



LA IMAGEN CORPORAL Y SU RELACIÓN CON LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

THE BODY IMAGE AND ITS RELATION WITH THE DISORDERS OF THE EATING BEHAVIOR IN THE UNIVERSITY STUDENTS

Liliana **Bórquez-Borbón**¹; Gisela **Cota-Yucupicio**²; Jorge Esteban **Herrera-Plascencia**³ y Liliana Eloisa **Padilla-Bórquez**⁴

¹Profesor de tiempo completo investigador de la Universidad Autónoma de Occidente, Blvd. Macario Gaxiola y Carretera Internacional México 15 S/N, Los Mochis, Sinaloa. ²Directora de la Unidad Regional Los Mochis de la Universidad Autónoma de Occidente, Blvd. Macario Gaxiola y Carretera Internacional México 15 S/N, Los Mochis, Sinaloa. ³Coordinador del Programa Educativo de Comunicación de la Unidad Regional Los Mochis de la Universidad Autónoma de Occidente, Blvd. Macario Gaxiola y Carretera Internacional México 15 S/N, Los Mochis, Sinaloa. ⁴Profesor de asignatura de la Universidad Pedagógica de Sinaloa, Calle Huanacastes 1280, Álamos Uno, 81285 Los Mochis, Sin.

RESUMEN

El estudio se realizó con el propósito de analizar el estado que guarda la imagen corporal y su vínculo con los trastornos alimenticios de los jóvenes universitarios tomando como base las frecuencias porcentuales de estados nutricionales en los estudiantes, los indicadores que se tomaron fueron la talla y el peso para sacar el índice de masa corporal, por otra parte se aplicó el cuestionario AF-5 que evalúan aspectos del autoconcepto de la persona, proporciona puntuaciones en las áreas social, emocional y física.

Palabras clave: autopercepción, aceptación, jóvenes, sociedad.

ABSTRACT

The purpose of the study was to analyze the state of the bodily image and its link with the eating disorders of young university students based on the percentage frequency of nutritional states in the students, the indicators that were taken were the size and weight to take out the body mass index, on the other hand applied the questionnaire AF-5 that evaluate aspects of the self concept of the person, provides scores in the social areas, emotional and physical.

Key words: company self-perception, acceptance, youth, society.

INTRODUCCIÓN

Durante las últimas décadas los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) han generado una importancia de atención social y científica, obligando a un análisis de los factores que se encuentran asociados a su aparición, consecuencias en el estado nutricional de la persona y su posible atención clínica. La anorexia³ y la bulimia⁴ son dos de los TCA de mayor presencia en los adolescentes. Pese a ser una enfermedad multifactorial, uno de los factores que ha sido considerado clave para la manifestación de TCA se encuentra la asociación a la imagen corporal. Cabe recordar que, en México, el 35.8% de las adolescentes mujeres presenta un estado de sobrepeso y obesidad; los hombres, en un 34.1% (Salazar, Salazar Vázquez y Pérez, 2015), lo cual representa un elemento que inciden en la representación de la

³ Restricción de la ingesta energética en relación con las necesidades, que conduce a un peso corporal significativamente bajo con relación a la edad, el sexo, el curso del desarrollo y la salud física (DSM-5).

⁴ Episodios recurrentes de atracones seguidos de comportamientos compensatorios inapropiados recurrentes para evitar el aumento de peso, como el vómito autoprovocado, el uso incorrecto de laxantes, diuréticos u otros medicamentos, el ayuno o el ejercicio excesivo (DSM-5)

imagen corporal del adolescente, trayendo consigo la manifestación de un descontento con su físico y sea propenso a presentar TCA a fin de reducir su peso. Esto, como menciona Vaquero, Alacid, Muyor y López (2012) impacta principalmente en la búsqueda de poseer una delgadez por parte de los adolescentes. La insatisfacción en los hombres puede presentarse por el deseo de lucir más fuertes y las mujeres más delgadas, trayendo la necesidad de reducir su peso posiblemente originado por un ideal corporal, lo cual repercute en el desarrollo de los TCA.

Objetivos

Objetivo general

Evaluar la influencia de la imagen corporal en los Trastornos de la Conducta Alimentaria en los estudiantes de la Universidad de Occidente.

Objetivos específicos

- Identificar cómo perciben su imagen corporal los estudiantes.
- Detectar la incidencia de Trastornos de la Conducta Alimentaria en los estudiantes.

Justificación

De acuerdo a cifras proporcionadas por la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2012), en México durante los últimos 20 años los trastornos alimentarios se incrementaron en un 300%. En la población universitaria entre un 19% y 30% de las mujeres presentan algún tipo de TCA, debido a su obsesión por su imagen corporal. En complemento, la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2013) en su reporte de la Tercera Encuesta Nacional sobre exclusión, intolerancia y violencia en las escuelas de educación media superior, informó que el 25% de las mujeres encuestadas entre 15 y 18 años han dejado de comer por periodos de 12 horas debido al temor a engordar; mientras que uno de cada 10 alumnos masculinos emplea el ayuno como medida contra la obesidad o el sobrepeso; además, que una de cada 10 personas encuestadas relató haber vomitado para bajar de peso. Un 40% de los adolescentes que presentan conductas alimentarias de riesgo tienen una cura total, el otro 57% puede llegar a tener una vida normal recibiendo tratamiento médico y un 3% fallece (ENSANUT, 2012).

Cuando los efectos de los TCA son detectados a tiempo se reduce el riesgo de tener un impacto sobre la salud de la persona. Uno de los factores asociados al asumir estas conductas alimentarias por parte de los adolescentes son derivadas por los estándares de belleza y de los modelos a favor de delgadez que la sociedad actual manifiesta, (Vaquero et al., 2003), ocasionando en los adolescentes un conflicto al comparar la imagen corporal ideal que se proyecta y la imagen corporal real con la que se percibe, lo que en muchas ocasiones los lleva a tomar conductas alimentarias que pueden atentar contra su salud, todo por el objetivo de satisfacer la imagen corporal deseada. En virtud de lo anterior, el presente estudio busca analizar la percepción de la imagen corporal de los estudiantes y conocer el impacto en el desarrollo de TCA.

Marco teórico

Explica Rivarola (2003) que aún resulta difícil identificar las causas que provocan los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) dada la condición de ser una patología multifactorial. En la década de los sesenta, Bruch (1965) y citada por Rivarola (2003) identificó la presencia de un trastorno de la imagen

corporal en los pacientes diagnosticados con anorexia y bulimia. Esta representación mental de las dimensiones corporales fue entendido como alteración del concepto que cada persona posee de sí mismo; presencia de trastornos en la percepción e interpretación cognitiva de los estímulos interoceptivos⁵ y la sensación de no poseer el control con relación a las funciones corporales. Thompson (1990) y citado por Rivarola (2003) señaló que, en estos pacientes, se manifestaba de dos maneras: la primera correspondía a una dimensión perceptual del individuo, evidenciando el grado exactitud o inexactitud con la que la persona valoraba sus dimensiones corporales; la segunda está compuesta de un factor emocional, abarcando el grado de satisfacción e insatisfacción que el individuo expresa con su cuerpo.

Por otra parte, complementan Vaquero et al., (2003) la imagen corporal involucra un componente conductual que se identifica con las acciones ejercidas a partir de la percepción que se tiene de la corporalidad. Esta preocupación por la imagen corporal puede encontrar una explicación a partir de la existencia de estándares de belleza sugerido por cada periodo histórico y la cultura a la cual se adscribe el individuo. Para que se presente un descontento corporal el individuo debe interiorizar un cuerpo ideal en él, haciéndole notar que existe una discrepancia entre su propia percepción y el del ideal que intenta asimilar.

Refiere Rivarola (2003) durante los últimos años se han desarrollado teorías que tratan de explicar las alteraciones de la imagen corporal en relación a los TCA. Esta división teórica ha encasillado tres categorías: perceptual, del desarrollo y socioculturales. Resultando las posturas perceptuales y socioculturales las más difundidas de acuerdo a su valor de identificar la percepción del tamaño del cuerpo en concordancia con una estructural biológica y su explicación de la búsqueda de un cuerpo ideal, basados en el culto rendido a los estereotipos corporales proyectados por la sociedad que tiene como implicación la construcción de modelos sociales y expectativas en torno a la imagen corporal deseada, ocasionando una distorsión de la misma.

Gómez (1997) argumenta que desde la niñez puede apreciarse una distorsión de la imagen corporal, al conformarse de manera natural o simbólica, mediante el juego, las figuras ideales, pero es en la adolescencia cuando se intentará poner en práctica. Para corroborar este supuesto, realizó una investigación en México en la que encontró que un 50% de los adolescentes señalaban estar descontentos con su imagen corporal, identificándose que el estereotipo de extrema delgadez impactaba en las mujeres ocasionando un deseo por ser más delgadas en un futuro.

En estudios realizados por Rodin, Silberstein y Striegel (1985) encontraron la presencia de un porcentaje elevado de adolescentes que está más cercano del desagrado con su imagen corporal que satisfecho con ella. Esto se magnifica porque en algunos casos los adolescentes presentan un normopeso o peso normal. Diversos estudios han encontrado que esta tendencia a la búsqueda de una imagen corporal ideal ha derivado la realización de dietas con la finalidad de estabilizar o reducir el peso, llevando en algunos casos a someterse al régimen de dietas restrictivas dando origen a la posibilidad del surgimiento de TCA (Vaquero et al., 2003).

Por su parte, Cash y Deagle (1997), mencionados por Espina, Ortego, Ochoa de Alda, Félix y Alemán (2001), detallan que los pacientes que presentan TCA muestra una mayor discrepancia entre la imagen corporal ideal lo que les lleva a enfatizar en su peso y apariencia física para evaluarse. Recientemente, Álvarez, Franco, López, Mancilla y Vázquez (2009) en un estudio con mujeres mexicanas de 12 y 46 años, identificaron la asociación de IMC con insatisfacción corporal y motivaciones para adelgazar, encontrando,

⁵ Se refiere a la percepción del estado interno del organismo, aporta información que ayuda a mantener la homeóstasis o equilibrio corporal y se encuentra en gran medida ligado con la experimentación de las emociones.

además, síntomas de anorexia nerviosa (AN) y bulimia nerviosa (BN), tendiendo a presentarse estos síntomas en las poblaciones adolescentes y adultas.

Por lo que, con la finalidad de continuar con el abordaje de la problemática antes referidas, este estudio analizará la relación de la imagen corporal y la aparición de TCA.

MÉTODOS Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio fue de carácter transversal, retrospectivo y descriptivo. Evaluó a 282 estudiantes de Licenciatura en la Universidad de Occidente (137 hombres y 145 mujeres), Unidad Los Mochis, inscritos durante el trimestre enero-marzo 2017, cuyas edades oscilaron entre los 18 y 25 años.

Mediante el uso de báscula y estadímetro se tomó peso y talla de los estudiantes para el cálculo el Índice de Masa Corporal (IMC) y cotejarlo con los percentiles de IMC de acuerdo con su edad, a fin de determinado su estado nutricional.

Además, se empleó el cuestionario de Autoconcepto Forma 5 (AF-5) de García y Musitu (2014), para evaluar el autoconcepto de la persona en sus vertientes Social, Académica/Profesional, Emocional, Familiar y Física. Su consistencia de Alfa de Cronbach es de 0.815.

Una vez recopilada la información se analizó mediante medidas de tendencia central para calcular el peso promedio, talla, IMC de los estudiantes por sexo. Además de mostrar descriptivamente, mediante distribución de frecuencia, la incidencia de trastornos alimenticios en los estudiantes universitarios, las cuales fueron procesados mediante el programa estadístico SPSS.

RESULTADOS

El análisis de los datos se realizó primeramente mediante elementos descriptivos, tal como la frecuencia porcentual, así como las medidas de tendencia central, para la media, y las medidas de dispersión en el caso de la desviación estándar muestral.

Cuadro 1. Frecuencias porcentuales de estados nutricionales en estudiantes mujeres

Valoración nutricional en mujeres	Porcentaje
Bajo peso	10
Normopeso	50
Obesidad grado I	8.8
Obesidad grado II	6.1
Obesidad grado III	3.8
Sobrepeso	21.3
Total	100

Efectuada la valoración del peso y talla se estableció la valoración del IMC. Previamente fueron descartadas las mujeres que se encontraron en etapa de gestación. Llama la atención que la tendencia a padecer sobrepeso y obesidad se encuentra concentrada en un porcentaje del 40%, y que tanto sobrepeso

como obesidad en sus diversos grados se concentran con alrededor del 20%. Esto se explicaría a manera de razón como la presencia de un estado de sobrepeso u obesidad de por cada 10 estudiantes, se encuentra aproximadamente en 4 de ellos. Con una menor concentración se detectó el bajo peso, y la valoración promedio radica en el normopeso.

Cuadro 2. Frecuencias porcentuales de estados nutricionales en estudiantes hombres

Valoración nutricional en hombres	Porcentaje
Bajo peso	-
Normopeso	45.8
Obesidad grado I	16.7
Obesidad grado II	12.5
Obesidad grado III	4.2
Sobrepeso	20.8
Total	100

Para los hombres no se dio la existencia de casos de bajo peso, sin embargo, esta información no es contundente dado el tamaño de la muestra, por lo que no es posible inferir que no existen casos de bajo peso a nivel, pero se puntualiza que su representación es muy pequeña. La existencia de sobrepeso y obesidad resulta mayor al normopeso, esto es a la inversa de las mujeres, pues ellas registraron valores porcentuales del 50% para el normopeso, mientras que en los hombres este porcentaje es menor, haciéndose destacar que más del 50% de ellos padecen sobrepeso u obesidad. Estas concentraciones se explican en razón de 5 de cada 10 estudiantes padecen este estado.

Cuadro 3. Resultados por dimensiones de la prueba AF-5 en mujeres

Autopercepción en mujeres	Media	Desviación estándar
Social	52.27	29.8
Emocional	50.92	30.6
Física	68.96	25.1

Al valorar la autopercepción en mujeres bajo la dimensión física, resulta importante que su media es de casi 70 puntos, lo cual en la escala de AF-5 denota una alta valoración de su propio físico, marcando que la persona se encuentra feliz con su apariencia física. Dada la desviación estándar tan diversa en puntajes con respecto a la media, se puede explicar que, inclusive, existen estudiantes que están muy felices con su apariencia física, y en menor proporción se localizan personas con una baja valoración.

Siguiendo con la escala emocional hay una valoración de aproximadamente 50 puntos, señalando que las mujeres muestran un moderado control de sus emociones, se distingue que la prueba encuentra asociaciones positivas entre los puntajes de la dimensión física y la emocional, sin embargo, no se efectuó un análisis multivariado en el estudiado para correlacionar dichos valores.

De acuerdo con la desviación estándar, se evidencia que a nivel emocional hay una inestabilidad fuerte, encontrándose una diferencia de 30 puntos, lo cual en la escala marcaría pasar de niveles de control moderado, buen control y bajo control de emociones.

Mientras que la habilidad social, denotada en la autopercepción social se localiza en un promedio de 52 puntos, y se destaca con la posibilidad de formalizar nuevas amistades o interactuar la persona. Cabe mencionar que la interacción social durante la etapa de la adolescencia está asociada a la apariencia física de la persona, y se observa, al igual que en la dimensión emocional, una alta desviación estándar de 30 puntos.

Cuadro 4. Resultados por dimensiones de la prueba AF-5 en hombres

Autopercepción en hombres	Media	Desviación estándar
Social	56.41	28.07
Emocional	55.21	34.85
Física	70.48	25.10

Las medias en los hombres resultan ligeramente mayores que en el caso de las mujeres. La dimensión física se presenta con una valoración elevada, mostrando que hay una aceptación de la imagen corporal que tienen los hombres; la desviación estándar revela que hay casos en los que se está totalmente conforme con ella, mientras que para el valor inferior de la desviación sitúa en una aceptación del físico, pero no se llega a concluir que haya casos en los que se esté en desacuerdo con la apariencia física que presenta el varón.

Para la media emocional en apariencia hay un mejor control de los impulsos emocionales, sin embargo, se presenta una desviación estándar con valores dispersos, evidenciando que el hombre puede encontrarse frente a un correcto control de las situaciones o tener poca habilidad para el manejo de ellas.

Finalmente, la habilidad social también puntuó una media ligeramente superior a las mujeres, mostrando que la capacidad de relacionarse con los demás y establecer conversaciones resulta un proceso selectivo.

Cabe señalar que no se efectuaron análisis comparativos de las medias grupales por lo que no es posible señalar que existan o no diferencias significativas entre los grupos por sexo.

Cuadro 5. Correlación entre Índice de Masa Corporal e Imagen corporal

Correlación de Pearson entre variables Índice de Masa Corporal (IMC) e Imagen corporal	
	IMC
Imagen corporal	0.589

Al efectuarse el análisis correlacional de la R de Pearson se obtuvo un valor de 0.589, cabe mencionar que la cifra puede denotar una ligera tendencia a mostrar una relación positiva entre ambas variables, sin embargo, no resulta lo suficientemente fuerte, por lo que no es posible establecer que haya una relación directa entre la imagen corporal y el IMC del estudiante.

CONCLUSIONES

Aunque el presente estudio se enfocó en una universidad, dejando de lado otras instituciones, permitió corroborar que la incidencia de alteraciones nutricionales como el sobrepeso y la obesidad se encuentran presentes tanto en hombres como mujeres. Las cifras presentadas corroboran a los informes de los reportados en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (2014). Pese a que los estados de sobrepeso y obesidad son problemáticas multifactoriales, este estudio buscó asociarlo con una de sus variables: la imagen corporal.

Destaca en el caso de algunas mujeres que muestran una elevada satisfacción hacia su imagen corporal sin tomar en consideración su estado nutricional. La aproximación a esta relación bajo el método de la R de Pearson indicó que existe una baja relación entre ambas variables, sin embargo, no logran ser concluyentes, lo que explica la situación antes mencionada de la disonancia entre alto puntaje de aceptación del físico con respecto al índice de masa corporal elevado.

Asimismo, este estudio reconoce que es necesario efectuarse con una muestra más amplia y que logre ser representativa de la comunidad, pues solo se basó en casos de la Universidad Autónoma de Occidente por lo que no es posible realizar inferencias hacia otras universidades.

En cuanto a la presencia de casos de trastornos de la conducta alimentaria no fueron detectados, lo cual no significa que se esté exento de ellos, dado que existe la posibilidad de encontrarse en la muestra que no fue motivo de estudio por lo que no se puede concluir que la universidad no cuenta con la presencia de ella entre sus estudiantes.

Resulta oportuno tomar en consideración que la adolescencia es una etapa de transición y de múltiples cambios en cuanto al peso y la talla, pero cabe resalta que es una etapa adecuada para tratar de disminuir los factores de riesgos derivados del sobrepeso y la obesidad, a fin de evitar la presencia de problemas de Hipertensión Arterial, Síndrome Metabólico, Arterioesclerosis Dislipidemias, entre otras patologías que son prevenibles a temprana edad mediante la intervención nutricional.

Es pertinente realizar una evaluación futura en los estudiantes y se sugiere emplear exámenes de laboratorio que permitan conocer a mayor profundidad el estado nutricional del estudiante.

LITERATURA CITADA

- Alemán, A.; Ochoa de Alda, I.; Ortego, M. A.; Espina, A.; Yenes, F. (2001). La imagen corporal en los trastornos alimentarios. *Psicothema*. 532-538.
- Álvarez Rayón, G.; Franco Paredes, K.; López Aguilar, X.; Vázquez Arévalo, R.; Mancilla Díaz, J. M. (2009). Imagen Corporal y Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Revista de Salud Pública*. 568-578
- Asociación Americana de Psiquiatría DSM-5 (2014) Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Edición 5. APA
- Ayela Pastor, M. A. (2010). Adolescentes: trastornos de la alimentación. España: Educa.
- Gómez Peresmitré, G. Peso real, peso imaginario y distorsión de la imagen corporal. *Revista Mexicana de Psicología*. 87-95.
- Gutiérrez JP, Rivera-Dommarco J, Shamah-Levy T, Villalpando-Hernández S, Franco A, Cuevas-Nasu L, Romero-Martínez M, Hernández-Ávila M. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública (MX), 2012.

- Rivarola, M.F. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: Su valor predictivo en trastornos alimentarios. *Fundamentos en Humanidades*.149-161
- Salazar Vázquez, B., Salazar Vázquez, M. y Pérez Tamayo, R. (2015). ¿Gorditos o enfermos? La obesidad en niños y adolescentes. México: Fondo de Cultura Económica; El Colegio Nacional e Instituto Nacional de Salud Pública.
- Secretaría de Educación Pública y Cultura. (2013). Tercera encuesta nacional sobre exclusión, intolerancia y violencia en las escuelas de educación media superior. Recuperado de [www3.diputados.gob.mx/camara/content/download/334077/1190531/file/Infografia_ANOREXI A.pdf](http://www3.diputados.gob.mx/camara/content/download/334077/1190531/file/Infografia_ANOREXI_A.pdf)
- Vaquero Cristóbal, R.; Muyor, J. M.; López Miñarro, P.A.; Alacid, F. (2013). Imagen corporal: Revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*. 27-35.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a la Universidad Autónoma de Occidente, de manera especial a la dirección de investigación y posgrado y a la dirección de unidad regional Los Mochis por las facilidades otorgadas para el presente trabajo.

SÍNTESIS CURRICULAR

Liliana Borquez Borbon

Licenciada en Psicología del Trabajo, Maestra en Tecnologías y Estrategias de Comunicación, Maestra en Comunicación Organizacional y Doctora en Ciencias sociales con especialidad en Educación y Sociedad, Profesor Investigador de Tiempo Completo, Perfil Prodep, miembro del cuerpo académico consolidado: Educación, psicología y Salud UDO-CA-33.

Gisela Cota Yucupicio

Licenciada en Sistemas Computacionales, Maestra en Tecnologías de la Información y de la Comunicación, Educación a Distancia. Doctora en Psicopedagogía para el Desarrollo del Potencial Humano, Tecnología en la educación, Profesor Investigador de Tiempo Completo, Perfil Prodep, miembro del cuerpo académico consolidado: Educación, psicología y Salud UDO-CA-33. Directora de la Universidad Autónoma de Occidente, Unidad Regional, Los Mochis.

Jorge Esteban Herrera Plascencia

Licenciado en comulación, Maestro en Desarrollo Humano, Profesor de Asignatura Supernumerario, Coordinador del Programa Educativo de Comunicación en la Universidad Autónoma de Occidente, Unidad Regional Los Mochis.

Liliana Eloisa Padilla Borquez

Licenciada en Educación Física y Cultura del Deporte, Maestra en Desarrollo Humano, Profesora de asignatura base en la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa.