



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGIA CLINICA**

**“INSATISFACCION CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE
CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JOVENES”**

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

Modalidad: Artículo Científico

Autor: Solis Gaibor, Dennis Marcelo

Tutora: Psc. Cl. Vargas Espin, Alba del Pilar

Ambato – Ecuador

Febrero, 2024

APROBACIÓN DEL TUTOR

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

“INSATISFACCION CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JOVENES” desarrollado por Solis Gaibor Dennis Marcelo, 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, febrero del 2024

LA TUTORA

Psc. Cl. Vargas Espin, Alba del Pilar

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo de Revisión “**INSATISFACCION CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JOVENES**”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, 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, febrero del 2024

EL AUTOR

Solis Gaibor Dennis Marcelo

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Psc. Cl. Vargas Espin Alba del Pilar con C.I: 1804638532 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“INSATISFACCION CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JOVENES”**, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión 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 de Revisión 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 autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, febrero 2024

LA TUTORA

.....
Psc. Cl. Vargas Espin, Alba del Pilar
C. I. 1804638532

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Solis Gaibor Dennis Marcelo con C.I: 180513609 en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“INSATISFACCION CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JOVENES”**, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión 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 de Revisión 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 autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, febrero 2024

EL AUTOR

.....
Solis Gaibor Dennis Marcelo

C.I1805123609

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador, aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: **“INSATISFACCION CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JOVENES”**, de Solis Gaibor Dennis Marcelo, estudiante de la carrera de Psicología Clínica.

Ambato, febrero 2024

Parar su constancia firman

.....
Presidente

.....
1er Vocal

.....
2 do Vocal

SALUD ConCiencia

CERTIFICA:

Que el artículo científico:

“Insatisfacción corporal y riesgo de trastorno de conducta alimentaria en adultos jóvenes”

De autoría:

Dennis Marcelo Solis Gaibor, Alba del Pilar Vargas

Habiéndose procedido a su revisión y analizados los criterios de evaluación realizados por lectores **PARES CIEGOS** (externos) expertos vinculados al área del artículo presentado, ajustándose el mismo a las normas que comprenden el proceso editorial, se da por **ACEPTADO** para la publicación en el **Vol. 3, No 1, 2024 Publicación Continua**, de **Salud ConCiencia** ISSN: 2953-5247, indexada y registrada en las siguientes bases de datos y repositorios: **Latindex Catalogo 2.0, CABI Global Health, Sherpa Romeo, Harvard Library, Scilit-MDPI, Latindex Directorio, MALENA, Google Académico, Crossref, ROAD, BASE**, entre otras.

Y para que así conste, firmo la presente a los 19 días del mes de Diciembre del año 2023, en la Ciudad de La Plata, Buenos Aires, Argentina.



Jonatan Calderón Landivar
Editor en Jefe
Salud ConCiencia



La Plata - Buenos Aires - Argentina
Teléfonos: +54 9 221 531 5142
+54 9 221 606 1744
editor@saludconciencia.com.ar
<https://saludconciencia.com.ar>

INSATISFACCIÓN CORPORAL Y RIESGO DE TRASTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADULTOS JÓVENES

RESUMEN

La insatisfacción corporal supone la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que usualmente no coinciden con las características reales del individuo. Uno de los principales métodos para el control del peso y de la figura corporal suele ser la ejecución de conductas alimentarias de riesgo, una amplia variedad de comportamientos negativos y perjudiciales para el individuo. Ambos constituyen factores clave en el origen y desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA). La intención de esta investigación es analizar la relación entre la insatisfacción corporal y el riesgo de trastornos de conducta alimentaria en adultos jóvenes que asisten al gimnasio. Se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, descriptivo-correlacional de corte transversal. La muestra fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia través de criterios de inclusión y exclusión. Los resultados indican que existe una relación positiva moderada entre las variables con el ($Rho=0.531$, $p<0.001$). Lo que quiere decir que a más insatisfacción corporal más riesgo de padecer un trastorno de conducta alimentaria. Se concluye que existe una relación positiva entre la insatisfacción corporal y riesgo de trastorno de conducta alimentaria, prevaleciendo más en mujeres. Esto se debe a que los desacuerdos internos pueden generar frustración y sentimientos negativos en la persona.

PALABRAS CLAVE: IMAGEN CORPORAL, INSATISFACCIÓN CORPORAL, CONDUCTA ALIMENTARIA, RIESGO.

ABSTRACT

Body dissatisfaction involves the presence of evaluative judgments about the body that usually do not coincide with the real characteristics of the individual. One of the main methods for controlling weight and body shape is usually the execution of risky eating behaviors, a wide variety of negative and harmful behaviors for the individual. Both constitute key factors in the origin and development of eating disorders (ED). The intention of this research is to analyze the relationship between body dissatisfaction and the risk of eating disorders in young adults who attend the gym. A quantitative approach was used with a non-experimental, descriptive-correlational cross-sectional design. The sample was selected through non-probabilistic convenience sampling through inclusion and exclusion criteria. The results indicate that there is a moderate positive relationship between the variables with ($Rho=0.531$, $p<0.001$). Which means that the more body dissatisfaction, the greater the risk of suffering from an eating disorder. It is concluded that there is a positive relationship between body dissatisfaction and risk of eating disorder, being more prevalent in women. This is because internal disagreements can generate frustration and negative feelings in the person.

KEYWORDS: BODY IMAGE, BODY DISSATISFACTION, EATING BEHAVIOR, RISK

Introducción

La satisfacción corporal se puede definir como el grado de aceptación que tiene una persona a la hora de valorar su aspecto físico; por consiguiente, la insatisfacción corporal es considerada como una distorsión que tiene un individuo que actúa, percibe y siente con respecto a su propio cuerpo (1). En esta problemática la imagen corporal, la cual es la representación mental que cada persona tiene sobre su propio aspecto físico, es decir, cómo la persona se ve a sí misma y cómo se percibe cuando se mira al espejo, pudiendo describir en tres componentes que constituyen la imagen corporal: 1) la precisión con la que se percibe el tamaño corporal, no solo del cuerpo en su totalidad sino también de partes concretas, 2) cognitivo el cual es la valoración del cuerpo o una parte en específico y 3) conductual que son acciones o comportamientos que se dan por la percepción de la persona (2).

El problema de la insatisfacción con la imagen corporal, junto con su relación con el riesgo de trastornos de conducta alimentaria (TCA en adelante), son un asunto crítico de salud mental y física. Según Perloff (3), la insatisfacción corporal se conceptualiza como la diferencia percibida entre la imagen corporal actual y la ideal de un individuo, la forma de malestar ha sido asociada con diversas consecuencias negativas, incluidas el deterioro psicológico, baja autoestima y una mayor susceptibilidad a trastornos alimentarios. Un estudio reciente demostró que la constante exposición a estándares de belleza, en especial a través de plataformas digitales, puede potenciar estos sentimientos de insatisfacción, es así que, las percepciones de la imagen corporal impactan significativamente en la autoestima y el bienestar emocional de la población, en particular de los adolescentes, en proceso de formación identitaria (4).

En cuanto al riesgo de TCA se define como un conjunto de alteraciones graves en dichas conductas, debido a la excesiva preocupación por la imagen corporal y el miedo intenso a ganar peso, por la asociación que se establece de una determinada figura al éxito social y laboral; estos trastornos interactúan con diversos factores dando lugar a una complejidad funcional y estructural (5). Autores definen a los trastornos de conducta alimentaria como la predisposición o vulnerabilidad de un individuo a desarrollar comportamientos alimenticios perjudiciales que pueden culminar en trastornos clínicos, como anorexia, bulimia o trastorno de la ingesta compulsiva, junto con factores biológicos,

psicológicos y socioculturales, los mismos que han sido identificados como variables de riesgo en el origen de estos trastornos (6).

Durante las últimas décadas, los datos estadísticos sobre la imagen corporal y la conducta alimentaria han mostrado una evolución notable, investigaciones contemporáneas han vinculado la insatisfacción corporal con el crecimiento exponencial de las redes sociales, es así que, Fardouly (7) identificaron una relación directa entre el uso de redes sociales y el incremento de la insatisfacción corporal entre jóvenes, del mismo modo, a nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (8), señaló tendencias alarmantes entre la población adolescente a nivel global, el documento reveló que un 91% mantenía hábitos alimenticios inadecuados, mientras que el 9% seguía patrones alimenticios considerados como regulares o adecuados. Dichas cifras evidencian los retos inherentes a la nutrición y alimentación, al tiempo que señalan una posible correlación entre la percepción adversa del cuerpo y los comportamientos alimenticios irregulares, tal como lo destaca Rodgers (9) en su revisión sobre el papel de la comparación social en la insatisfacción corporal y la alimentación desordenada.

Es evidente que la insatisfacción con la imagen corporal se ha convertido en un desafío crítico para la salud mental y el bienestar, trascendiendo barreras culturales y de género, así lo afirman Cash (10) quienes resaltan que esta insatisfacción se ha extendido de manera preocupante en diversas culturas, no limitándose a contextos occidentales. En concordancia con esto, un estudio de amplio alcance sugiere que un alarmante 87,65% de las personas se sienten insatisfechas con su apariencia física, esta insatisfacción no es uniforme entre los géneros, de modo que los hombres reportan un nivel de insatisfacción que supera en un 6,18% al de las mujeres, contrarrestando algunos estereotipos populares (11).

En América Latina, la relación entre la percepción de la imagen corporal y los TCA es una preocupación creciente en la salud pública global, esta tendencia se ha visto amplificada en la era de la digitalización, donde la omnipresencia de las redes sociales y la constante exposición a estándares de belleza idealizados han acentuado las inquietudes, sobre todo entre los adolescentes; reforzando este punto, en Latinoamérica, un estudio indicó que, en alumnos de escuelas secundarias, encontraron que existe concordancia entre el Índice de Masa Corporal (IMC en adelante) real y el percibido en 55.95% de los casos. 79.8% de los

jóvenes se percibe en normalidad, lo que refleja una diferencia de 17.9% respecto al IMC; seguido de 26.2% en bajo peso, con una diferencia a la baja de 19.1% (12). En cuanto a hábitos alimenticios según datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (13) indicó que en América Latina el 58 por ciento de los habitantes vive con sobrepeso y obesidad (360 millones de personas aproximadamente), siendo Chile (63%) y México (64 %) los países que presentan las tasas más elevadas.

El Ecuador presenta indicadores preocupantes en relación con patrones alimenticios y percepciones de imagen corporal, según datos de la Organización Panamericana Salud (14) el país exhibe una prevalencia de obesidad del 26,0% entre su población adulta, mientras que el sobrepeso afecta al 58,4%, cifras que pueden relacionarse con hábitos alimenticios perjudiciales. Un estudio de la Freire (15) menciona que la malnutrición es el resultado del consumo excesivo de alimentos que conducen al sobrepeso o a la obesidad. Esta se caracteriza por un balance positivo de energía que ocurre cuando la ingesta de calorías excede al gasto energético.

Además, ciertas disciplinas deportivas promueven la posesión de una figura establecida; por ejemplo, el levantamiento en potencia, lucha, gimnasia, atletismo, entre otras, más allá de las implicaciones físicas, las percepciones y sentimientos respecto al cuerpo en sí mismo también generan preocupación. Salas (16) condujeron un estudio que consideró la insatisfacción corporal entre estudiantes universitarios de Quito; sus hallazgos revelaron que el 40,6% de las mujeres y el 24,3% de los hombres manifestaban insatisfacción con su imagen corporal, esta prevalencia de insatisfacción corporal, combinada con patrones alimenticios no saludables, pone de manifiesto la necesidad de abordar de forma integral los desafíos relacionados con la salud y el bienestar en la población ecuatoriana.

Investigaciones realizadas previamente, establecen relación entre la imagen corporal asociadas a las conductas de riesgo de trastorno alimentario, al respecto Ruiz (17) reportan que el 8.4% de insatisfacción corporal y 6.1% actitudes alimentarias de riesgo, no existieron diferencias significativas en cuanto alto a las conductas alimentarias de riesgo. Asimismo, en el estudio realizado por Verdugo (18), con respecto a la distorsión de la imagen corporal y

trastornos alimentarios en adolescentes gimnastas, indica que no se encontraron diferencias considerables con el 8% de los no gimnastas y el 7% de los gimnastas.

En el estudio realizado por Paredes (19) denominado "Estatus de peso, conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción corporal en mujeres adolescentes y jóvenes". Los resultados arrojaron que el 11,4% de las adolescentes y 6,6% de las jóvenes reportaron conductas alimentarias de riesgo, mientras que 18,8% de las adolescentes y 19,8% de las jóvenes presentaron insatisfacción corporal. Al respecto Verdugo (18) indica que los hombres poseen un mayor grado de insatisfacción los hombres con el 54 % respecto a las mujeres con el 43 %.

En el estudio realizado por Duno (20) los resultados arrojaron un elevado porcentaje de insatisfacción corporal, con el 84,6% y 80,4% en el sexo masculino y en el femenino, respectivamente. Así mismo Salamea (21) encontró que a pesar de que ambos sexos 59,2%, poseen un índice de masa corporal normal, las mujeres presentan mayor insatisfacción corporal que los hombres con un 66,3%. Del mismo modo, Ayala (22) identificó que el 79 % de las mujeres tienen insatisfacción corporal, es decir, que las situaciones sociales tienen un gran impacto en la percepción de las mujeres con respecto a su propia imagen corporal.

Investigaciones recientes no han abordado directamente la relación entre la insatisfacción corporal y el riesgo de TCA, sin embargo, si se ha estudiado la insatisfacción corporal en relación a otra variable los resultados señalan que existe una correlación positiva mostrando que el 24.5% de la muestra tenía riesgo suicida, añadiendo a la insatisfacción corporal (23). De igual forma, en estudios previos experimentales, se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres con el 84,6% y 80,4% en el sexo masculino y en el femenino, respectivamente (20). Por otro lado, en la investigación de García (24), no se evidenció una correlación significativa entre las dos variables.

Estudios realizados durante la pandemia realizado por Del Castillo (25) y Pierre (26) se encontró un aumento de problemas de conducta alimentaria tras la irrupción de la pandemia por COVID-19 y diferencias significativas con respecto a la edad, sexo, año académico, percepción de la salud. Por otra parte, Huete (27) reportó un aumento de más del 50 % de la muestra poseen riesgos de conducta alimentaria detonando la anorexia nerviosa y bulimia

nerviosa lo que llega a tener mayores complicaciones ya que, se encontraron diferencias significativas con respecto a la edad, sexo.

El objetivo de la investigación es analizar la relación entre la insatisfacción corporal y el riesgo de trastornos alimenticios en adultos jóvenes, considerando cómo las percepciones negativas del cuerpo influyen en patrones alimentarios desordenados y sus implicaciones clínicas.

Metodología

La investigación se llevó a cabo en adultos jóvenes que forman parte de una institución de actividad física (gimnasio) de la ciudad de Ambato. La muestra fue de tipo no probabilística por conveniencia, bajo criterios de inclusión y exclusión. El tamaño de la muestra fue de 149, la media de edad estuvo comprendida en 23.4 años, su mínimo 18, y su máximo 39, en cuanto al sexo 79 (53%) fueron hombres y el 70 (47%) mujeres. En los criterios de inclusión se tomó en cuenta lo siguiente: 1) rangos de edad de 18 a 35 años, 2) no haber sido atleta de alto rendimiento, 3) haber entrenado por más de 3 meses. Por otra parte, los criterios de exclusión fueron: 1) Todos aquellos sujetos que presenten alguna discapacidad física, 2) sujetos que hayan participado en un campeonato de fisicoculturismo, 3) sujetos que hayan sido diagnosticados con algún trastorno de conducta alimentaria y personas que no acepten el consentimiento informado.

Se empleó Google forms para el uso de los cuestionarios, se utilizó el instrumento Body shape Questionnaire (BSQ), el cual mide niveles de insatisfacción con la propia imagen corporal, posee 34 ítems y tiene una escala tipo likert de 6 puntos que va desde nunca hasta siempre, con los siguientes baremos: bajo <25, leve 26-50, moderado: 51-75 alta: >75, evaluando cuatro dimensiones las cuales son: 1) malestar con la imagen corporal, 2) baja autoestima con la apariencia, 3) inconformidad hacia rasgos de la apariencia física, 4) deseo por perder peso, el cual cuantifica dos constructos altamente correlacionados y discriminadores de la Insatisfacción Corporal y Preocupación por el Peso, lo que permite proponerlo como una herramienta de alto valor investigativo y de utilidad clínica, con una confiabilidad de alfa de Cronbach del 0.97 (28).

Por otro lado, se usó del Eating Attitudes Test-26 o EAT-26 que consta de 26 ítems

con escala likert que de 6 puntos que va desde nunca hasta siempre. La puntuación de dicho cuestionario oscila entre 0 y 78 estableciendo un punto de corte en 20 puntos que se utilizara para determinar casos de conductas de riesgo problemáticas de las no-problemáticas, evaluando 3 dimensiones las cuales son: 1) dieta, 2) bulimia y preocupación por la comida, 3) control oral, con una confiabilidad del 0.80 siendo ideal para cribado de posibles TCA en población de riesgo, siendo de utilidad en atención primaria para la detección temprana de dicha problemática (29)

El diseño del estudio fue no experimental porque no existirá manipulación de la población, es decir, no habrá grupos de casos ni de control. Presenta un nivel descriptivo ya que se describirán los resultados obtenidos, y un alcance correlacional porque se establecerá si existe o no relación entre las variables de estudio, y al existir, en qué grado se relacionan. Así mismo, es de corte transversal porque se realizó en un solo momento (30).

Resultados y discusión

A continuación, se presentan los resultados en base a los objetivos planteados en esta investigación, así como los datos sociodemográficos, matriz de correlaciones entre las variables, niveles de insatisfacción corporal, las frecuencias de riesgo de trastorno de conducta alimentaria y la comparación de los niveles de insatisfacción corporal entre hombres y mujeres.

Tabla 1:

Sociodemográfica

		Frecuencias	% del Total
Sexo	Hombre	79	53%
	Mujer	70	47 %
Nivel Socioeconómico	Bajo	2	1.3%
	Medio	134	89.9 %
	Alto	13	8.7 %

Zona de Residencia	Zona Rural	15	10.1 %
	Zona Urbana	134	89.9 %
Estado Civil	Soltero	140	94 %
	Casado	7	4.7%
	Divorciado	1	0.7 %
	Unión libre	1	0.7%
Etnia	Mestizo	148	99.3%
	Blanco	1	0.7%

En la tabla 1 se muestran los datos sociodemográficos del grupo de intervención compuesto por ciento cuarenta y nueve sujetos la media de edad estuvo comprendida en 23.4 años, su mínimo 18, y su máximo 39, en cuanto al sexo 79 (53%) fueron hombres y el 70 (47%); con respecto a la zona de residencia 15 (10.1%) fueron de zona rural y 134 (89.9%) zona urbana, por otro lado, el nivel socioeconómico el 2 (1.3%) fueron bajo, mientras que el 134(89.9) fueron medio y el 13(8.7) alto, en relación a la etnia el 148 (99.3) fueron mestizos y el 1 (0.7%) blanco, en consideración a estado civil el 140 (94%) fueron solteros, mientras que 7 (4.7%) casados, de igual forma el 1(0.7%) fueron divorciados y unión libre.

En la tabla 2 se aplicó la prueba de Shapiro Wilk encontrando que la distribución de la insatisfacción corporal y TCA no fueron normales por lo que se aplicó una prueba no paramétrica en este caso fue la prueba de correlación de Spearman.

Tabla 2

Matriz de Correlaciones

		Total, de insatisfacción	Corporal
Total de Trastorno de conducta alimentaria	Rho de Spearman	0.531 ***	
	valor p	< .001	

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Con un 99% de confianza se observa que existió una relación positiva moderada entre Insatisfacción y TCA (Rho=0.531, p<0.001).

Tabla 3

Niveles de Insatisfacción Corporal

Nivel de insatisfacción	Frecuencias	% del Total
Bajo	68	45.6 %
Leve	35	23.5 %
Moderado	40	26.8 %
Alto	6	4.0 %

En la tabla 3: se evidencia que, de los 149 participantes, el nivel de insatisfacción corporal que predomina es el nivel bajo con un 68 (45.6%) mientras que, el nivel moderado tiene un 40 (26.8%). Por otra parte, el nivel leve posee un 35 (23.5%) y el nivel con menor porcentaje es el alto con un 6 (4%).

Tabla 4

Frecuencias de Riesgo de Trastorno de Conducta Alimentaria (TCA)

Riesgo de Trastorno de Conducta Alimentaria	Frecuencias	% del Total
Sin riesgo	135	90.6 %
Con riesgo	14	9.4 %

En la tabla 4 se muestra el total de la muestra seleccionada, se evidencia que el 135 (90.6%) no tienen riesgo de trastorno de conducta alimentaria, mientras que el 14 (9.4%) tienen riesgo de trastorno de conducta alimentaria.

Tabla 5

Comparación de nivel de insatisfacción en hombres y mujeres

	Grupo	N	Media
Total de insatisfacción	Hombre	79	78.6
	Mujer	70	108

En la tabla 5: de acuerdo a la Insatisfacción corporal los hombres tienen una media de puntuación de 78.6, mientras que las mujeres tienen una media de puntuación de 108.

Tabla 6

Análisis de correlación entre insatisfacción corporal y riesgo de conducta alimentaria

		Estadístico	gl	p
Total, de insatisfacción corporal	T de Welch	-7.06	114	<.001

En la tabla 6: se aplica la prueba t de Welch encontrando que con un 99% de confianza existe una diferencia estadísticamente significativa entre las puntuaciones medias de hombres ($M=78.6$) y de mujeres ($M=108$) $t(114) = -7.06$ $p < 0.001$.

Discusión:

En el presente estudio se planteó evaluar el nivel de insatisfacción corporal, donde prevalece el nivel bajo con el 45.6 %. Indicando que en dicha población no existen alteraciones en cuanto a cómo se perciben los hombres y las mujeres sobre sí mismos, es decir, no se encontró algún efecto significativo respecto a la insatisfacción de la imagen corporal. De igual forma en la investigación de Martínez (31) encontraron que el 8.4 % de la muestra presentan problemáticas en estas áreas siendo un valor poco significativo. Asimismo, Orellana (32) evidenció en su estudio que el 19.20 % de los participantes poseen un nivel bajo de dicha problemática. Por otra parte, el resultado encontrado en esta investigación no concuerda con los porcentajes reportados en el estudio realizado por Duno (20) en población adolescente universitaria cuyos datos demuestran un elevado porcentaje de insatisfacción

corporal de 82.5%. De igual forma, Salamea (33) encontraron en su estudio que el 52,6% de los participantes poseen una moderada insatisfacción corporal. Esto se podría deber a que con el paso de los años esta imagen va cambiando y por consiguiente se acepta de tal modo que la persona ya no modifica su percepción.

Al valorar el riesgo de trastorno de conducta alimentaria se evidencia que el 90.6% de la muestra no poseen riesgo de trastorno de conducta alimentaria registrando mayor prevalencia, es decir, no existen posibles riesgos de llegar a desencadenar un trastorno en esta área. Resultados similares hallaron Ramírez (34) demostrando que el 87,39% de la muestra no se sugiere la presencia de TCA. Del mismo modo un estudio realizado por García (24) indica que el 95.3 % de los sujetos no disponen de presencia de TCA y de igual forma Escandón (35) evidencio en su estudio que el riesgo de TCA fue del 55.4 % de su muestra. También , Suárez (36) encontró en su estudio que el 88.6 % no tiene riesgo de TCA demostrando similitudes entre el estudio actual. Esto se puede dar a que las personas no son conscientes de identificar problemas en sí mismos, dado que, en las últimas décadas se ha ido normalizando de manera errónea el pensar que realizar dietas estrictas o abstenerse de determinadas comidas es adecuado, cuando esto puede ocasionar problemas psicológicos y fisiológicos.

Con respecto a los niveles de insatisfacción corporal de acuerdo al sexo, se observa que existen diferencias significativas puesto que, los hombres tienen una media de puntuación de 78.6, mientras que las mujeres tienen una media de puntuación de 108, es decir, que las mujeres poseen mayor insatisfacción corporal. Esto se puede deber a los estereotipos femeninos los cuales crean una exacerbada presión social que empuja a las mujeres a la no aceptación de su propio cuerpo. Las mujeres invierten grandes cantidades de tiempo, energía y recursos económicos en lograr este ideal preestablecido del cuerpo y la belleza. Resultados similares hallaron Duno (20) donde se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres con el 84,6% y 80,4% respectivamente.

Buscando la correlación entre la variable insatisfacción corporal y riesgo de trastorno de conducta alimentaria en adultos jóvenes, con un 95% de confianza, existe relación positiva moderada entre Insatisfacción corporal y Riesgo de conducta alimentaria ($Rho=0.531$, $p<0.001$), es decir se acepta la hipótesis de investigación donde la insatisfacción corporal

está relacionado con el riesgo de trastorno de conducta alimentaria en adultos jóvenes de un gimnasio en la ciudad de Ambato. Los resultados hallados en este estudio concuerdan con la investigación realizada por Flores (37) en donde se halló una correlación significativa entre la insatisfacción de la imagen corporal y riesgo de TCA en estudiantes universitarias. Este hallazgo muestra que también es importante abarcar el problema en este grupo de riesgo e intervenir oportunamente mediante planificación y ejecución de actividades para evitar complicaciones en la salud. No se hallaron estudios que muestren resultados contrarios a los de esta investigación.

El estudio presenta factores limitantes importantes. El estudio ha presentado dificultad en el acceso a personas que realizan ejercicio, por lo que se recomendaría en futuras investigaciones cambiar el método de muestreo el cual facilite el alcance a mayor población. La principal limitación ha sido la falta de estudios encontrados que analicen en profundidad las disciplinas de gimnasio, es decir, que comparen gimnastas de diferentes disciplinas en función de la edad, género y nivel competitivo. También, es conveniente investigar la insatisfacción corporal y el riesgo de trastorno de conducta de alimentaria con otra población, con la finalidad de ampliar la relación que puede existir.

Conclusiones

Existe una relación positiva entre la insatisfacción corporal y riesgo de trastorno de conducta alimentaria, es decir, mientras más IC, más riesgo de padecer algún TCA, prevaleciendo más en mujeres. Esto se debe a que los desacuerdos internos pueden generar frustración y sentimientos negativos en la persona. Con respecto a los niveles de insatisfacción corporal se evidencio un nivel bajo, por ende, los adultos jóvenes se perciben hacia su propio cuerpo con satisfacción corporal o están conformes, es decir, no sienten una presión social que los haga cambiar su estilo de vida para mejorar.

El análisis comparativo de las medias de puntuación entre hombres y mujeres según el total de insatisfacción corporal, reflejó que existe una diferencia significativa respectivamente, siendo que las mujeres poseen una puntuación media más alta, concluyendo en que los estereotipos culturales de la mujer; como la belleza, la cual depende de los gustos propios, contexto cultural, entre otras no solamente difieren entre países y continentes, sino que también ha ido evolucionando con el paso del tiempo en las distintas sociedades. Por el

contrario, a los hombres si les preocupa su apariencia física, pero solo un determinado porcentaje decide hacer algo al respecto o simplemente lo aceptan. Esta investigación podría ampliar a posibles estudios, es decir, relacionar dichas variables con otras que influyen significativamente como: autoconcepto, autoestima, frustración, entre otras.

Referencias

1. Maganto C, Garaigordobil M, Kortabarria L. Eating Problems in Adolescents and Youths: Explanatory Variables. *Span J Psychol.* 2016;19:E81.
2. Martín - RELACIÓN ENTRE LA INSATISFACCIÓN CORPORAL Y LA AUT.pdf [Internet]. [citado 15 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/433288/retrieve>
3. Perloff RM. Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an Agenda for Research. *Sex Roles.* diciembre de 2014;71(11-12):363-77.
4. Veldhuis J, Konijn EA, Seidell JC. Weight information labels on media models reduce body dissatisfaction in adolescent girls. *J Adolesc Health.* 2012;50(6):600-6.
5. Portela de Santana ML, da Costa Ribeiro Junior H, Mora Giral M, Raich RM. La epidemiología y los factores de riesgo de los trastornos alimentarios en la adolescencia: una revisión. *Nutr Hosp.* 2012;27(2):391-401.
6. Murray SB, Quintana DS, Loeb KL, Griffiths S, Le Grange D. Treatment outcomes for anorexia nervosa: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychol Med.* 2019;49(4):535-44.
7. Fardouly J, Diedrichs PC, Vartanian LR, Halliwell E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image.* 2015;13:38-45.
8. Organización Mundial de la Salud.(2011) *Hábitos alimenticios inadecuados.*
9. Rodgers RF, Slater A, Gordon CS, McLean SA, Jarman HK, Paxton SJ. A Biopsychosocial Model of Social Media Use and Body Image Concerns, Disordered Eating, and Muscle-Building Behaviors among Adolescent Girls and Boys. *J Youth Adolesc.* febrero de 2020;49(2):399-409.

10. Cash TF, Smolak L. Understanding body images: Historical and contemporary perspectives. 2011 [citado 24 de noviembre de 2023]; Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2011-20792-001>
11. Frederick DA, Sandhu G, Morse PJ, Swami V. Correlates of appearance and weight satisfaction in a US national sample: Personality, attachment style, television viewing, self-esteem, and life satisfaction. *Body Image*. 2016;17:191-203.
12. López Atencio P, Molina Z, Rojas L. Influencia del género y la percepción de la imagen corporal en las conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de Mérida. *An Venez Nutr*. diciembre de 2008;21(2):85-90
13. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2014). *Sobrepeso y obesidad en America Latina*
14. Organización Panamericana de la salud (2016). *Estado de la seguridad alimentaria y nutricional en America latina y el caribe*.
15. Freire W, Ramírez M, Belmont P, Mendieta M, Silva K, Romero N, et al. Encuesta nacional de salud y nutrición ENSANUT-ECU 2012. Quito MSPINEC. 2014;
16. Salas Morillas A, Gutiérrez-Sánchez Á, Vernetta Santana M. Insatisfacción corporal y trastornos de conducta alimentaria en gimnastas: revisión sistemática. 2022 [citado 14 de noviembre de 2023]; Disponible en: <https://digibug.ugr.es/handle/10481/72770>
17. Ruiz Á, Quiles Y. Prevalencia de la Ortorexia Nerviosa en estudiantes universitarios españoles: relación con la imagen corporal y con los trastornos alimentarios. *An Psicol*. 2021;37(3):493-9.
18. Verdugo GV, Armas EH, Baños R, Jiménez JM, Rentería I. Distorsión de la imagen corporal y trastornos alimentarios en adolescentes gimnastas respecto a un grupo control de adolescentes no gimnastas con un IMC similar. *Retos Nuevas Tend En Educ Física Deporte Recreación*. 2020;(37):297-302.
19. Franco Paredes K, Díaz Reséndiz F, Bautista Díaz ML. Estatus de peso, conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción corporal en mujeres adolescentes y jóvenes. *Arch Med Manizales* [Internet]. 2019 [citado 15 de octubre de 2023];19(2). Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/d0a4/f0b2b97371e9f7a57cff95bb82a4df590ec9.pdf>
20. Duno M, Acosta E. Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Rev Chil Nutr*. 2019;46(5):545-53.
21. Salamea RM, Fernández JC, Gonzáles MA. Obesidad, sobrepeso e insatisfacción corporal en estudiantes universitarios. *Espacios*. 2019;40(36):1-9.

22. Ayala KSV, Ramírez MTG. Influencias sociales en un modelo de insatisfacción corporal, preocupación por el peso y malestar corporal en mujeres mexicanas. *Acta Colomb Psicol.* 2020;23(1):7-27.
23. Solis-Espinoza M, Mancilla-Díaz JM, Vázquez-Arévalo R. Suicidio: autolesión e insatisfacción corporal en adolescentes. *Cuad Hispanoam Psicol.* 2022;22(1):1-15.
24. García MJM, Gálvez RMS, Romera MMR. Prevalencia y epidemiología de los trastornos de la conducta alimentaria en los adolescentes. En: BIAH 2018 International Congress of Body Image & Health 6, 7 y 8 de junio de 2018: Libro de actas [Internet]. Editorial Universidad de Almería (edual); 2019 [citado 14 de noviembre de 2023]. p. 196. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8317317>
25. del Castillo RP, Castaño LM, de Neira MD, Maresca IP. Trastornos de la conducta alimentaria en la adolescencia en época COVID: ¿una nueva pandemia? *Rev Psiquiatr Infanto-Juv.* 2021;38(4):9-17.
26. Pierre Zila-Velasque J, Grados-Espinoza P, Regalado-Rodríguez KM, Luna-Córdova CJ, Calderón GSS, Diaz-Vargas M, et al. Prevalencia y factores del trastorno de conducta alimentaria en estudiantes de Medicina Humana del Perú en el contexto de la pandemia de COVID-19: estudio multicéntrico Prevalence and factors associated with eating disorders in Peruvian Human Medicine students in the context of the COVID-19 pandemic: a multicentre study. *Rev Colomb Psiquiatr* [Internet]. 2022 [citado 24 de noviembre de 2023]; Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/pt/covidwho-1989921>
27. Huete Cordova MA. Trastorno de conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2. *Rev Neuro-Psiquiatr.* 2022;85(1):66-71.
28. Baños-Chaparro J, Marca KA. Body Shape Questionnaire (BSQ): Estructura factorial y fiabilidad en universitarios peruanos. *Av En Psicol.* 2020;28(2):269-78.
29. Constaín GA, Ramírez CR, de los Ángeles Rodríguez-Gázquez M, Gómez MÁ, Múnera CM, Acosta CA. Validez y utilidad diagnóstica de la escala EAT-26 para la evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en población femenina de Medellín, Colombia. *Aten Primaria.* 2014;46(6):283-9.
30. Núñez Peña MI. Diseños de investigación en Psicología. 19 de octubre de 2011 [citado 23 de octubre de 2023]; Disponible en: <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/20322>
31. Martínez AOR, Fuentes NIGAL, Escobar SG, Muñoz MAT, Arévalo RV. Más allá de la apariencia: Imagen corporal asociada a las actitudes y conductas de riesgo de trastorno

alimentario en adolescentes. *Rev Psicol Univ Autónoma Estado México*. 2021;10(19):107-23.

32. Orellana JB. Insatisfacción corporal e intolerancia a la frustración en mujeres adultas que realizan actividad física hogareña en contexto de pandemia de covid-19. febrero de 2021 [citado 13 de noviembre de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uai.edu.ar/handle/123456789/1070>

33. Salamea RM, Fernández JC, Gonzáles MA. Obesidad, sobrepeso e insatisfacción corporal en estudiantes universitarios. *Espacios*. 2019;40(36):1-9.

34. Ramirez A, Zerpa C. Conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios venezolanos: prevalencia en la ciudad de caracas, 2020. *Rev GICOS*. 2022;7(1):11-26.

35. Escandón-Nagel N, Apablaza-Salazar J, Novoa-Seguel M, Osorio-Troncoso B, Barrera-Herrera A. Factores predictores asociados a conductas alimentarias de riesgo en universitarios chilenos. *Nutr Clínica Dietética Hosp* [Internet]. 5 de mayo de 2021 [citado 14 de noviembre de 2023];41(2). Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/96>

36. Suárez Hinostroza SV. Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y hábitos alimentarios en estudiantes de nutrición de una universidad pública, Lima 2021. Univ Nac Mayor San Marcos [Internet]. 2023 [citado 14 de noviembre de 2023]; Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/20220>

37. Flores Mayhua NM. Insatisfacción de la imagen corporal y riesgo de Trastornos de Conducta Alimentaria en estudiantes de una universidad pública, Lima-2022. 2023 [citado 14 de noviembre de 2023]; Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/20431>