fuentes (2021). Asimismo, la población más afectada por estas variables son las mujeres, se ha encontrado que, además de ser quienes tienen un mayor aumento de peso, también presentan una mayor prevalencia de insatisfacción corporal (Calderón & León, 2021; Rai et al. 2020). De igual manera, se ha hallado relación entre la insatisfacción corporal y la autoestima en dicha población (Hinojosa & Pacheco, 2020; Villasante, 2021).

A partir de lo expuesto, se considera que la insatisfacción corporal y autoestima en mujeres peruanas son variables cuya correlación se debería investigar a mayor profundidad, debido a que los estudios previos que exploraron estas variables en el contexto de pre-pandemia demostraron que existió una correlación inversa y que entre los dos grupos, las mujeres presentaban una mayor incidencia, por lo que resulta importante ampliar dicho campo de investigación al haber un número reducido de estudios en el Perú que traten sobre este tema exclusivamente con mujeres estudiantes universitarias durante el contexto de la pandemia.

Este estudio tiene un valor práctico, ya que busca ampliar el conocimiento acerca de una problemática en una población donde existe una incidencia elevada, a partir del cual se pueden crear programas de prevención para el logro de una mayor satisfacción de la imagen corporal y la mejora de la autoestima de mujeres peruanas. Igualmente, tiene un valor social, debido a que los resultados pueden beneficiar a las jóvenes universitarias peruanas y a mujeres de poblaciones similares para que adquieran mayor conciencia de dicha problemática, la identifiquen en ellas mismas o en su contexto y puedan buscar alternativas de solución.

Han existido varias definiciones del concepto de imagen corporal a través de los años. Schilder (1950) lo define como la representación que se forma en la mente de la persona sobre su propio cuerpo y como lo percibe. Este concepto se caracteriza por ser subjetivo, ya que la opinión del individuo sobre su cuerpo se constituye sobre la base de si

es percibido como una totalidad o por sus partes y depende de la manera en que la persona piensa sobre su cuerpo, lo cual, es influenciado por la estética de la época y del entorno. Tiempo después, Cooper et al. (1987), define el mismo concepto como la percepción subjetiva que se tiene sobre el propio cuerpo, percepción que puede ser influenciada por factores sociales y culturales y que subsecuentemente pueden llegar a afectar la autoestima y el bienestar psicológico de la persona.

Un poco más adelante, ya en el siglo XXI, Raich (2004) amplía la definición de imagen corporal, haciendo hincapié en su complejidad. Para esta autora, el concepto incluye tanto la percepción del cuerpo en su totalidad y de cada una de sus partes, así como la manera en que este se mueve y sus límites. De igual manera, abarca la experiencia personal de las actitudes, pensamientos, emociones y juicios, junto con cómo estas influencias modelan la conducta.

Finalmente, en un estudio reciente, Veldhuis et al. (2020) definieron la imagen corporal como el conjunto de pensamientos y percepciones que una persona tiene sobre su propio cuerpo; el cual se ve significativamente influenciado por las redes sociales y las interacciones que ocurren en ella. Se destaca la importancia de las redes sociales como factor influyente en la imagen corporal debido a ser estas una parte importante y casi inescapable de la contemporaneidad.

El presente estudio está enfocado en la insatisfacción de la imagen corporal; tomando el concepto de Cooper et al. (1987) como base principal. Para este autor, la insatisfacción de la imagen corporal es un fenómeno complejo y considera dos aspectos: insatisfacción corporal y preocupación por el peso. En el primer aspecto, se encuentra la insatisfacción de un individuo por su apariencia física, en el cual la intensidad puede variar desde una leve insatisfacción por regiones específicas del cuerpo, hasta una extrema insatisfacción por percibir todo el cuerpo como detestable. En el segundo aspecto, se refleja la preocupación de un individuo por su peso corporal, en el cual se incluyen temores asociados a una variación del peso y la inhabilidad para estimar el tamaño del cuerpo correctamente, lo cual conlleva una intensificación del deseo de perder el peso, ya que el individuo percibe a su cuerpo de manera lejana a su imagen ideal (Cooper et al., 1987). De manera complementaria, Espósito (2015) plantea que la insatisfacción con la imagen corporal tiene una relación fundamental con perturbaciones cognitivas y afectivas sobre el cuerpo, de tal forma que el individuo desarrolla un concepto negativo sobre este y que puede predisponer el surgimiento de un trastorno alimenticio. Este planteamiento coincide con la definición de Braun et al. (2016), quienes sostienen que el nivel de insatisfacción con la imagen corporal ocurre porque la percepción y valoración del cuerpo real se encuentra en disonancia con la del cuerpo ideal, lo cual genera un conjunto de cogniciones y emociones desfavorables en el individuo con respecto a su forma corporal, el tamaño del mismo y su peso.

En cuanto a la segunda variable del estudio, para Rosenberg (1965), la autoestima consiste en un sentimiento dirigido a la propia persona, la cual puede ser positiva o negativa y se forma a través de una evaluación de las mismas características, siendo considerada una dimensión emocional; el autor menciona que la baja autoestima se relaciona con comportamientos de riesgo y depresión, mientras que la alta autoestima tiende a resultar en un bienestar psicológico mayor. Esto coincide con lo planteado por Zenteno (2017), quien menciona que experimentar un sentimiento positivo facilita el sentido de la identidad propia y repercute en la calidad de vida en los ámbitos laborales, profesionales, sociales, personales y espirituales; mientras que experimentar un sentimiento negativo conlleva al malestar, inconformidad, infelicidad, y desmotivación. Rosenberg (1965) también define la

autoestima como un fenómeno actitudinal que se origina de las fuerzas sociales y culturales, cuyo origen viene de un proceso comparativo que implica valores y desacuerdos; así, el nivel de autoestima se relaciona con la manera en que un individuo se percibe a sí mismo en comparación a sus valores personales, valores que se desarrollan mediante el proceso de socialización. Es un fenómeno que necesita del afecto y reconocimiento de las personas del entorno, y que involucra una necesidad de éxito y reconocimiento (Panesso & Arango, 2017).

Escobar y Fuentes (2021) en un estudio con universitarios, encontraron que insatisfacción corporal y autoestima correlacionan negativamente y que la angustia por el peso está relacionada moderadamente con la autoestima. Similarmente, Rai et al. (2020) estudiaron la relación entre el desarrollo del concepto propio y la autoestima en estudiantes universitarias; hallando que el nivel de autoestima de un individuo se relaciona positivamente con la percepción de la imagen corporal.

Con respecto a trabajos de investigación que se llevaron a cabo en la sierra peruana, Padilla y Mejía (2022) hallaron una correlación negativa entre la imagen corporal y la autoestima en universitarios de la ciudad de Huaraz, también se observó una correlación en las áreas de autoestima, siendo estas el área personal, social y familiar. Estos resultados concuerdan con los hallazgos en el estudio realizado por Guevara y Nuñez (2023), quienes hallaron una correlación negativa significativa entre la autoestima y la imagen corporal en mujeres de una universidad en Cajamarca durante el año 2022, Esta correlación varía según la edad, siendo que en mujeres de 18 a 21 años, es notablemente baja, lo que indica una mayor influencia de las preocupaciones sobre la imagen. Contrariamente, para las mujeres de 22 a 25 años, la correlación es más débil, sugiriendo que la autoestima se fortalece y mejora con la edad, reduciendo así las preocupaciones sobre la imagen corporal.

El objetivo principal del presente estudio fue relacionar la insatisfacción de la imagen corporal y la autoestima en las estudiantes universitarias peruanas, dentro del contexto de la pandemia COVID-19; igualmente, comparar la insatisfacción y la autoestima por rangos de edad (18 a 21 y 22 a 25); finalmente, caracterizar a la muestra de acuerdo con los niveles de las puntuaciones obtenidas en ambos instrumentos. Como hipótesis y sobre la base de los hallazgos de Escobar y Fuentes (2021), Hinostroza y Pacheco (2021), Padilla y Mejía (2022), y Guevara y Nuñez (2023) se plantea que existe una relación inversa entre la insatisfacción de la imagen corporal y la autoestima de las estudiantes universitarias dentro del contexto de pandemia.

Método

Diseño de investigación

Esta investigación es de tipo cuantitativo, transversal, con estrategia asociativa y diseño correlacional (Ato et al., 2013).

Participantes

Participaron 220 universitarias peruanas de 18 a 25 años ($M= 21.6$ años, $DS= 1.97$), que cursaban virtualmente el pregrado durante la pandemia COVID-19. Los criterios de inclusión fueron: pertenecer al género femenino, tener entre 18 a 25 años, estar cursando virtualmente pregrado, ser de nacionalidad peruana y residir en Perú. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: no tener un trastorno alimenticio diagnosticado, no tener un diagnóstico psicológico, no tener menos de 17 años, no tener más de 25 años, no estar en

ciclo sabático, no pertenecer al género masculino. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia; la muestra se calculó sobre la base de un análisis a priori de potencia con el programa G*Power (Faul et al., 2009). Se probó una hipótesis correlacional bivariada a dos colas, con una significación estadística de .05, una potencia estadística de .93 y una fuerza del efecto de .23. De este modo, el análisis sugirió una muestra de 214 participantes.

Participaron exclusivamente mujeres, la mayor parte vive en Lima 91.8%, el 65% estudia en una universidad privada de Lima, y el 54.5% estudia psicología. Las participantes respondieron que el 64.1% de ellas ganó peso durante la pandemia y el 35.9% lo perdieron. En cuanto al consumo de alimentos, el 74.5% dijo haber aumentado su consumo durante este tiempo y el restante 25.5% dijo haberlo disminuido. Por otro lado, se reveló que un 54.5% de ellas practicó alguna actividad física con el objetivo de alterar su peso y el otro 45.5% no lo hizo. Por último, el 73.6% considera el físico importante, a diferencia del 26.4% restante, que no lo considera de importancia.

Instrumentos

Formulario sociodemográfico

Se aplicó un formulario sociodemográfico con el fin de recoger información sobre los siguientes aspectos: a) la edad de los participantes, b) el lugar de residencia, c) la carrera de estudio a la que pertenecen, d) si es que está cursando actualmente de forma virtual, e) si es que ha ganado o perdido peso en el tiempo de pandemia, f) si es que su consumo de alimentos se incrementó o redujo, g) si es que practica algún tipo de actividad física y h) si es que considera su aspecto físico como algo con mucha importancia.

Escala de Autoestima de Rosenberg

Se utilizó la Escala de Autoestima Individual de Rosenberg (1965), adaptada y validada en el Perú por Schmitt y Allik (2005); es una escala unidimensional, tipo Likert de cuatro puntos (1= Muy en desacuerdo, 2= En desacuerdo, 3=De acuerdo, 4=Muy de acuerdo), que incluyó 10 ítems que valoran sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo; cinco de ellos están enunciados de forma positiva y los otros cinco de forma negativa con el objetivo de controlar el efecto de la aquiescencia. Para su interpretación, los ítems redactados de forma positiva (1, 3, 4, 7 y 10) se puntuaron del 1 a 4, mientras que los ítems redactados de forma negativa (2, 5, 6, 8 y 9), se puntuaron del 4 al 1. Si obtuvieron de 30 a 40 puntos, el resultado denotaba autoestima elevada, la cual era considerada como normal. Obtener de 26 a 29 puntos, significaba una autoestima media, lo que quiere decir que no hay problemas de autoestima grave. Por último, obtener menos de 25 puntos, resultaba en una autoestima baja, implicando problemas significativos de la misma. El instrumento presentó indicadores de validez convergente .27, -.35, .38 con índices de correlación significativos $p < .001$ y una confiabilidad muy alta de $\alpha = .83$ para Perú (Schmitt & Allik, 2005). En el presente estudio, la fiabilidad de la autoestima fue $\alpha = .85$ y $\omega = .87$.

Cuestionario de la Imagen Corporal

Se utilizó el cuestionario de la imagen corporal, el cual fue desarrollado por Cooper et al. (1987); adaptado y validado en el Perú por Zambrano (2013); y evalúa la insatisfacción con la imagen corporal, la cual comprende dos dimensiones: insatisfacción corporal y preocupación por el peso. Es un cuestionario de tipo Likert con seis opciones de respuesta que varía entre “siempre” y “nunca” (1 = Nunca, 2 = Raramente, 3 = A veces, 4 = A menudo, 5 = Muy a menudo, 6 = Siempre). Constó de 34 ítems que evaluaron dos factores: insatisfacción corporal y preocupación por el peso. El primer factor abarcó 20 de los ítems totales (1, 3, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 25, 26, 27, 29, 31, 32), y el segundo 14 (2, 4, 5, 6, 9, 16, 21, 22, 23, 24, 28, 30, 33, 34). Asimismo, las puntuaciones se dividieron en 3 categorías que separaban a los individuos que no tienen problemas o que solo están

preocupados por su imagen corporal, de los que se encontraban en peligro de padecer trastornos alimenticios. De 0 a 82 puntos, se consideró que No hay Insatisfacción. El individuo no estaba preocupado por su imagen corporal, aunque ocasionalmente podía aparecer cierta insatisfacción con el cuerpo, que, sin embargo, no es una prioridad. De 83 a 130 puntos, se consideró que había una Moderada Insatisfacción, significando que existía un miedo eventual a engordar de vez en cuando, pero que no escala a pensamientos negativos. De 131 a 204 puntos, se consideró que hay una Extrema Insatisfacción. Aquí, el individuo era afectado considerablemente por los pensamientos angustiosos y las sensaciones de insatisfacción con su propia imagen. El instrumento mostró sólidos indicadores de validez convergente y de criterio por diferenciación entre grupos, así como una alta confiabilidad por consistencia interna de $\alpha = .98$ para Perú (Zambrano, 2013). En el presente estudio, la fiabilidad de la insatisfacción corporal fue $\alpha = .94$ y $\omega = .95$. y la fiabilidad de la preocupación por el peso fue $\alpha = .94$ y $\omega = .94$.

Procedimiento

Los datos del estudio se recogieron dentro del periodo de la pandemia por COVID-19. En primer lugar, para la aplicación de los instrumentos se difundió un mensaje mediante las redes sociales (*WhatsApp, Facebook, Instagram*) a nuestros contactos para llegar a los posibles participantes con el link del cuestionario en *Google forms*, que contuvo el consentimiento informado, la ficha sociodemográfica, los dos instrumentos e instrucciones. Asimismo, en el consentimiento informado que se proporcionó a los participantes, se les informó acerca del objetivo de la investigación, la confidencialidad de la información, el derecho de no participar o dejar de participar, y la información de contacto de las personas responsables por el trabajo. Por último, se seleccionaron los cuestionarios que fueron desarrollados adecuadamente, cumpliendo con los criterios planteados y se procedió a procesar los datos.

Aspectos éticos

Se solicitó el permiso para el uso de la Escala de Autoestima Individual de Rosenberg y el cuestionario de la Imagen Corporal de Cooper et al., pero no se obtuvo respuesta de los autores. Las pruebas usadas se encuentran en revistas de libre uso; asimismo, se obtuvo la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, para realizar el protocolo de evaluación de la investigación. Los participantes lo hicieron voluntariamente, no recibieron ningún incentivo económico ni beneficio alguno, los datos fueron anónimos y excluyentes para otros usos.

Análisis de datos

Con el programa Jamovi, se realizó el análisis de fiabilidad para obtener el coeficiente de Omega. En segundo lugar, se hizo uso de este mismo programa para obtener estadísticos descriptivos como la media, la desviación estándar, el puntaje mínimo y el puntaje máximo, la asimetría y la curtosis. En base a los resultados obtenidos, se identificó si tenían o no distribución normal, a partir de ello se procedió a hacer el análisis de correlaciones, haciendo uso del coeficiente *rho* de Spearman con un tamaño de efecto pequeño de .276 y .153 (Cohen, 1988); posteriormente, se hicieron las comparaciones de cada variable, según los grupos de edad, utilizando el coeficiente U de Mann-Whitney con un tamaño de efecto pequeño de .153, .191, .110, y .276 (Cohen, 1988).

Resultados

Análisis de correlaciones

La tabla 1 muestra que la imagen corporal y la autoestima tienen una correlación negativa, significativa ($rho = -.46, p < .001.$) y de magnitud moderada (Cohen, 1988).

Tabla 1*Correlación de la imagen corporal con la autoestima*

	Autoestima
Imagen corporal	-.46***

*** $p < .001$.

La tabla 2 muestra que la dimensión de imagen corporal, insatisfacción corporal ($\rho = -.50$, $p < .001$), correlaciona significativa y negativamente con Autoestima. Por otro lado, la otra dimensión de imagen corporal, preocupación por el peso ($\rho = -.39$, $p < .001$), correlaciona significativa y negativamente con Autoestima. Asimismo, ambas dimensiones tienen una magnitud moderada (Cohen, 1988).

Tabla 2*Correlaciones entre las dimensiones de imagen corporal y autoestima*

Imagen corporal	Autoestima
Insatisfacción con la imagen corporal	-.50***
Preocupación por el peso	-.39***

*** $p < .001$.**Análisis de comparaciones de grupos**

Se comparó, la imagen corporal según la edad y se halló que no hay diferencias estadísticamente significativas ($p = .065$), entre las mujeres de 18 a 21 años, quienes tienen una puntuación mayor (*Media* = 96.3, *Mediana* = 93.0 y *DE* = 33.30) que el grupo de mujeres de 22 a 25 años (*Media* = 88.4, *Mediana* = 82.5 y *DE* = 35.47), con un tamaño de efecto pequeño ($d = .153$) (Cohen, 1988).

En cuanto a la insatisfacción corporal según la edad, se halló diferencia estadísticamente significativa ($p = .022$), entre las mujeres de 18 a 21 años, quienes tienen una puntuación mayor (*Media* = 51.2, *Mediana* = 49.0 y *DE* = 18.75) que el grupo de mujeres de 22 a 25 años (*Media* = 45.7, *Mediana* = 41.0 y *DE* = 18.94), con un tamaño de efecto pequeño ($d = .191$) (Cohen, 1988).

Con respecto a la preocupación por el peso, no se encontró diferencia estadísticamente significativa entre los dos grupos de mujeres ($p = .187$), con un tamaño de efecto pequeño ($d = .110$) (Cohen, 1988).

Por último, en autoestima, se halló diferencia estadísticamente muy significativa ($p < .001$). Se determina que el grupo de mujeres de 22 a 25 años tienen una puntuación mayor (*Media* = 31.0, *Mediana* = 31.0 y *DE* = 4.74) que el grupo de mujeres de 18 a 21 años

(*Media* = 28.5, *Mediana* = 28.5 y *DE* = 5.15), con un tamaño de efecto pequeño ($d = .276$) (Cohen, 1988). Estos resultados pueden observarse en la tabla 3.

Tabla 3

Comparaciones en imagen corporal y autoestima según rango de edad.

Mediciones	De 18 a 21 años ($n = 148$)			De 22 a 25 años ($n = 72$)			<i>p</i>	<i>d</i>
	<i>Media</i>	<i>Mediana</i>	<i>DE</i>	<i>Media</i>	<i>Mediana</i>	<i>DE</i>		
Imagen Corporal	96.3	93.0	33.30	88.4	82.5	35.47	.065	.153
Insatisfacción corporal	51.2	49.0	18.75	45.7	41.0	18.94	.022	.191
Preocupación por el peso	45.5	45.0	15.68	42.7	40.5	17.33	.187	.110
Autoestima	28.5	28.5	5.15	31.0	31.0	4.74	< .001	.276

p = U de Mann Whitney, *d* de Cohen = Tamaño de efecto

Análisis descriptivo

Para describir la insatisfacción de la imagen corporal y la autoestima, se utilizaron los baremos de los instrumentos.

En los resultados obtenidos se halló que dentro de la variable imagen corporal, un 43% de las participantes no tiene insatisfacción corporal, un 40% tiene moderada insatisfacción corporal y un 17% tiene extrema insatisfacción corporal. Con respecto a los niveles de insatisfacción corporal, de 0 a 82 puntos se considera que no hay insatisfacción, de 83 a 130 hay una moderada insatisfacción, y de 131 a 204 hay una extrema insatisfacción. Estos resultados se observan en la tabla 4.

Tabla 4

Niveles de Insatisfacción según el Cuestionario de la Imagen corporal

Nivel de insatisfacción del instrumento	Puntaje establecido por el instrumento	Porcentaje de participantes que obtuvo el puntaje
No hay insatisfacción	0-82	43%
Moderada insatisfacción	83-130	40%
Extrema insatisfacción	131-204	17%

Con lo que respecta a la variable autoestima, se obtuvo que el 25% de las participantes tiene una autoestima baja, un 22% tiene autoestima media y un 52% tiene una autoestima elevada. En cuanto a los niveles de autoestima, de 0 a 25 puntos se considera una autoestima baja, de 26 a 29 una autoestima media y de 30 a 40 una autoestima elevada. Estos resultados se observan en la tabla 5.

Tabla 5

Niveles de Autoestima según la Escala de Autoestima individual

Nivel de autoestima del instrumento	Puntaje establecido por el instrumento	Porcentaje de participantes que obtuvo el puntaje
Autoestima baja	0-25	25%
Autoestima media	26-29	22%
Autoestima elevada	30-40	52%

Discusión

En este estudio se encontró que la hipótesis planteada se valida, de tal modo que existe correlación negativa moderada entre la variable de insatisfacción corporal y autoestima; se respaldó la idea de que, a mayor insatisfacción corporal, menor autoestima en jóvenes universitarias; lo cual sugiere que las valoraciones negativas de la imagen corporal se correlacionan significativamente con la autoestima de estas mujeres. Los resultados encontrados son concordantes con los hallazgos presentados por Escobar y Fuentes (2021), Villasante (2021) e Hinostroza y Pacheco (2021), quienes encontraron que si las estudiantes tienen más pensamientos y emociones desfavorables acerca de su figura personal tendrán menor autoestima. Asimismo, se considera que la relación entre la insatisfacción corporal y la autoestima de las jóvenes es considerablemente afectada por el contexto cultural y las experiencias de cada una, como se observa en los hallazgos de Vall-Roqué et al. (2021). En esta línea, durante el contexto de pandemia COVID-19 y debido al subsiguiente confinamiento, aumentó el uso de redes sociales, lo que contribuyó al impacto psicológico en las estudiantes, ya que, al estar expuestas durante más tiempo a los estándares de belleza compartidos en internet, éstos fueron internalizados y generaron otras expectativas, ocasionando que realicen autovaloraciones negativas al compararse con dichos modelos, e impactando desfavorablemente en su autoestima.

En cuanto a la insatisfacción corporal según la edad, las mujeres de 18 a 21 años obtuvieron puntuaciones más altas en comparación con las mujeres de 22 a 25 años. Esto es apoyado por Rai et al. (2020), quienes hallaron que los adolescentes evidencian una mayor insatisfacción corporal. Esto podría indicar que la adolescencia influye en la insatisfacción corporal de las mujeres, ya que en esta etapa ellas se encuentran más vulnerables a ser influenciadas por la comparación social y los estándares de belleza aceptados por la cultura. Las mujeres de 18 a 21 años, un grupo que recientemente ha culminado la etapa de la adolescencia, y por ende están más cercanas a ella, podrían en teoría sentirse aun afectadas por las preocupaciones e influencias que acarrea la adolescencia, a comparación del grupo mayor de 22 a 25 años, con más años de vida y experiencia, para madurar y consolidar mayor confianza y autoestima sobre sí mismas, por lo que son menos afectadas por la insatisfacción corporal.

Con respecto a la preocupación por el peso según la edad, no se encontraron diferencias significativas entre los dos grupos etarios. Escobar y Fuentes (2021) obtuvieron

que dentro de su muestra, la mayoría (85,5%) se encuentra en el nivel "Ocasional" respecto a este factor, lo que significa que solo en ciertas situaciones se pueden interesar en el peso, pero no a tal grado que afecte de forma grave su bienestar emocional. Se teoriza que la preocupación por el peso en las universitarias se presenta independientemente de su edad y prevalece a lo largo de sus vidas; además, se considera que la inquietud que las mujeres puedan experimentar no está tan estrictamente relacionada con el número indicador de su peso, sino a cómo este transforma su cuerpo y por ende su imagen corporal.

En cuanto a la variable de autoestima según edad, se obtuvo que las estudiantes de 22 a 25 años presentaron puntuaciones más altas en comparación a las mujeres de 18 a 21 años; estos resultados son concordantes con los de Rai et al. (2020), quienes también encontraron diferencias significativas entre ambos grupos de edad. Es posible que las estudiantes menores hayan obtenido las puntuaciones más bajas de autoestima, debido a que ellas, al ser más jóvenes, han atravesado la etapa de adolescencia recientemente y están adaptándose a los cambios que conlleva la adultez, esto implica una mayor importancia a su autovaloración y que esta es fuertemente influenciada por factores externos, en comparación a las mujeres mayores, quienes ya han logrado consolidar su autoestima de manera más estable y son menos susceptibles a dichos factores.

En lo que concierne al análisis de los niveles de las variables, se observó que el mayor porcentaje de las participantes, un 43%, no tiene insatisfacción corporal; lo que indica que las jóvenes no experimentan tanta preocupación por su imagen corporal y aunque en ocasiones pueden sentir cierta inquietud por cómo luce su propio cuerpo, esto no representa algo prioritario en sus vidas. De forma similar, en la variable de autoestima, más de la mitad de las jóvenes, un 52%, tiene una autoestima elevada; denotando un nivel normal. No se han encontrado antecedentes, pero se consideró pertinente hacer una clasificación por niveles para el entendimiento más detallado de la investigación. En conclusión, se observa que, en el contexto de confinamiento por la pandemia, la imagen corporal y autoestima de las participantes no ha sido a tal grado de convertirse en un factor incapacitante para la mayor parte de la población de estudio, sin embargo para un porcentaje menor de ellas sí se ha demostrado una incidencia remarcable.

En cuanto a los resultados, se validó la hipótesis alternativa, hallando una correlación negativa entre las dimensiones de imagen corporal con la autoestima. Asimismo, se observó que el grupo de mujeres de 18 a 21 años puntuaron más alto en insatisfacción corporal en comparación al otro grupo etario; lo cual puede ser un indicador de la vulnerabilidad que experimentan estas estudiantes, especialmente, durante la etapa de la adolescencia. En cuanto a la preocupación por el peso, no se hallaron diferencias significativas entre los dos grupos de edad, notando que más del 80% se preocupaba ocasionalmente por su peso, más esto no representaba un motivo de malestar o de gran ansiedad. Con respecto a la autoestima según edad, se obtuvo que las estudiantes de 22 a 25 años obtuvieron puntuaciones más altas en comparación al resto; esto puede deberse a que sus contrapartes menores han pasado por la adolescencia hace poco y aún están asimilando los cambios que conlleva el convertirse en un adulto, por lo que le dan gran importancia a las opiniones e influencias externas, afectando su autovalor. Por último, al analizar los niveles de las variables se observó que un 43% de participantes no tiene insatisfacción corporal; similarmente, un 52% tiene una autoestima elevada; denotando que poco más de la mitad de las estudiantes tiene un nivel normal en cuanto a esta variable.

En cuanto a las limitaciones del trabajo, la aplicación de los instrumentos fue de manera virtual, por lo que puede haber sesgos por la falta de capacidad para revisar la forma en que se llena el cuestionario virtualmente. Asimismo, la forma de recolección de cuestionario también tiene sesgos; según Hernández y Mendoza (2018) algunos de estos

podrían ser el sesgo de respuesta social, en el que los encuestados sienten presión por responder de forma socialmente aceptable por temor a las críticas, ocasionando que no sean totalmente honestos. Puede haber un sesgo de memoria, en donde hay dificultades para recordar eventos o detalles específicos, llevando a tener respuestas poco precisas o inexactas. Asimismo, el sesgo de selección podría ocurrir cuando los encuestados se seleccionan de manera sesgada, lo que puede afectar la representatividad de la muestra y los resultados del cuestionario. Por último, el tamaño de muestra y el tipo no probabilístico empleado en la investigación no permite realizar generalizaciones de los resultados, ya que la muestra fue conformada por voluntarios.

Con respecto a las implicancias, los datos hallados en este estudio servirían para la creación de programas de prevención, ya que la información recolectada se centra en la descripción de la insatisfacción y autoestima que las jóvenes universitarias experimentaron durante la pandemia, de manera que esta información se puede utilizar para dirigir los programas de prevención, en especial para las mujeres más jóvenes, quienes presentan los niveles más bajos de insatisfacción corporal y autoestima.

Por último, las recomendaciones que se harían para seguir investigando sobre este tema serían la consideración de una muestra más grande para que los resultados reflejen mayor representatividad de la población real. También, se recomienda la creación y validación de programas de prevención que puedan enfocarse en los factores de riesgo identificados para prevenir el desarrollo de insatisfacción corporal y baja autoestima en mujeres jóvenes.

Referencias

- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación para diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29 (3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baile, J. (2003). ¿Qué es la imagen corporal? *Cuadernos del Marqués de San Adrián: Revista de Humanidades*, (2), 53-70. <https://udimundus.udima.es/bitstream/handle/20.500.12226/313/articuloimagencorporal.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Braun, T., Park, C., & Gorin, A. (2016). Self-compassion, body image, and disordered eating: A review of the literature. *Body image*, 17, 117-131. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144516301000>
- Calderón, B., & León, S. (2021). *Relación entre el consumo de alimentos, imagen corporal y depresión ante el aislamiento social por el COVID-19 en la población peruana* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional de la UPeU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4631>
- Cooper, P., Taylor, M., Cooper, Z., & Fairbum, C. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O)
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.) Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Escobar, S., & Fuentes, N. (2021). *Insatisfacción de la imagen corporal y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte en el 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional de la UPN. <https://hdl.handle.net/11537/27489>
- Espósito, D. (2015). Influencia del modelo estético corporal prevalente e insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de escuela secundaria básica. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6, 91-96. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007152315000245>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods* 41, 1149–1160 (2009). <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Guevara, F., & Nuñez, M. (2023). *Autoestima e imagen corporal en mujeres de una universidad de la ciudad de Cajamarca en el año 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional de la UPN. <https://hdl.handle.net/11537/35885>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

- Hinostroza, L., & Pacheco, V. (2020). *Insatisfacción corporal y autoestima en estudiantes adolescentes del colegio José Faustino Sánchez Carrión en la ciudad de Huancayo* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Académico USIL. <https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/afce5ec5-664b-4092-bc2d-f63d9b380a18/full>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2018). *Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) 2018 - [Instituto Nacional de Estadística e Informática - INEI]* <https://www.datosabiertos.gob.pe/dataset/encuesta-demogr%C3%A1fica-y-de-salud-familiar-endes-2018-instituto-nacional-de-estad%C3%ADstica-e>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020). *Perú Encuesta demográfica y de salud familiar ENDES 2020*. https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/INFORME_PRINCIPAL_2020/INFORME_PRINCIPAL_ENDES_2020.pdf
- IPSOS. (2021). *Dieta y salud en tiempos de COVID-19*. <https://www.ipsos.com/es-pe/dieta-y-salud-en-tiempos-de-covid-19>
- Padilla, I., & Mejía, R. (2022). *Imagen corporal y autoestima en universitarios de la ciudad de Huaraz* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/89161>
- Panesso K., & Arango M. J. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psyconex*, 9(14), 1-9. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>
- Rai, A., Bhardwaj, A., & Nohwal, T. (2020) Self-esteem and body image-a correlational study. *i-manager's Journal on Humanities & Social Sciences*, 1(4), 41-50. https://www.researchgate.net/profile/Anamika-Rai-4/publication/349684032_SELF-ESTEEM_AND_BODY_IMAGE-A_CORRELATIONAL_STUDY_By_ANAMIKA_RAI_AARTI_BHARDWAJ_TAMANNA_NOHWAL/links/603c8a8f4585158939d98e85/SELF-ESTEEM-AND-BODY-IMAGE-A-CORRELATIONAL-STUDY-By-ANAMIKA-RAI-AARTI-BHARDWAJ-TAMANNA-NOHWAL.pdf
- Raich, R. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 22(1), 15-27. <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1261/1144>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press
- Robertson, M., Duffy, F., Newman, E., Prieto, C., Ates, H., & Sharpe, H. (2021). Exploring changes in body image, eating and exercise during the COVID-19 lockdown: A UK survey. *Appetite*, 159, 105062. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105062>
- Schilder, P. (1950). *The image and appearance of the human body*. N. York, International Universities Press.
- Schmitt, D. & Allik, J. (2005). Simultaneous Administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 Nations: Exploring the Universal and Culture-Specific Features of Global Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 623-42.

https://www.researchgate.net/publication/7481848_Simultaneous_Administration_of_the_Rosenberg_Self-Esteem_Scale_in_53_Nations_Exploring_the_Universal_and_Culture-Specific_Features_of_Global_Self-Esteem

- Vall-Roqué, H., Andrés, A., & Saldaña, C. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 110, 110293. <https://assets.researchsquare.com/files/rs-71386/v1/36efabf8-185c-4b7f-bc7f-c85a241055dc.pdf?c=1631854456>
- Veldhuis, J., Alleva, J., de Vaate, A., Keijer, M., & Konijn, E. (2020). Me, my selfie, and I: The relations between selfie behaviors, body image, self-objectification, and self-esteem in young women. *Psychology of Popular Media*, 9(1), 3-13. <https://doi.org/10.1037/ppm0000206>
- Villasante, E. (2021). *Autoestima, imagen corporal y satisfacción con la carrera elegida en estudiantes de la Universidad Peruana Unión, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional de la UPeU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4667>
- Zambrano, L. (2013). *Adaptación Psicométrica del Cuestionario de Imagen Corporal de Cooper*. Taylor, Cooper y Fairburn en adolescentes de nivel secundaria del distrito de Santa Rosa, Lima.
- Zenteno, M. E. (2017). La autoestima y cómo mejorarla. *Revista Ventana Científica*, 8(13) 43-46. http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2305-60102017000100007&lng=es&nrm=iso