



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL Y ESTRATEGIAS DE
AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Psicología Clínica

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Chasiquiza González Arelis de los Ángeles

Tutor: Ps. Cl. Mg. Guillermo Daniel Gavilanes Gómez

Ambato – Ecuador

Septiembre, 2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Artículo Científico sobre el tema:

“INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS” desarrollado por Chasiquiza González Arelis de los Ángeles, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, septiembre 2023

EL TUTOR

Gavilanes Gómez Guillermo Daniel

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo Científico **“INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos.

Ambato, septiembre 2023

LA AUTORA



Chasiquiza González Arelis de los Ángeles

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Ps. Cl. Mg. Gavilanes Gómez Guillermo Daniel con CC: 1003057047 en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”** autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académico para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, septiembre 2023

Gavilanes Gómez Guillermo Daniel

CC: 1003057047

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Chasiquiza González Arelis de los Ángeles con CC: 0504009929 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, septiembre 2023



Chasiquiza González Arelis de los Ángeles

CC: 0504009929

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el artículo científico sobre el tema: **“INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**, de Chasiqiza González Arelis de los Ángeles, estudiante de la carrera de Psicología Clínica.

Ambato, septiembre 2023

Para constancia firman

PRESIDENTE/A

1er VOCAL

2do VOCAL

Constancia de Aprobación

Por medio de la presente se da constancia que el artículo de investigación titulado **Insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios** de los autores *Arelis Chasiquiza González* y *Daniel Gavilanes Gómez*, ha sido aprobado para su publicación la Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, con ISSN en línea: 2789-3855, indexada en Latindex Catálogo 2.0, LatinRev, Livre, REBID, entre otros.

El artículo ha sido evaluado y aprobado mediante el sistema de evaluación por pares de doble ciego (*double-blind peer review*), y la revisión anti plagio vía software de índice de similitud, cumpliendo con los estándares de aprobación establecidos por el Comité Editorial.

Se expide la presente constancia a los 19 días del mes de junio del año 2023.

Podrá verificarse la publicación del artículo accediendo a <https://latam.redilat.org/>




.....
Dr. Anton P. Baron
Editor en Jefe LATAM
Red de Investigadores Latinoamericanos



“Insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiante universitarios”

“Disatisfaction with body image and coping strategies in university students”

Arelis Chasiquiza - González

achasiquiza9929@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0002-7860-4819>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Daniel Gavilanes - Gómez

gd.gavilanes@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-1388-0556>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato – Ecuador

Artículo recibido: 14 de junio de 2023. Aceptado para publicación: 20 de junio de 2023.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Al ser la imagen corporal una representación abstracta y consciente del cuerpo, muchas veces se ve influenciada por factores psicológicos, históricos, individuales, biológicos y sociales, llevando a la gente a compararse muchas veces con figuras a quienes consideran idóneas, incidiendo muchas veces a sufrir trastornos de conducta alimentaria (TCA). El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, en donde la población analizada fueron 247 mujeres, obteniendo una muestra de 206 estudiantes de medicina 34,5% y de enfermería 65,5%, en un rango de 18 a 28 años de edad. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo - no experimental con corte transversal y alcance correlacional. Se utilizó el Cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal adaptada por Hueda en el año 2016 en Perú, y el Inventario de estrategias de afrontamiento para mujeres (CSI-R). Con respecto a la correlación entre imagen corporal y estrategias de afrontamiento se determinó que el 64%, maneja la autocrítica, y el 53% desea aplicar pensamientos desiderativos, mientras que el 71,8% reflejó insatisfacción mínima con su cuerpo, y dentro de las estrategias la que prevaleció es la reestructuración cognitiva con el 11.7%. En conclusión, los aspectos que más se relacionan entre la imagen corporal y la insatisfacción es la autocrítica y el apoyo social, por lo que se recomienda estrategias como: buscar grupos de ayuda social, incrementar la confianza en sí mismo, la empatía y la automotivación.

PALABRAS CLAVE: APARIENCIA FÍSICA, ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO, IMAGEN DEL CUERPO, OPINIÓN SOBRE EL PROPIO CUERPO.

Abstract

As body image is an abstract and conscious representation of the body, it is often influenced by psychological, historical, individual, biological and social factors, leading people to compare themselves with figures they consider ideal, often leading to eating disorders (ED). The objective of the research was to determine the relationship between body image dissatisfaction and coping strategies in university students, where the population analyzed was 247 women, obtaining a sample of 206 medical students 34.5% and nursing students 65.5%, in a range of 18 to 28 years of age. The study had a quantitative - non-experimental approach with cross-sectional and correlational scope. The Body Image Dissatisfaction Questionnaire adapted by Hueda in 2016 in Peru, and the Coping Strategies Inventory for Women (CSI-R) were used. Regarding the correlation between body image and coping strategies it was determined that 64%, manage self-criticism, and 53% wish to apply desiderative thoughts, while 71.8% reflected minimal dissatisfaction with their body, and within the strategies the one that prevailed is cognitive restructuring with 11.7%. In conclusion, the aspects most related between body image and dissatisfaction are self-criticism and social support, so strategies such as: seeking social support groups, increasing self-confidence, empathy and self-motivation are recommended.

KEY WORDS: PHYSICAL APPEARANCE, COPING STRATEGIES, BODY IMAGE, OPINION ABOUT ONE'S OWN BODY.

INTRODUCCIÓN

La imagen corporal es el conjunto de comportamientos que incluye lo que uno piensa, siente, la manera que percibe, y actúa en relación con su propio cuerpo, pues este concepto ha evolucionado a través del tiempo, y ha sido influenciado por factores históricos, psicológicos, individuales, biológicos y sociales, siendo una representación consiente del cuerpo, basado en un esquema corporal como una representación abstracta en tiempo real de los sucesos instantáneos, de la ubicación espacial del cuerpo, a través de las señales sensoriales, como: las musculares, propioceptivas, cutáneas, vestibulares, táctiles, visuales y auditivas, todo esto en términos de musculatura, adiposidades, estatura, forma, peso, y otras características medibles y cuantificables, influenciada por aspectos genéticos, sociales y emocionales, pues la imagen corporal no es más que la representación interna de la apariencia externa de cada individuo (Hausenblas & Downs, 2001) (Chatterjee & Coslett, 2014).

Por ello es necesario que los estudiantes conozcan diferentes estrategias para poder afrontar su imagen corporal y que estas le permitan controlar los comportamientos inadecuados como puede ser el trastorno de la conducta alimentaria (TCA), estas estrategias deben apuntar a aumentar el autoestima de las personas afectadas y pueden ser a través de automotivación, con familiares o con grupos que comprendan la situación por la que está pasando la persona y le ayude a generar confianza, manteniendo un nivel emocional estable o a su vez que evite situaciones en las que tenga que ver su cuerpo desnudo, permitiendo mantener un nivel de estrés controlable (Guadalupe, 2018) (Thompson & Gray, 1995) (Valdez & Marentres, 2022).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) siete de cada diez jóvenes de 10 a 19 años sufren algún trastorno mental, siendo la cuarta causa de muerte en este rango de edad, a su vez la Asociación de Trastornos de la Conducta Alimentaria (2020), menciona que es difícil conocer el número exacto de personas que sufren este trastorno a nivel mundial con un aproximado del 70% de adolescentes que no se sienten conformes con su cuerpo, representados por mujeres que padecen sobrepeso y obesidad. Así mismo, en Latinoamérica se ha estimado: un 0.08% para la anorexia nerviosa; 1.61% para la bulimia nerviosa; 1.92% para el trastorno por atracón y 5.61% para alguna conducta por atracón. Cuando evaluamos la prevalencia por género, encontramos que el 5.80% de las mujeres han experimentado una conducta de atracón, y el 1.91% de las mujeres han manifestado bulimia nerviosa en algún momento de su vida (Universidad de Carolina del Norte, 2023). Por otro lado, el Gobierno Nacional de Ecuador,

evidenció en Galápagos y Carchi una mayor tasa de sobrepeso y obesidad para toda población con un 45.8%, 44.6% respectivamente. Estos resultados se han evidenciado por el consumo de macronutrientes en la población ecuatoriana no está siendo adecuado (Alonso, Chipó, & Chicango, 2020).

Las personas en la búsqueda de una imagen corporal estereotípica se ven forzadas a cambiar sus ideas provocando que sufran trastornos de la conducta alimentaria (TCA), para intentar alcanzar este modelo, varios estudios revelan que jóvenes de 13 a 21 años experimentaron tensiones por la presión social de gente con altos modelos de belleza (Peña, 2021). Otro estudio demuestra que los TCA son causados en la actualidad por el uso de las redes sociales y la introducción de los jóvenes en la era digital y afecta principalmente a mujeres de 14 a 18 años (Bermúdez et al., 2021). Mostrando inconformidad con su imagen corporal y mayor inclinación a trastornos alimentarios (Fernández et al., 2018) (Rayvane, 2022).

Debido a los cambios tecnológicos, la sociedad ha tenido que adaptarse al sedentarismo, por su inadecuada alimentación esto ha conllevado a cuadros de estrés en los jóvenes que para contrarrestarlo se han centrado en ejercicios para mejorar su desempeño muscular, la capacidad aeróbica y la condición física (Acosta & Duno, 2019). En otro estudio se reveló que los adolescentes entre los 13 a 16 años, utilizan evaluaciones antropométricas, como índices de masa corporal (IMC y pliegues cutáneos), para comparar su aspecto físico con otras personas, ocasionando insatisfacción que afecta a su autoestima (Inzunza et al., 2023). El factor que predominó fue el 26,7% de mujeres, las cuáles presentaron mayor probabilidad de estar insatisfechas con su imagen corporal, además prevaleció en este estudio el consumo de tiempo y dinero para mantener su apariencia física y social por parte de los encuestados (Neyra et al., 2022).

Así mismo los cambios con la imagen corporal en un rango de edad de 13 a 57 años en su mayoría han provocado problemas que han derivado a trastornos de la conducta alimentaria, depresión, ansiedad, y desorden dismórfico corporal y muscular (Villegas, 2021). Por otra parte, se detectó que el 62.2% de mujeres presentaron problemas de autoestima, que indujo a problemas de salud graves como la anorexia y la bulimia nerviosa (Jimenez et al., 2021). De igual manera se determinó que hay un nivel elevado de estrés que ha conllevado al uso de las redes sociales como un escape de la realidad, ignorando la auto presentación, y aceptación social positiva (Castro, 2022).

Los trastornos de conducta alimentaria, han ocasionado un gran interés por parte de psicólogos en busca de desarrollar estrategias de afrontamiento, ya que se observa que, a una edad de 17 a 32 años, el 75,3% de los estudiantes universitarios, presentan un elevado estrés académico por no sentirse bien con su imagen corporal (Fortunata-Dueñas-Zúñiga, 2020). El 17.9% de mujeres aproximadamente presentaron cuadros de anorexia nerviosa (AN), bulimia nerviosa (BN), y trastorno por atracón, en este caso las estrategias más utilizadas fueron: control emocional, conductual y psicológico (Mesa et al., 2022). También reuniones de grupo de apoyo psico-social y campañas de estilos de vida con dietas saludables (Rivas, 2021) (Duno & Acosta, 2019). El monitoreo médico y de peso en línea, junto a los cambios de la conducta alimentaria plantearon la aplicación de registro dietéticos, pirámides alimentarias y seguimientos de evolución de conductas compensatorias (Trujillo, 2021), (Loria et al., 2021).

Ante situaciones de estrés el TCA incremento en un 15% de la población afectando su estilo de vida, debido a sus extraños tipos de riesgo tanto físicos como psicológicos, ya que muchas veces las personas quienes la padecen se comparan con otras de menor edad, de esta manera se indagaron métodos para afrontar estos trastornos, siendo los más usados por los participantes: estrategias enfocadas en la emoción, la reinterpretación positiva, la planificación, el afrontamiento activo y búsqueda de soporte social, autoestima, autoconcepto, confianza, optimismo, intervenciones tempranas focalizadas según su género, talleres o actividades para potenciar la autoeficacia y el optimismo como rasgo de personalidad (Carnals & Arija, 2022), (Tacca & Tacca, 2019) (Pilco & Larzabal, 2021).

En respuesta a lo expuesto, el presente estudio tiene como objetivo general determinar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios.

METODOLOGÍA

Método

Este estudio tiene un enfoque cuantitativo, ya que se obtuvieron medidas a través de instrumentos validados y estandarizados; en cuanto al diseño se trata de un estudio no experimental – transversal, puesto que no se manipuló ni se controlaron las variables y los instrumentos se aplicaron en una sola ocasión. Así mismo, su alcance es correlacional, porque se determina la relación entre las variables de insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento para mujeres.

Participantes

Para la población se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia en un grupo objetivo de mujeres estudiantes que oscilan entre 18 a 28 años para identificar la percepción sobre su imagen corporal y el tipo de estrategias de afrontamiento que más elegirían, con una población aproximada de 247 mujeres, se aplicaron criterios de selección, obteniendo una muestra de 206 estudiantes de medicina 34,5% y de enfermería 65.5%.

Instrumentos

Se aplicaron dos instrumentos de preguntas de opción múltiple, el primer test con 38 preguntas relacionadas con la imagen corporal basadas en la adaptación peruana del cuestionario de la autora (Hueda, 2016) donde desarrolla preguntas sobre componente de la insatisfacción respecto a la imagen corporal: insatisfacción cognitivo emocional (ICE), componente de insatisfacción perceptiva (IPE), componente de insatisfacción comportamental (ICL), cuenta con una confiabilidad de alfa de Cronbach de (0,91), y el segundo test Inventario de Estrategias de afrontamiento para mujeres (CSI-R) con 35 preguntas basadas en la autora (Gutiérrez, 2012) sobre: reestructuración cognitiva (REC), pensamiento desiderativo(PSD), autocrítica (AUC), apoyo social (APS), expresión emocional (EEM), evitación de problemas (EVP) y retirada social (RES), con una alfa de Cronbach de (0,83).

Procedimiento

Para el procedimiento se solicitó la autorización y la carta de compromiso para la investigación al Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato, con la respectiva aprobación se procedió a digitalizar los cuestionarios mediante Google Forms y finalmente se realizó un acercamiento presencial a cada una de las carreras de medicina y enfermería para la aplicación de los reactivos, así mismo se explicó a los estudiantes sobre el consentimiento informado para que acepten su participación libre y voluntaria en el estudio, el tiempo aproximado de la aplicación de los test fue de 15 minutos en las que se tomaron en cuenta los aspectos éticos de Helsinki para garantizar su confidencialidad. Para realizar el análisis estadístico de los resultados se empleó el programa estadístico Jamovi 2.3.21; para determinar la correlación entre las variables se utilizó la prueba no paramétrica de Rho de Spearman puesto que se incumplía con los supuestos de normalidad, para comprobar las medias se utilizó la prueba T de Welch, porque no se cumplieron con los supuestos para una prueba paramétrica, ya que la muestra no cumplía con los supuestos de normalidad y homogeneidad.

RESULTADOS

En el presente apartado se detallan los resultados obtenidos en el estudio sobre insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. A continuación, se presenta el análisis descriptivo de los niveles de insatisfacción con la imagen corporal, la media de estrategias de afrontamiento, la comparación entre las carreras de los participantes y finalmente la prueba de correlación entre variables.

Análisis Cualitativo de Insatisfacción con la imagen corporal

Tabla 1

Evaluación Insatisfacción con la imagen corporal

Nivel de insatisfacción corporal	Frecuencias	% del Total
Insatisfacción mínima o ausente	148	71.8%
Insatisfacción moderada	35	17.0%
Insatisfacción severa	16	7.8%
Insatisfacción marcada	7	3,4%

La insatisfacción corporal está conformada por 4 niveles, la insatisfacción mínima o ausente que del 100% de evaluados presenta un total de 71.8%, el 17.0% presenta una insatisfacción moderada, un 7,8% Insatisfacción severa y un 3,4% Insatisfacción marcada.

Análisis Cuantitativo de Estrategias de afrontamiento

Tabla 2

Evaluación media de Estrategias de afrontamiento

	Reestructuración Cognitiva	Pensamiento desiderativo	Autocrítica	Apoyo Social	Expresión Emocional	Evitación de problemas	Retirada Social
N	206	206	206	206	206	206	206
Media	11.7	9.27	9.35	8.30	7.01	7.12	8.45
Desviación estándar	5.87	5.50	6.24	5.17	3.98	3.74	5.13
Mínimo	0	0	0	0	0	0	0
Máximo	24	20	24	20	16	16	20

Con respecto a la variable estrategias de afrontamiento, se observa que los participantes puntuaron con una media de 11.7 (± 5.87) en Reestructuración cognitiva, 9.27 (± 5.50) Pensamiento desiderativo, 9.35 (± 6.24) Autocrítica, 8.30 (± 5.17) Apoyo social, 7.01 (± 3.98) Expresión emocional, 7.12 (± 3.74) Evitación de problemas, finalmente Retirada social con 8.45(± 5.13).

Comparación de medias de insatisfacción con la imagen corporal según la carrera

A continuación, en la tabla 3 se presentan los estadísticos de comparación de medias. La prueba utilizada es la T de Welch, puesto que, no se cumplieron con los supuestos para una prueba paramétrica.

Tabla 3*Prueba de comparación de medias según la carrera*

Dimensiones	Carrera	Media	Estadístico (T de Welch)	gl	p
Insatisfacción con la imagen corporal	Medicina	45.5	1.95	145	0.053
	Enfermería	37.0			

Con un 95% de confianza se observa que, de las medias de puntuación de la dimensión insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de Medicina es (45.5) significativamente diferente a la puntuación en estudiantes de Enfermería (37.0).

Análisis de correlación

En la tabla 4, se presentan los resultados de la prueba de correlación entre insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento. Se utilizó la prueba no paramétrica Rho de rangos Spearman, ya que, se incumplió con el dato de normalidad en las puntuaciones.

Tabla 4*Correlación*

		Insatisfacción
Reestructuración cognitiva	R de Pearson	0.094
	valor p	0.179
Pensamiento desiderativo	R de Pearson	0.529 ***
	valor p	<.001
Autocrítica	R de Pearson	0.636 ***
	valor p	<.001
Apoyo Social	R de Pearson	0.018
	valor p	0.802

		Insatisfacción
Expresión Emocional	R de Pearson	0.161 *
	valor p	0.021
Evitación de problemas	R de Pearson	0.198 **
	valor p	0.004
Retirada Social	R de Pearson	0.510 ***
	valor p	< .001

Con un 95% de confianza se observa que del total de 7 estrategias de afrontamiento la insatisfacción con la imagen corporal se correlaciona positivamente con 5 las cuales son: Pensamiento desiderativo (Rho=-0.539), Autocrítica (Rho=0.636), Expresión emocional (Rho=0.161), Evitación de problemas (Rho=0.198) y Retirada social (Rho=0.510).

DISCUSIÓN

Esta investigación se realizó con el objetivo de determinar la relación entre la insatisfacción de la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, demostrando que en el grupo de evaluados de la Universidad Técnica de Ambato en su mayor parte representados con un 71,8% (148 estudiantes) sienten una insatisfacción mínima o ausente sobre su imagen corporal, por su parte (Castro, 2022) en su estudio sobre insatisfacción con la imagen corporal indica que el 50,30% de la población no tenía mayor inconveniente en su apariencia física por lo que la clasifico como una insatisfacción neutra, a diferencia de (Peña, 2021) donde da como resultado que el 93,4% de la población no presentaban preocupación por su imagen corporal.

Por otra parte, en el estudio sobre las estrategias de afrontamiento se ha demostrado que los participantes con un 11.7% utilizan la reestructuración cognitiva, como el método más utilizado, a su vez (Jimenez et al., 2021) en su estudio prevalecen en un 17,9% que utilizan la retirada social como estrategia de afrontamiento, por otra parte (Trujillo, 2021) indica que el 60% de personas con TCA utilizan al apoyo social como método de preferencia, demostrando

que según el lugar donde busque ayuda, o según su preparación en el campo psicológico los expertos utilizarán mayormente una estrategia u otra considerando los aspectos que el paciente necesite en ese momento.

En este estudio las personas evaluadas con más puntuación sobre la imagen corporal son las mujeres pertenecientes a la carrera de medicina ya que presentan una media del 45,5%, a diferencia de las estudiantes de enfermería que tienen una media de 37%, demostrando que las estudiantes de medicina se muestran más insatisfechas con su imagen corporal.

Por lo que se puede demostrar que existe una relación en cuanto a la insatisfacción con la imagen corporal y a las diferentes estrategias que se utilizan para afrontarla puesto que las personas, dado su momento, reconocen que necesitan ayuda sobre cómo mejorar o cambiar su imagen por lo que buscan asesoría o ayuda con gente experta que les ayude a confrontar su problema de TCA con el apoyo de otras personas (Bermúdez et al., 2021).

Se concluye que los aspectos que más se relacionan entre la imagen corporal y la insatisfacción es la autocrítica y el apoyo social, ya que los comportamientos del grupo objetivo, han coadyuvado a una reflexión personal sobre su aspecto, mientras que el apoyo social se presenta como un factor de riesgo debido al abandono por parte de amigos o familiares, por ausencia o porque no forman parte de un grupo social con el que se sientan vinculados, manifestando inconformidad con su imagen.

Se recomienda a las personas que presenten insatisfacción con su imagen corporal busquen grupos de ayuda social que les permita interactuar tanto con personas que tengan el mismo trastorno como con personas que no los posean, por lo que es necesario buscar formas de incrementar la confianza, la empatía y la paciencia, con el fin de evitar emitir juicios indolentes y duros sobre sí mismos, en consecuencia, se debe, automotivar a la persona a afrontar sus miedos.

REFERENCIAS

- Acosta & Duno, A. M. (23 de Octubre de 2019). Percepción de la imagen corporal ... adolescentes universitarios. *Chilena de nutrición*, 46(5), 545-553.
- Alonso, O., Chipó, D., & Chicango, K. (2020). Trastornos de conducta alimentaria en adolescentes de 15-16 años, Colegio Consejo Provincial del Carchi Tulcán 2020. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 8(3), 1-23.
- Asociación TCA Aragón. (01 de 06 de 2020). <https://www.tca-aragon.org>. (Estadísticas sobre los TCA) Recuperado el 21 de 04 de 2023, de <https://www.tca-aragon.org/2020/06/01/estadisticas-sobre-los-tca/>
- Bermúdez et al., L. B. (2021). Actualización en trastornos de conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosa. *Revista Médica Sinergia*, 6(8), 1-10. doi:<https://doi.org/10.31434/rms.v6i8.753>
- Carnals, J., & Arija, V. (2022). Factores de riesgo y estrategias de prevención en los trastornos de la conducta. *Nutrición hospitalaria, Extra(2)*, 16-26. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v39nspe2/0212-1611-nh-39-nspe2-16.pdf>
- Casanova, I., Verónica, C., & Fernández, I. (2018). Tratamiento de un caso de trastorno de la conducta alimentaria desde la perspectiva de aceptación y compromiso. *Revista de Casos Clínicos en Salud Mental*, 85-117.
- Castro, K. (2022). La comparación social, imagen corporal y autopresentación de jóvenes. *Revista Profundidad Psicológica*, 2(1), 1-9. Obtenido de https://www.congresosenelpacifico.com/uploads/5/8/4/0/58409697/karina_castro_paper.pdf
- Chatterjee, A., & Coslett, H. B. (Eds.). (2014). *The roots of cognitive neuroscience: Behavioral neurology and neuropsychology*. Oxford University Press.
- Duno & Acosta, D. M. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista chilena de nutrición*, 545-553. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000500545>
- Fernández et al., J. F.-M.-R.-N.-B.-C. (06 de Diciembre de 2018). Conductas de modificación de la imagen corporal. *Dialnet-Cumbres*, 4(2), 31-39.
- Fortunata-Dueñas-Zúñiga, H. (2020). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Democratización y Comunicación alternativa*, 2(1), 11.
- Guadalupe, A. R. (27 de Noviembre de 2018). Validación del inventario de estrategias de afrontamiento hacia la imagen corporal en estudiantes universitarios mexicanos. *Psicología*, 5(1), 326-344.

- Gutiérrez, D. (2012). *Manual de aplicación y corrección del inventario de estrategias psicométricas para mujeres (CSI-R)*. México: Universidad de Sonora.
- Hausenblas, H. A., & Downs, D. S. (2001). Comparison of Body Image between Athletes and Nonathletes: A Meta-Analytic Review. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(3), 323-339. <https://doi.org/10.1080/104132001753144437>
- Hueda, A. (2016). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal en estudiantes de Educación de la Universidad Nacional de Trujillo*. Perú: UCV.
- Inzunza et al., I. E.-D.-V.-G.-B.-M. (2023). Autopercepción e insatisfacción de la imagen corporal con relación al IMC y porcentaje de grasa entre hombres y mujeres estudiantes universitarios chilenos. *MHSalud*, 20(1), 1-10. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/2370/237072359008/237072359008.pdf>
- Jimenez et al., Á. J.-J. (2021). Estrategia literaria para la aceptación de la imagen corporal en jóvenes universitarios ecuatorianos. *Española de comunicación de la Salud*, 12(1), 67-73. doi:10.20318/recs.2021.5410
- Loria et al., V. L.-C.-M.-M.-C.-P. (2021). Protocolo de educación nutricional en el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria en el ámbito clínico y asistencial. *Nutrición hospitalaria*, 38(4), 857-870. doi:DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.03617>
- Mesa et al., M. J.-P.-y. (2022). Inteligencia emocional y síntomas de trastornos alimentarios en adultos españoles: Evidencias sobre el rol mediador de las estrategias de regulación cognitivo emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 15(1), 1-18. Recuperado el 22 de 04 de 2023, de file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-InteligenciaEmocionalYSintomasDeTrastornosAlimenta-8464528.pdf
- Neyra et al., N. N.-B. (2022). La autoeficacia y su influencia en la insatisfacción de la imagen corporal: revisión sistemática. *Psicología y salud*, 32(1), 57-70. doi:<https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2711>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de 11 de 2021). <https://www.who.int>. (Salud mental del adolescente) Recuperado el 21 de 04 de 2023, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Peña, Y. (2021). Insatisfacción de la imagen corporal y autoestima en estudiantes de secundaria. *Revista española de Nutrición comunitaria*, 10(51), 160-165. doi:10.14642/RENC.2021.27.3.5371

- Pilco & Larzabal, P. K. (2021). Relación entre autoeficacia, estrés percibido, y males psicológico en una muestra de adolescentes de Tungurahua. *Revista Psicología... UNEMI*, 6(10), 76-85.
- Rayvane, e. a. (2022). Insatisfacción con la imagen corporal, uso de drogas y factores asociados entre adolescentes en tres ciudades brasileñas. *Revista latino-americanadeenfermagem*, 30(36), 1-13. doi:10.1590/1518-8345.6163.3662
- Rivas, A. (2021). Anorexia nerviosa del adolescente y COVID-19: la pandemia colateral. *Rev Esp Endocrinol Pediatr*, 12(2), 1-5. doi:10.3266/RevEspEndocrinolPediatr.pre2021.Nov.705
- Sociedad Española de médicos generales y familia. (30 de 11 de 2018). <https://www.semg.es>. (Los trastornos de la conducta alimentaria son la tercera enfermedad crónica recurrente en adolescentes) Recuperado el 21 de 04 de 2023, de <https://www.semg.es/index.php/noticias/item/326-noticia-20181130>
- Tacca & Tacca, T. D. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigación Psicológica*, 37-56.
- Thompson, M. A., & Gray, J. J. (1995). Development and Validation of a New Body-Image Assessment Scale. *Journal of Personality Assessment*, 64(2), 258-269. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6402_6
- Trujillo, E. (2021). Abordaje de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) durante la pandemia: La experiencia del centro Comenzar de Nuevo. *Journal de Ciencias Sociales A*, 9(16), 159-165. Recuperado el 22 de 04 de 2023, de <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/jcs/article/view/4535/6446>
- Universidad de Carolina del Norte. (2023). *Prevalencia de TCA*. Center of Excellence for Eating Disorders. <https://www.med.unc.edu/psych/eatingdisorders/learn-more/informacion-en-espanol/prevalencia-de-tca/>
- Valdez & Marentres, Y. C.-R.-I.-M. (Enero de 2022). Level of Stress and Coping Strategies used by Students of the Bachelor of Nursing. *Enfermería Global*, 21(1), 248-270.
- Villegas, M. (2021). Modelo Predictivo De Insatisfacción Con La Imagen Corporal. 133-157.