

ANÁLISIS DE LA IMAGEN CORPORAL Y AUTOESTIMA CORPORAL EN MUJERES JÓVENES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UN CENTRO EDUCATIVO DE SANTIAGO

Núñez- De la Cruz, Graciela; Frías, Laurys; Rodríguez Báez, Leocadia;

Díaz, Orquídea; Valdez Díaz, Esther

Asesora: Dra. Andrea Manjarres Herrera

RESUMEN

Este estudio tiene el objetivo de analizar la imagen corporal percibida y la autoestima en mujeres adolescentes. Tiene un enfoque mixto concurrente. Participaron 45 mujeres jóvenes de nivel secundario de un centro educativo de Santiago, República Dominicana. El objetivo cuantitativo es medir las actitudes y sentimientos hacia la apariencia física, mientras que el cualitativo es conocer el efecto de la percepción de la imagen corporal sobre la autoestima. Como instrumento se utilizó una encuesta de 11 preguntas, la Escala de Estima Corporal para Adolescentes y Adultos y un grupo focal. Se encontró que el 62.2% de las participantes se sienten satisfechas con su imagen corporal mientras que el 37.8% no lo está. La inseguridad corporal producto de la insatisfacción es el efecto más frecuente. En base al diagnóstico se ha propuesto el proyecto "Soy única" con el objetivo de fomentar la aceptación de la imagen corporal y mejorar la autoestima de las mujeres.

PALABRAS CLAVES: Imagen Corporal, Autoestima, Insatisfacción Corporal, Adolescentes

ABSTRACT

This study has a concurrent mixed approach. 45 young women of secondary level from an educational center in Santiago, Dominican Republic participated. The quantitative objective is to measure attitudes and feelings towards physical appearance, while the qualitative one is to know the effect of the perception of body image on self-esteem. As an instrument, an 11-question survey, the Body Esteem Scale for Adolescents and Adults, and a focus group were used. It was found that 62.2% of the participants felt satisfied with their body image while 37.8% were not. Body insecurity resulting from dissatisfaction in the most frequent effect. Based on the diagnosis, the project "I am unique" has been proposed with the aim of promoting acceptance of body image and improving women's self-esteem.

KEYWORDS: Body Image, Self-esteem, Body Dissatisfaction, Adolescents

Introducción

A pesar de que investigadores como Baile Ayensa (2003) han expresado que no existe un consenso científico claro sobre lo que podría ser la imagen corporal o el cómo se evalúa, varios autores se han puesto de acuerdo para definir a la misma como la representación mental que tenemos los individuos sobre nuestro cuerpo (Mancilla et. al, 2007; Vaquero et. Al, 2013; Fernández et. al, 2014; Rodríguez y Alvis, 2015; Sámano et. al, 2015; Soto Ruiz et. Al, 2015; Vélez y Moncada, 2015; Ramos et. Al, 2016; Jiménez et. Al, 2017; Duno y Acosta, 2019; López, 2020). Esto quiere decir que la imagen corporal engloba toda aquella percepción o idea que podamos tener sobre nuestra apariencia, el cómo creemos que nos vemos sin importar que esta idea corresponda o no con la apariencia física real (Vaquero et al, 2013).

Según el autor, la imagen corporal suele tener una serie de componente que la definen. Unos dicen que el concepto contempla solo dos dimensiones, siendo la imagen corporal propiamente dicha y el esquema corporal. El primero es una representación consciente del cuerpo mientras que la segunda implica una representación más abstracta (Rodríguez y Alvis, 2015). Otros concuerdan con que la imagen corporal consta de aspectos perceptuales, cognitivos, afectivos y conductuales (Rodríguez y Alvis, 2015; Ramos et. al, 2016). Sabiendo esto último, entendemos por qué la imagen corporal es algo tan subjetivo (Marrodán et. al, 2008), ya que los pensamientos, sentimientos y comportamientos suelen estar influenciados por factores externos, como, por ejemplo, nuestro entorno social.

Por ello, si tenemos criterios negativos sobre nuestra imagen corporal, nuestro autoconcepto y autoestima se verán gravemente afectados. El primero se define como *“la percepción que tienen los sujetos sobre sus habilidades físicas y apariencia física”* (Strein, 1996, citado por Ortega et al., 2017) y la segunda es *“la valía que le atribuye el individuo a su identidad”* (Harrison, 2014, citado por Montoya, 2019). Ambos conceptos están relacionados y de paso influyen sobre la imagen corporal y viceversa.

El tener una autoestima corporal negativa hace que los individuos tengan una distorsión perceptiva el cuerpo percibido y el real, lo que los hace más propensos a desarrollar una insatisfacción insana con respecto a su cuerpo. La insatisfacción corporal afecta la relación con los otros, los sentimientos de autoestima, los sentimientos de autoconfianza, las relaciones sexuales y las relaciones sociales (Calle Astudillo, 2019), lo que hace que las personas que la padecen sean propensas a desarrollar ansiedad, depresión y trastornos de conducta alimentaria (Baile Ayensa, 2002; Guzmán-Saldaña et al., 2017).

Se hace imperante que se aborde el tema de la imagen corporal y la autoestima corporal debido al aumento de casos actual de insatisfacción corporal, en los cuales, las principales víctimas son los adolescentes (Vélez y Moncada, 2015), principalmente las de género femenino.

La adolescencia es una etapa en la que los individuos se ven expuestos a una serie de cambios de diversas índoles: social, psicológica, sexual, biológica, etc., (Montoya, 2019). Todos estos llevan a los adolescentes a desarrollar una serie de crisis cuyo objetivo es encontrar su nueva identidad. Dichas transformaciones pueden afectar la autoestima, siendo el más relevante de ellos los cambios a nivel físico (Flores, 2018). Estos suelen ser el grupo que más se ve afectado por la estigmatización social con respecto a la forma de sus cuerpos, en especial si sufren sobrepeso u obesidad, (Ensanut, 2012, citado por Padrón Salas, 2015), Por ello, durante la pubertad, los adolescentes tienden a desarrollar una excesiva preocupación por su imagen corporal.

Debido a esa razón, los adolescentes forman el grupo social sobre el que más se ha investigado la imagen corporal en países como España, México (Ceballo et. Al, 2020), Venezuela, Ecuador, Perú, Argentina, etc. Diversos estudios ya han dejado en claro esta incidencia en la población femenina. En España, hay estudios de adolescentes en los que hasta un 76,8% perciben su imagen corporal de forma distorsionada en la cual sobreestimaban su índice de masa corporal (Soto et. al, 2015). Otro de la Universitaria Lasallista demostró que el 52.2% de las adolescentes de noveno curso presentan un nivel de insatisfacción corporal. Otra investigación hecha en Venezuela en el 2019, muestra que el 80.4% los adolescentes de sexo femenino tienen una insatisfacción corporal (Duno y Acosta, 2019). Y sin irse más lejos, la Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña (UNPHU) realizó una investigación en el 2021 en el que se demostró que el 56.6% de las adolescentes pertenecientes a la población de estudio poseían problemas de percepción corporal (Marte y Ruiz, 2021).

Estos problemas de insatisfacción corporal suelen provenir del contexto familiar, los círculos de amigos y medios de comunicación (Fernández et. Al, 2014), quienes promueven estándares de belleza en los que se alaban los cuerpos esbeltos y sin imperfecciones. Las adolescentes femeninas de hoy se están desarrollando en un medio con múltiples tecnologías en las que pueden acceder a redes sociales como Tik Tok, Facebook, Instagram, entre otras, además de la presencia de la televisión y anuncios publicitarios. Todos mostrando ideales canónicos de belleza a nivel social y que tienden a ser inalcanzables para la mayoría de la población de manera natural.

Al ser impuestos estos modelos estéticos, las comparaciones no se hacen esperar. Cada vez más temprano, los jóvenes se preocupan por cómo se ven sus cuerpos y sobre el ideal que creen que deberían de seguir (Vélez y Moncada, 2015). La existencia de un ideal de belleza que se establece en la sociedad fuerza a cada uno de los individuos de esta, en mayor o menor medida, o pretenden ajustarse a ese dicho modelo de cintura pequeña, estomago plano, espalda ancha, gran trasero, etc., el tipo de siluetas que todas desean y lo que muchas veces afecta su autoestima.

Estos estereotipos crean inseguridad, preocupación y un deseo inmenso de cambiar sus aspectos, aquellos a los cuales antes no le prestaban importancia. Ahora desean ser diferentes, ser eso que ven en las redes, y muchas veces lo que ven no es en realidad lo que es. Los cuerpos esbeltos son retratados de manera positiva, con modelos

felices y plenas, mientras que los cuerpos pasados de peso son presentados con modelos tristes, lo que refuerza los estereotipos (Licea et. Al, 2018).

El objetivo de este estudio es analizar la imagen corporal percibida y la autoestima en mujeres adolescentes ya que este tipo de problemáticas presentan una complejidad y dificultad enorme, que hace que sea necesaria su investigación a profundidad (Marte y Ruiz, 2021). Es un tema que no le prestan la atención que deberían darle. En las escuelas van niñas con ropa ancha, y lo encontramos normal, pero muchas veces detrás de eso están buscando tapar algo que no les gusta y que les provoca cierta inseguridad y preocupación.

En la República Dominicana no existen muchas investigaciones o artículos científicos en los que se evalúen las variables de percepción de imagen corporal, autoestima y autoconcepto. Por lo tanto, se desarrolla esta investigación para aportar datos precisos y concluyentes sobre esta problemática, además de que puede ser utilizada en futuras investigaciones que busquen evaluar las variables ya antes mencionadas.

Método

Esta investigación es de enfoque mixto. En la parte cuantitativa se tuvo la intención de medir las actitudes y sentimientos hacia la apariencia física, por medio de recolectar y analizar datos de las variables insatisfacción corporal y autoestima corporal utilizando dos instrumentos que fueron distribuidos en conjunto a través de un formulario de Google: el primero fue una encuesta estructurada de 11 preguntas (Cabrera Hidalgo, 2010) (Véase anexo 2) y el segundo fue la Escala de Autoestima Corporal para Adolescentes y Adultos (BESAA, por sus siglas en inglés, López Cámara, 2020) (Véase anexo 1). El formulario igual contenía preguntas que describen la población.

La Escala de Autoestima Corporal fue desarrollada por Mendelson et. Al (2001) y validada en México por López Cámara (2020). La BESAA consta de 23 ítems tipo Likert que se evalúa de 0 (nunca) a 4 (siempre). Puntuaciones altas indican mayor estima corporal. Dice López Cámara (2020) que Mendelson et al. (2001) identificaron tres factores con consistencia interna adecuada: Apariencia, (10 ítems; $\alpha = .92$); Atribución (5 ítems; $\alpha = .81$); y Peso (8 ítems; $\alpha = .94$). Para la calificación de la escala los ítems 4, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, y 21 se invierten. La escala posee un Alfa de Cronbach de 0.90, los que indica una alta consistencia interna.

La investigación se llevó a cabo con 45 mujeres jóvenes de edades comprendidas entre los 13 y 18 (media, 14.84) años, alumnas de nivel secundario que pertenecen a los grados de entre 2^{do} de bachiller y 6^{to} de bachiller de un colegio en la ciudad de Santiago, República Dominicana. Las 45 participantes fueron escogidas de una población estudiantil femenina de nivel secundario de 142 estudiantes. Las jóvenes fueron reclutadas por petición de una de las miembros del equipo de gestión del centro educativo.

Los instrumentos fueron enviados a través de un grupo de Whatsapp que se tenía con las estudiantes. El formulario estuvo abierto por 48 horas. Por lo tanto, el muestro fue no probabilístico y voluntario.

Para los datos cualitativos se buscó conocer el efecto de la percepción de la imagen corporal sobre la autoestima a través de recolectar y analizar datos que se obtendrán mediante un grupo focal en una muestra cualitativa de participantes provenientes de la muestra inicial.

El grupo focal se llevó a cabo el a través de una llamada de zoom, la cual fue grabada y duró al menos alrededor de una hora. Se utilizó una diapositiva con imágenes y preguntas que debían responder en base a lo que percibían en las fotos.

Tabla 1

Cuadro de Categorías

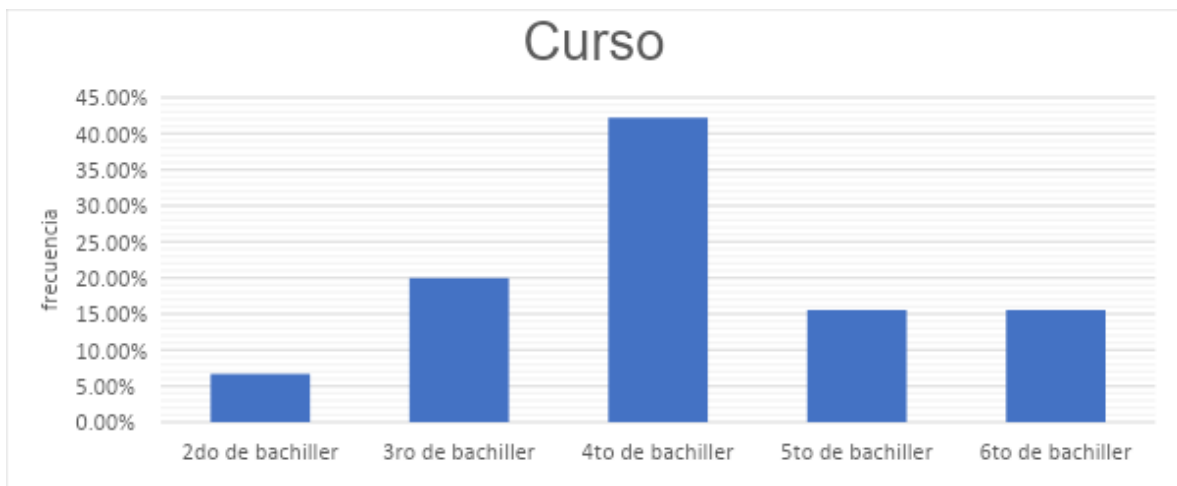
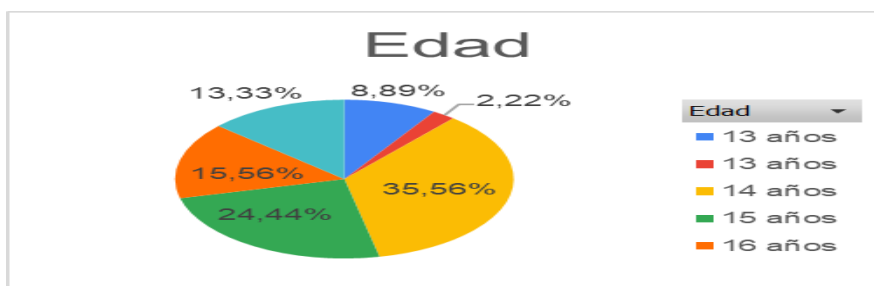
Categorías	Subcategorías
Imagen Corporal	Apariencia
	Peso
Autoestima Corporal	Atribución
Insatisfacción Corporal	Efectos
	Causas

Resultados

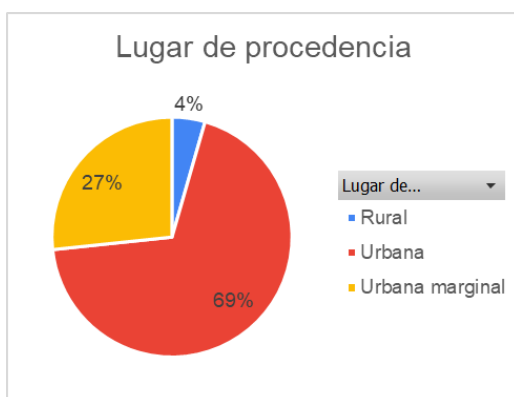
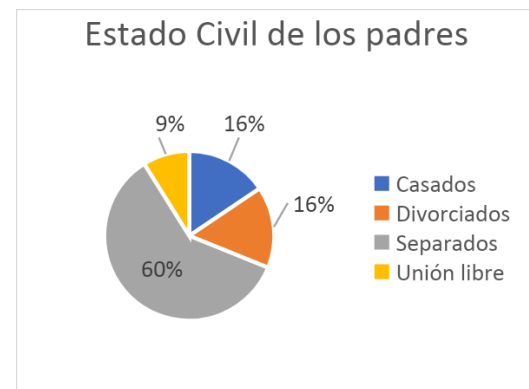
De las 45 mujeres jóvenes, 42.2% de a población pertenece al grado de 4to de bachiller y solo un 6.67% pertenece al grado de 2do de bachiller. Con respecto a la edad, un 35.56% tiene 14 años, mientras que tan solo un 11.11% tiene 13 años. (Véase las figuras 1 y 2)

Figura 1

Curso o grado

**Figura 2***Edad*

El 68.89% vive en el área urbana de Santiago, a su vez, el 4.44% reporta vivir en al área rural. El 60% afirma que sus padres están separados mientras que el 9% tiene a sus padres conviviendo en una relación de unión libre.

Figura 3*Lugar de procedencia***Figura 4***Estado civil de los padres*

La tabla 2 muestra la suma de las respuestas obtenidas de las tres sub-escalas de la Escala de Estima Corporal para adolescentes y Adultos en función de los cinco niveles que indican la estima corporal. Según lo visto, el 26% de las evaluadas afirman

que solo algunas veces se sienten satisfechas con su imagen corporal, mientras que un 12% expresa que siempre se sienten bien con respecto a su apariencia física.

Tabla 2

Suma de frecuencias de las respuestas obtenidas en la Escala de Estima Corporal para Adolescentes y Adultos (BESAA)

Sub-Escalas					
Frecuencia	Apariencia	Peso	Atribución	Suma De	%
Totales					
Nunca	114	101	36	251	24%
Rara vez	69	58	34	161	16%
Algunas veces	108	85	73	266	26%
Casi siempre	103	72	59	234	23%
Siempre	56	44	23	123	12%
Total general	450	360	225	1035	100,00%

El 62.2% de las entrevistadas reportaron sentirse satisfechas con su imagen corporal, mientras que el 37.8% no lo estaba. La parte del cuerpo que más inseguridad causaba era el peso y las medidas, reportada por al menos 35% de la muestra. En cambio, el 4% pertenece a otras inseguridades que no estaban dentro de la lista de opciones a escoger. En su contexto, las participantes achacaban esta inseguridad a los estándares de belleza impuestos, *“Los estándares de belleza en sí exigen demasiado” ... “exigen muchas cosas que la mayor parte no cumple y por eso e que nos causan inseguridad porque uno dice ¿qué no soy así?”*

Tabla 3

Parte del cuerpo que más inseguridad causa en mujeres jóvenes

Parte del cuerpo	Suma de Frecuencia de respuesta dadas	%
Busto	7	9,72%
Cabello	10	13,89%
Forma del rostro	5	6,94%
Nada	6	8,33%
Nariz	11	15,28%
Otros	3	4,17%

Peso y medidas	25	34,72%
Piernas	5	6,94%
Total general	72	100,00%

Analizando los efectos de la insatisfacción corporal, un 48.9% de las respuestas dadas afirmaban que esto les provocaba inseguridad mientras que un 8.9% afirmó que recurrían al aislamiento social. La insatisfacción corporal además puede causar trastornos de la conducta alimentaria en la que se puede llegar a descuidar la salud, *“yo empecé a sentir muy inconforme con mi cuerpo, dejaba de comer, hasta que me volví muy muy muy flaquita.”* ... *“yo duraba hasta dos días sin comer para poder verme conforme con mi cuerpo”*

Las participantes llegaron a comentar que una de las fuentes de esa inseguridad eran las redes sociales, diciendo *“uno entra a las redes sociales mayormente y ve cuerpos perfectos cuerpos sin estrías cuerpos sin celulitis y se siente mal porque tal vez alguna de nosotras tiene esa inseguridad.”* ... *“es uno de los mayores casos que se presentan ahora mismo en las chicas, en la sociedad, las redes sociales que al tu ver una chica bonita tú empiezas a compararte con esa chica a decir porque yo no tengo esto o lo otro que tiene ella y ese tipo de cosas.”* Siendo así, que el uso de las redes sociales es uno de los principales impulsores de los problemas de autoestima corporal. Otra fuente de insatisfacción son los comentarios negativos externos, siendo así que, en su contexto, un 51.1% decía recibir dichos comentarios de sus familiares más cercanos, *“yo no era gordita solamente que para las personas lo era, o sea yo veo mis fotos de niña y yo no era para nada gordita, yo no era. Pero yo llegué a sentirme inconforme”* ... *“A veces las demás personas cuando van a como a darte una opinión sobre tu imagen o como tú te ves no saben cómo expresarse Y hacen como que tú dudes de si tú te ves bien y si tú tienes de verdad esa figura como así, bonita.”*

Diseño del proyecto “Soy única”

En base a los resultados se ha propuesto un proyecto de intervención llamado “Soy única”, cuyo eslogan es “Si fuéramos todas iguales, ¿Qué sentido tendría el mundo?”. Este proyecto de intervención tiene como objetivo fomentar la aceptación de la imagen corporal y mejorar la autoestima de las mujeres. Está dirigido a mujeres adolescentes de 12 a 18 años, del centro educativo estudiado, debido al diagnóstico de la existencia de problemas de inseguridad corporal a pesar del alto índice de satisfacción corporal.

El primer taller es sobre la “imagen Corporal y autoestima saludable”, el cual tiene el objetivo de mejorar el nivel de autoestima y promover la auto aceptación de la imagen corporal. Se analizarán los conceptos de imagen corporal y autoestima y se realizarán algunas dinámicas y actividades grupales.

El segundo taller es sobre “aprender amar mi propio cuerpo”, el cual busca crear hábitos saludables para mejorar la satisfacción corporal. Haremos dinámica de bienvenida, se hablará de los hábitos saludables y se pondrá videos.

El tercer taller, consta de dos secciones, el primero es “La verdad de las redes”, con el que se pretende tomar conciencia sobre la falsedad de las redes sociales. Se pondrán dos videos provenientes de YouTube, el cual tratan sobre la falsedad que hay detrás de las redes sociales, una vez terminado los videos, empezaremos con las preguntas de reflexión. La segunda sección se llama “¿Quién cómo yo?”, con él se quiere fortalecer las actitudes positivas hacia la imagen corporal. Haremos dinámicas, pondremos videos, y se hará una retroalimentación y preguntas sobre que harán para mejorar. Y el agradecimiento.

Discusión

El objetivo de este estudio era Analizar la imagen corporal percibida y la autoestima corporal en mujeres adolescentes del nivel secundario de un centro educativo de Santiago. Para esto, basamos nuestro estudio en la investigación de las variables de insatisfacción corporal y autoestima corporal. Entre los resultados de esta investigación hubo datos que no coincidían y que sí coincidían con la literatura.

Al medir las actitudes y sentimientos hacia la apariencia física, la Escala de Estima Corporal para Adolescentes y Adultos (BESAA) demostró que algunas veces las participantes se sienten conformes con su apariencia física, lo que concuerda con los resultados obtenidos por López Cámara (2020) en el se observó que una importante cantidad de jóvenes están conformes con su apariencia física.

Sin embargo, al evaluar más en específico la variable de insatisfacción agregando lo visto en la encuesta, la mayoría de las participantes se sienten conformes con su cuerpo, a pesar de la inseguridad que pueden presentar. Esto es contradictorio los resultados del estudio de Duno y Acosta (2019) en el que el 80.4% los adolescentes de sexo femenino pertenecientes a la muestra estudiada tenían una insatisfacción corporal.

El aspecto que más inseguridad causa en las participantes son el peso y las medidas, producto de la influencia del entorno social y las redes sociales, quienes alaban los cuerpos esbeltos, lo cual afirma Fernández et. Al (2014), que expuso que los problemas de insatisfacción corporal suelen provenir del contexto familiar, los círculos de amigos y medios de comunicación

Por último, el efecto que más se produce, producto de una imagen corporal negativa, es la inseguridad, seguida por la ansiedad, la tristeza y la falta de apetito, lo que concuerda con la investigación de Guzmán-Saldaña et al. (2017) en el que la insatisfacción hace que las adolescentes sean propensas a desarrollar ansiedad, depresión y trastornos de conducta alimentaria.

Conclusión

A pesar de que existe un alto índice de satisfacción corporal, los problemas de inseguridad con respecto a la imagen corporal no desaparecen del todo. Podemos estar conformes con nuestro y aún así, de vez en cuando, ceder antes presiones impuestas por

los cánones de belleza, los cuales son promovidos por distintos medios de nuestro entorno.

Las redes sociales como Instagram, Facebook, Tik Tok, Snapchat, entre otros, han tomado un papel muy importante como uno de los desencadenantes de la insatisfacción corporal que afecta a los jóvenes del todo mundo. Estos al ser los principales consumidores de dichas plataformas y al mismo tiempo estar en una fase tan vulnerable como lo es la adolescencia, llegan a ser más susceptibles.

Los familiares son también una fuente que puede producir inseguridad, ya que estos perpetúan la insatisfacción por medio de comentarios negativos.

Los proyectos son necesarios porque nos permiten buscar soluciones a una problemática que afecta a una población. Detectar un problema y describirlo no hace que el mismo desaparezca. Por esta razón se hace imperante la implementación de un proyecto de intervención que pueda fomentar la aceptación corporal. Por medio de diversos talleres y dinámicas las estudiantes podrían aprender que tener un cuerpo o rostro diferente a lo que se promulga no es algo negativo, sino más bien, una señal de la gran diversidad de rasgos que componen nuestra sociedad y que nos hace a cada uno único e irrepetible.

Referencia

- Acosta-Bautista, J. y Ortiz-Pérez, K. (2017). *Influencia del uso de las redes sociales en la autoestima de jóvenes de 18 a 25 años de edad en la Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña en el período mayo-agosto del año 2017, Santo Domingo, Distrito nacional*. [Optar por el título de licenciatura en Psicología Clínica, UNPHU].
- Baile-Ayensa, J., Guillén-Grima, F. y Garrido, E. (2002). *Insatisfacción corporal en adolescentes medida con el Body Shaper Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad*. Revista internacional de psicología clínica y de la salud. Vol. 2 (3), pp 439-450.
- Baile-Ayensa, J. (2003) *¿Qué es la imagen corporal?* Revista de humanidades.
- Cabrera Hidalgo, V. (2010) *“La Percepción De La Imagen Corporal Y Su Relación Con La Autoestima De Las Adolescentes De La Unidad Educativa “Santa Mariana De Jesús”, Período 2009- 2010. Lineamientos Propositivos”* (Tesis Previa A La Obtención Del Grado De Doctora En Psicología Educativa Y Orientación, Universidad Nacional de Loja)
- Calle Astudillo, S (2019) *Percepción de satisfacción sobre la imagen corporal en adolescentes de 15 a 17 años en la Unidad Educativa ‘La Asunción’, Cuenca 2018*. [Tesis previa a la obtención del título de Magíster en Educación Sexual].
- Cruz-Licea, V., Urbina-Cedillo, C., Alvear-Galindo, M., Ortiz-Hernández, L. y Morán-Alvarez, I. (2018). *Percepción del cuerpo saludable y su relación con la*

- insatisfacción corporal en adolescentes mexicanos*. Revista de salud pública y nutrición. Vol. 17(1), pp. 23-29.
- Bazan, C. Y Miño, R. (2015). *La imagen corporal en los medios de comunicación masiva*. Psicodebate. Vol. 15(1). Pp. 25.
- Duno, M. & Acosta, E. (2019). *Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios*. [Revista Chilena Nutricional]. Vol. 46(4), pp. 545-553.
- Fernández-Bustos, J. González-martí, I. Contreras, O. y Cuevas, R. (2014). *Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes*. Revista latinoamericana de psicología. Vol. 47(1), pp. 25-33.
- Flores Micker, B. (2018) *Insatisfacción Con La Imagen Corporal, Conductas Alimentarias De Riesgo Y Deseo De Modificación Corporal En Adolescentes, Un Reporte Por Sexo Y Orientación Sexual En Hermosillo, Sonora*. [para obtener el grado de Maestra En Estudios De Población, El Colegio de la Frontera Norte].
- Guzmán-Saldaña, S., Saucedo-Molina, García Meraz, M, Galván García, M y Castillo Arreola, A., (2017). *Body image and body mass index of indigenous women from Hidalgo state, Mexico*. Revista Mexicana de Trastornos Alimen Body image and body mass index of indigenous women from Hidalgo state, Mexico tarios. 8, 56-62.
- Jimenez-Flores, P., Jiménez-Cruz, A. y Bacardi-Gascon, M. (2017). *Insatisfacción con la imagen corporal en niños y adolescentes: revisión sistemática*. Nutrición Hospitalaria. Vol. 34(2), pp. 480
- López Cámara, L. (2020) *Validez de la Escala de Estima Corporal para Adolescentes y Adultos, en estudiantes de bachillerato*. (Tesis Para Obtener El Título De Licenciada En Psicología, Universidad Autónoma Del Estado De México)
- Mancilla-Medina, A., Vázquez-Arevalo, R., Mancilla-Diaz, J., Amaya-Hernandez, A. y Álvarez-Rayon, G. (2012). *Insatisfacción corporal en niños y preadolescentes: una revisión sistemática*. Revista mexicana de trastornos alimentarios. Pp. 62-79
- Marte, R., & Ruiz, Y., (2021). *Influencia de los medios de comunicación sobre la imagen corporal que reciben los adolescentes que cursan en el colegio experimental preuniversitario Dr. Luis Alfredo Duvergé mejía, en el periodo febrero-abril, 2021*. Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña Facultad de Ciencias de la Salud
- Marrodán, M.D, Montero-Roblas, V., Mesa, S., Pacheco, J., González, M., Bejarano, I., Lomaglio, D., Verón, J., Carmenate, M. (2008) *Realidad, percepción y atractivo de la imagen corporal: condicionantes biológicos y socioculturales*. [1137-439X (2008), 30; 15-28]
- Montoya, M. (2019). *Autoestima Y aceptación de la imagen corporal en adolescente de las Instituciones Educativas de Santa Marta (Colombia)*. [Universidad Cooperativa de Colombia]

- Padrón-Salas, A., Hernández-Gómez J., Nieto-Caraveo A., Aradillas- García, C., Cossío-Torres, P. E., Palos-Lucio, A. G. (2015). *Asociación entre autoestima y percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios*. *Acta Universitaria*. 25 (1). PP. 77 de 76_78
- Ramos, P., Rivera, F., Pérez, R.S., Lara, L., & Moreno, C. (2016). *Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso*. *Revista Escritos de Psicología*, Vol. 9, nº 1, pp. 42-50
- Rodríguez-Camacho, D. y Alvis-Gómez, K. (2015). *Generalidades de la imagen corporal y sus implicaciones en el deporte*. Artículo de revisión. Vol. 63(2). Pp. 279-287
- Samano, R., Rodríguez-Ventura, A., Sánchez-Jiménez, B., Godínez-Martínez, E., Noriega, A., Zolonka, R., Garza, M. y Nieto, J. (2015). *Satisfacción de la imagen corporal en adolescentes y adultos mexicanos y su relación con la autopercepción corporal y el índice de masa corporal real*. *Nutrición Hospitalaria*. Vol. 31(3), pp. 1082-1088.
- Soto-Ruiz, N., Martín-Fernández, B., Aguinaga-Ontoso, I., Guillen-Grima, F., Serrano-Monzo, I., Canga-Armayor, N., Mendoza-Canton, J., Stock, C., Kraemer, A. y Annan, J. (2015). *Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de navarra*. *Nutrición Hospitalaria* 31(5), pp. 2269-2275.
- Vaquero-Cristobal, R., Alacid, F., Muyor, J. y López-Miñarro, P. (2013). *Imagen Corporal*. *Nutrición Hospitalaria*. Vol. 28(1)
- Viteri, M. (2015). *Relación entre percepción de la imagen corporal y hábitos alimenticios en adolescentes escolarizados*. [Disertación de grado, Pontificia Universidad Católica Del Ecuador].
- Vélez, M. & Moncada, V. (2015). *Percepción de la imagen corporal en niñas y adolescentes de la Institución Educativa María Auxiliadora*. [De grado para optar por el título de Psicología, Corporación Universitaria Lasallista Facultad de Ciencias Sociales y Educación].
- Zurita, F., Moreno, R., Gonzales, G., Viciano, V., Martínez A., y Muros-Molina, J. (2017). *Revisión conceptual de la conexión entre inteligencia emocional y autoconcepto físico*. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, vol. 7 n.º 1, 139-144