

RELACIÓN ENTRE LA PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL Y LA COMPOSICIÓN CORPORAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE PERCEPTION AND BODY COMPOSITION IN UNIVERSITY STUDENTS

Recibido: 06/02/2025 - **Aceptado:** 17/07/2025

María José Soto Urquiza

Interna Rotativa de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad
Técnica de Ambato
Ambato – Ecuador

msoto1213@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-6613-5413>

Tannia Elizabeth Quiroga Torres

Docente de la Carrera de Nutrición y Dietética. Universidad Técnica de
Ambato
Ambato – Ecuador

Magister en Nutrición y Dietética con Mención en Nutrición Comunitaria
Universidad Estatal de Milagro

te.quiroga@uta.edu.ec.com

<https://orcid.org/0000-0001-5251-5143>



Leonardo Gabriel Ballesteros López

Docente de la Carrera de Mercadotecnia de la Universidad Técnica de Ambato
Ambato – Ecuador

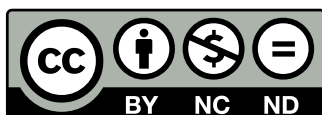
Doctor (PhD) en Ciencias Sociales, mención Gerencia
Universidad del Zulia

lg.ballesteros@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-1014-9872>

Como citar este artículo:

Soto Urquiza, M. J., Quiroga Torres, T. E., & Ballesteros López, L. G. (Julio- Diciembre).
Relación entre la percepción de la imagen corporal y la composición corporal
en Estudiantes Universitarios. Horizontes de enfermería, Vol. 16 Núm.
51 - 66. <https://doi.org/10.32645/13906984.1434>



Resumen

La percepción de la imagen y la composición corporal son aspectos interrelacionados que impactan significativamente en la salud y el bienestar de los estudiantes universitarios. Se realizó un estudio transversal, descriptivo y correlacional, con 646 estudiantes de 18 a 28 años, de diversas facultades. La percepción de la imagen corporal se evaluó mediante el cuestionario BSQ-8D, y la composición corporal se analizó a través de medidas antropométricas, siguiendo los protocolos ISAK. Los datos fueron procesados en SPSS V22, utilizando estadística descriptiva y la prueba de Kruskal-Wallis, para explorar la relación entre las variables. Se consideraron significativos los resultados con $p < 0,05$. El 50,3 % de los estudiantes no mostró preocupación por su imagen corporal, mientras que el 11,8 % presentó preocupación moderada o extrema, siendo más frecuente en mujeres ($p=0,000$). En cuanto a la composición corporal, el 67 % de participantes estuvo en rango normal de índice de masa corporal (IMC); el 21,1 %, en sobrepeso; y el 5 %, en obesidad grado I. La prueba de Kruskal-Wallis identificó una asociación significativa entre el IMC y la percepción de la imagen corporal ($p=0,000$), mientras que el área muscular braquial (AMBr) y el porcentaje de grasa no mostraron relación significativa con esta percepción. La mayoría de los estudiantes no presentan preocupación por su imagen corporal y tienen una composición corporal normal. Se encontró una asociación significativa entre el IMC y la percepción de la imagen corporal, mientras que el porcentaje de grasa y el AMBr no mostraron relación.

Palabras clave: autoimagen, antropometría, insatisfacción corporal, constitución corporal, análisis corporal.

Abstract

Body image perception and body composition are interrelated factors that significantly impact the health and well-being of university students. A cross-sectional, descriptive, and correlational study was conducted with 646 students aged 18 to 28, from various faculties. Body image perception was assessed using the BSQ-8D questionnaire, and body composition was analyzed through anthropometric measurements, following ISAK protocols. The data were processed in SPSS V22, using descriptive statistics and the Kruskal-Wallis test, to explore the relationship between the variables. Results were considered significant with a p -value < 0.05 . 50.3% of students showed no concern about their body image, while 11.8% showed moderate or extreme concern, which was more frequent among women ($p = 0.000$). Regarding body composition, 67% of participants fell within the normal body mass index (BMI) range, 21.1% were overweight, and 5% had grade I obesity. The Kruskal-Wallis test revealed a significant association between BMI and body image perception ($p = 0.000$), while brachial muscle area (BMA) and fat percentage showed no significant relationship with this perception. Most students did not report concerns about their body image and had a normal body composition. A significant association was found between BMI and body image perception, whereas body fat percentage and BMR showed no relationship.

Keywords: self-image, anthropometry, body dissatisfaction, body constitution, body analysis.

Introducción

La imagen corporal se refiere a cómo una persona se percibe, piensa y siente sobre su propio cuerpo (Ariza et al., 2020). Es una percepción individual sobre la propia apariencia que influye significativamente en la construcción de la identidad individual (Nápoles Neyra et al., 2022). En la actualidad, se ha identificado una distorsión y un nivel de insatisfacción respecto de la imagen corporal en universitarios, influenciados por diversos factores, entre ellos, los ideales de belleza impuestos por la población, así como la exposición a ideales corporales poco realistas en redes sociales y medios de comunicación (Gómez et al., 2023), el entorno sociocultural en donde vive (Inzunza et al., 2023), etc. Cada uno de estos elementos puede provocar comparaciones negativas y expectativas inalcanzables sobre la autoimagen, lo que desencadena emociones de ira, tristeza y miedo (Venegas y González, 2020), que, con el tiempo, pueden llevar al desarrollo de una obsesión por la delgadez, lo que dará como resultado una composición corporal alterada, baja autoestima, conductas de riesgo, como el uso de dietas extremas, etc. (Villegas y Londoño, 2021).

Por otro lado, la composición corporal es un método que describe de qué está compuesto el cuerpo humano (Arana et al., 2021). Su análisis es fundamental para evaluar el estado nutricional y permite medir las reservas corporales del organismo, lo que ayuda, a su vez, a identificar riesgos para la salud. Además, facilita la detección de desequilibrios nutricionales, ya sea por un exceso de grasa o por una disminución significativa de la masa grasa y muscular (Carvajal, 2021).

Investigaciones sobre los estilos de vida de los estudiantes universitarios han revelado que, al ingresar a la universidad, los jóvenes alteran sus hábitos alimenticios (Cuevas et al., 2023), lo que tiene un impacto directo en su calidad de vida y, a su vez, produce cambios en su composición corporal, lo que los predispone a desarrollar factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) (Pico et al., 2020).

También, existe evidencia de que una proporción significativa de estudiantes universitarios experimentan algún grado de insatisfacción con su imagen corporal (Duarte et al., 2021). Según la Asociación Americana de Psiquiatría (American Psychiatric Association, 2023) preocuparse demasiado por la imagen corporal puede tener un impacto significativo en las conductas alimentarias de las personas. Al respecto, la Fundación Butterfly (Butterfly Foundation, 2023) menciona que el 90 % de adultos jóvenes manifiestan alguna preocupación relacionada con su imagen corporal.

En relación con la problemática expuesta, la percepción de la imagen corporal y la composición corporal están estrechamente relacionadas, ya que la primera se refiere a cómo una persona visualiza y siente su propio cuerpo, mientras que la segunda se refiere a la distribución de músculo, grasa, hueso y otros componentes en el organismo. Una percepción de la imagen corporal positiva o negativa puede estar influenciada por la composición corporal real.

A pesar de la evidencia existente sobre los factores que afectan la percepción de la imagen corporal y los cambios en la composición corporal durante la etapa universitaria, aún existen vacíos en cuanto a cómo se relacionan entre sí estas dos variables, dentro de contextos específicos. Explorar esta relación en estudiantes universitarios permite comprender con mayor profundidad cómo las percepciones subjetivas del cuerpo pueden estar influenciadas o no por medidas objetivas del mismo. Esta información es clave para desarrollar estrategias educativas y de intervención nutricional más efectivas y personalizadas, orientadas a mejorar tanto la salud física como el bienestar psicológico de esta población.

En este sentido, el objetivo del presente trabajo es evaluar la relación que existe entre la percepción de la imagen corporal y la composición corporal en estudiantes universitarios. Se plantea como hipótesis que existe una relación significativa entre la percepción de la imagen corporal y la composición corporal en estudiantes universitarios, considerando que una imagen corporal negativa podría estar asociada a características objetivas como un mayor porcentaje de grasa corporal, menor masa muscular o indicadores antropométricos alterados.

Materiales y métodos

El presente se trata de un estudio de tipo transversal, descriptivo y correlacional. En él, participaron 646 estudiantes universitarios (287 hombres y 359 mujeres), de edades comprendidas entre los 18 y los 28 años. Se incluyó a estudiantes pertenecientes a las facultades de Ciencias Administrativas, Ciencias Agropecuarias, y Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato. Se excluyó de la investigación a los alumnos que presentaban condiciones médicas que pudieran afectar la evaluación de su composición corporal, a aquellos con enfermedades traumatológicas o discapacidades físicas, así como a quienes no desearon participar en el estudio. A través de los coordinadores de cada facultad, se gestionó el permiso correspondiente para realizar las mediciones antropométricas y la toma de pliegues cutáneos a los estudiantes. Con la autorización de las autoridades universitarias, dichas evaluaciones se llevaron a cabo en el auditorio de la mencionada institución de educación superior.

El cuestionario se aplicó a través de Google Forms. Se utilizó el cuestionario BSQ-8D en su edición abreviada del BSQ-34D (Cooper et al., 1980), versión en español, realizada por Raich (Raich et al., 1996). Se compone de ocho preguntas (Evans y Dolan, 1993), cada una con seis alternativas de respuesta, formuladas en escala tipo Likert que se puntúan en una escala de 1=nunca, 2=casi nunca, 3=algunas veces, 4=bastantes veces, 5=casi siempre, y 6=siempre, que permiten obtener un rango de puntuación entre 8 y 48 puntos (Franco et al., 2020). Según la puntuación total, se distinguen cuatro niveles de preocupación por la imagen corporal: a) No hay preocupación (8-18 puntos), b) Leve preocupación (19-25 puntos), c) Preocupación moderada (26-33 puntos), d) Preocupación extrema (34-48 puntos).

Para evaluar la composición corporal, se utilizaron medidas antropométricas, conforme a los protocolos establecidos por la International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK) (Silva y Vieira, 2020). Para evaluar el Índice de Masa Corporal (IMC) se utilizaron los puntos de cohorte sugeridos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (Zenteno et al., 2020) para personas menores de 65 años: normo peso (18,5 a 24,9 kg/m²), sobrepeso (24 a 29,9 kg/m²), obesidad grado I (30 a 34,9 kg/m²), obesidad grado II (35 a 39,9 kg/m²), obesidad grado III (≥ 40 kg/m²). El peso se obtuvo con la balanza digital, marca SECA (precisión ± 100 g), y la estatura, con el estadiómetro portátil, de igual marca (precisión ± 1 mm).

El área muscular media del brazo se obtuvo con la circunferencia del brazo (CB) y el pliegue tricipital (PCT). Para la CB, se utilizó la cinta antropométrica, marca CESCORF (precisión 1mm), se tomó en el punto medio entre el acromion (hombro) y el olécranon (codo) con el brazo en reposo, manteniendo la cinta ajustada, pero sin comprimir la piel. Para el PCT, se utilizó el plicómetro, marca CESCORF (precisión 1mm), se tomó en la parte posterior del brazo, en el punto medio entre el acromion (hombro) y el olécranon (codo). Se pellizcó la piel y el tejido subcutáneo, asegurando que el plicómetro estuviera perpendicular al pliegue y a 1 cm del pulgar y el índice que sujetaban

el pliegue. Se utilizaron los puntos de cohorte de Frisancho (1990), el cual establece tres categorías: depleción (< pC 10), hipertrofia muscular (> pC 90), normal (pC 10 a pC 90).

Para el porcentaje de grasa, se utilizó la fórmula de Durnin y Womersley (1974) y se estimó a partir de la densidad corporal con la ecuación de Siri (López et al., 2020), para lo cual se necesitó la sumatoria de cuatro pliegues (tricipital, subescapular, iliaco y bicipital). Se emplearon también los puntos de cohorte determinados en el American Journal of Clinical Nutrition (Bauce, 2021), el cual clasifica los resultados en tres categorías: bajo, alto y normal.

Los datos fueron analizados a través del programa SPSS V22. En primer lugar, las variables de interés —percepción de la imagen y composición corporal— fueron analizadas de forma independiente por medio de la estadística descriptiva, obteniéndose frecuencias y porcentajes que describieron la distribución de cada una de ellas. Posteriormente, se realizó un análisis correlacional mediante la prueba de H de Kruskal-Wallis, con el objetivo de explorar la relación entre ambas variables. Los resultados se consideraron estadísticamente significativos si tenían un valor de $p < 0,05$. Este enfoque permitió identificar asociaciones significativas entre la percepción de la imagen corporal y algunos parámetros de la composición corporal (IMC, AMBr, % grasa), proporcionando una base sólida para interpretar los hallazgos.

Antes de realizar cualquier procedimiento, se informó y explicó detalladamente a los participantes el proceso a seguir, incluyendo la naturaleza de los procedimientos y la garantía de confidencialidad de sus datos. Cada uno de los participantes otorgaron su consentimiento informado por escrito, manifestando su plena conformidad para formar parte de la investigación, desarrollada según los parámetros establecidos en la Declaración de Helsinki, respecto al trabajo con seres humanos, y la Declaración de Singapur sobre la Integridad en la Investigación.

Resultados y discusión

Condiciones sociodemográficas

El 66,6 % (n=430) de los estudiantes participantes en el estudio tienen entre 18 y 20 años, seguido de un 25,2 % (n=163) que tiene entre 21 y 23 años, mientras que aquellos de 24 a 26 años (6,2 %; n=40) y los de más de 26 años (2 %; n=13) son menos frecuentes. Respecto al género, hubo predominio de mujeres (55,6 %; n=359) en comparación con los hombres (44,4 %; n=287). En relación con la facultad a la que pertenecen, se apreció que la mayoría fueron de Ciencias Humanas y de la Educación (39,6 %; n=256), así como de Ciencias Administrativas (37,0 %; n=239) y, en menor medida, los de Ciencias Agropecuarias (23,4 %; n=151). La carrera con mayores participantes fue Mercadotecnia (27,4 %; n=177), seguida de Agronomía (12,1 %; n=78), Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte (11,8 %; n=76), Medicina Veterinaria (11,3 %; n=73), Educación Básica (10,4 %; n=67), Educación Inicial (10,4 %; n=67) y, finalmente, Administración de Empresas (9,6 %; n=62) y Hospitalidad y Hotelería (3,3 %; n=21). Respecto de los niveles académicos, el 34,5 % (n=223) correspondió a segundo semestre; el 33,1 % (n=214), a primero; el 11,1 % (n=72), a tercero; el 7,7 % (n=50) a nivelación; el 7,6 % (n=49) a quinto; y el 5,9 % (n=38), a cuarto semestre.

En torno a las condiciones de vida de los participantes, se encontró que el 61,1 % (n=395) reside en zona urbana, mientras que el 38,9 % (n=251), en el área rural. El 95,7 % (n=618) cuenta con todos los servicios básicos y, en menor porcentaje, están aquellos que cuentan con servicios básicos aislados. Declararon que la principal fuente de ingresos proviene de un sueldo

(44,0 %; n=284), así como de salario (34,7 %; n=224), seguido de ganancias (17,6 %; n=114). Las condiciones sanitarias del 37,8 % (n=244) son buenas y, en el 35,9 % (n=232) de los casos, son óptimas sin lujo, pero, para el 16,7 % (n=108) son deficientes.

Percepción de la imagen corporal

Tabla 1

Frecuencia de preocupación de la percepción corporal en base al cuestionario BSQ-8D y su relación con características socio demográficas

Indicadores	Rangos	Preocupación				P
		Inexistente	Leve	Moderada	Extrema	
Edad	18 a 20 años	32,4 %	16,9 %	9,0 %	8,4 %	0,046
	21 a 23 años	13,3 %	7,3 %	1,5 %	3,1 %	
	24 a 26 años	3,3 %	1,7 %	0,9 %	0,3 %	
	>26 años	1,4 %	0,3 %	0,3 %	0,0 %	
Género	Masculino	31 %	10,7 %	1,9 %	0,9 %	0,000
	Femenino	19,3 %	15,5 %	9,9 %	10,8 %	
Facultad	C. Administrativas	19,5 %	9,3 %	4,8 %	3,4 %	0,267
	C. Agropecuarias	12,2 %	5,0 %	2,9 %	3,3 %	
	C. Humanas y de la Educación	18,6 %	11,9 %	4,0 %	5,1 %	
	Nivelación	3,4 %	2,2 %	0,9 %	1,2 %	
Semestre	Primero	17,5 %	8,8 %	3,6 %	3,3 %	0,677
	Segundo	17,6 %	9,3 %	4,0 %	3,6 %	
	Tercero	4,6 %	2,8 %	2,0 %	1,7 %	
	Cuarto	2,8 %	1,5 %	0,3 %	1,2 %	
Zona de residencia	Quinto	4,3 %	1,5 %	0,9 %	0,8 %	0,265
	Rural	20,3 %	10,5 %	3,9 %	4,2 %	
	Urbano	30,0 %	15,6 %	7,9 %	7,6 %	



Indicadores	Rangos	Preocupación				P
		Inexistente	Leve	Moderada	Extrema	
Servicios básicos	Todos	48,0 %	25,5 %	11,1 %	11,1 %	0,926
	Donación	0,5 %	0,3 %	0,0 %	0,3 %	
	Ganancia	10,2 %	3,3 %	2,0 %	2,2 %	
Fuente de ingresos	Renta	1,4 %	0,6 %	0,3 %	0,3 %	0,769
	Salario	17,2 %	9,0 %	3,9 %	4,6 %	
	Sueldo	21,1 %	13,0 %	5,6 %	4,3 %	
TOTAL		50,3 %	26,2 %	11,8 %	11,8 %	

Nota. Nivel de significancia < 0,05

El 50,3 % (n=325) de los estudiantes no mostró preocupación por su imagen corporal, mientras que el 26,2 % (n=169) tuvo una leve preocupación, el 11,8 % registró (n=76) una preocupación moderada y, en la misma proporción, preocupación extrema (11,8 %- n=76).

La preocupación por la imagen corporal tuvo relación con la edad más joven (p=0,046), es decir, entre aquellos que tienen de 18 a 20 años, en comparación con aquellos de mayor edad y con el género femenino (p=0,000).

Tabla 2

Composición corporal a través de medidas antropométricas y su relación con características socio demográficas

IMC	AMBr	% Grasa
Bajo peso 6,2 %	Normal	42 %
Normal 67,0 %	Hipertrofia muscular	30,7%
Sobre peso 21,1%	Depleción	27,4 %
Obesidad 1 5,0 %		

	IMC	AMBr	% Grasa
Obesidad II 0,6 %			
Obesidad III 0,2 %			
P valor	IMC	AMB	% Grasa
Edad	0,652	0,337	0,554
Género	0,704	0,184	0,653
Facultad	0,969	0,217	0,670
Semestre	0,962	0,101	0,986
Residencia	0,265	0,128	0,898
S. Básicos	0,187	0,448	0,807
Ingresos	0,485	0,485	0,103

Nota. Nivel de significancia < 0,05

De acuerdo con el IMC, el 67,0 % (n=433) de los participantes tiene un estado nutricional normal; el 21,1 % (n=136), sobrepeso; y el 5,0 % (n=32), obesidad grado I; en contraste con un 6,2 % (n=40) que registra bajo peso. Por otra parte, la masa muscular estimada por el área muscular braquial permitió determinar que el 42 % (n=271) presenta un rango normal de masa muscular; el 30,7% (n=198), hipertrofia muscular; y el 27,4 % (n=177), depleción.

Por otra parte, el porcentaje de grasa fue predominantemente normal en el 66,7 % (n=431) de los casos, mientras que, en el 26,3 %, fue alto y, en un 7,0 % (n=45), se ubicó en el nivel bajo.

Además, se encontró que el IMC, AMBr y porcentaje de grasa no están correlacionadas con variables como la edad, género, facultad, semestre, lugar de residencia, acceso a servicios básico ni ingresos percibidos.

Tabla 3

Correlación entre la percepción de la imagen corporal y la composición corporal

	Análisis IMC	Análisis AMBr	% Grasa
H de Kruskal-Wallis	17,771	3,620	1,671
gl	3	3	3
Sig. asintótica	,000	,305	,643

a. Prueba de Kruskal Wallis

Sig. < 0,005

Cabe resaltar que, de acuerdo con la prueba H de Kruskal-Wallis y con base en el nivel de significancia < 0,005, se determina que, de las tres variables de composición corporal analizadas, sólo el IMC tiene una asociación significativa (0,000), con la percepción de la imagen corporal, lo cual sugiere que los estudiantes perciben su imagen corporal de manera diferente dependiendo de su IMC, mientras que el área muscular braquial y el porcentaje de grasa no influyen de manera relevante sobre esta percepción.

En el presente estudio, se analizó la percepción de la imagen y la composición corporal en un grupo de estudiantes universitarios, dado que, en la era actual, donde la sociedad impone estándares de belleza cada vez más drásticos, es frecuente la insatisfacción y la no aceptación del cuerpo en este grupo etario.

A la luz de los hallazgos de la actual investigación, se deduce que la preocupación por la imagen corporal afecta a un número considerable universitarios, pero sólo en el 11,8 % de los casos, esta es extrema. Estos resultados son congruentes con los reportes del estudio de Nieto et al. (2020), en el que también se aplicó el cuestionario BSQ y se encontró que un porcentaje considerable de estudiantes de la Universidad del Atlántico, inscritos en la cátedra de Deporte Formativo, presentan una grave preocupación por su imagen corporal; sin embargo, en este, el porcentaje de estudiantes con preocupación extrema alcanzó el 65,0 %, superando de manera considerable a los reportes de la presente investigación.

Por otra parte, en una investigación ambateña, desarrollada por Chérrez y García (2024), donde se aplicó el cuestionario BSQ, se encontró que sólo el 2 % de estudiantes tienen una preocupación moderada, y otro 2%, preocupación extrema por su imagen; no obstante, sugieren que la insatisfacción corporal es un grave problema entre la población universitaria. Duno y Acosta, (2019) concuerdan con lo antes expuesto y, en su análisis, en el que se aplicó el test de siluetas de Gardner, se encontró que el 84,6 % de los hombres y el 80,4 % de las mujeres participantes se sienten insatisfechos con su cuerpo.

Dentro de este campo, también es destacable mencionar que, en el presente estudio, la insatisfacción con la imagen corporal estuvo mayoritariamente relacionada con el género femenino y el ser más joven. En torno a ello, Al Riyami et al. (2024), también demostraron que la insatisfacción con la imagen corporal fue mayor en mujeres, en comparación con hombres (37,7 % versus 24 %,).

respectivamente); sin embargo, la edad no mostró una asociación significativa con la insatisfacción, debido a que la adolescencia y la juventud son etapas de constante cambio, reconfiguración personal y hasta de reestructuración de la identidad, por lo que la insatisfacción, principalmente en los más jóvenes y en mujeres, es común, lo cual es coherente con los hallazgos aquí descritos.

Debe señalarse, además, respecto de la composición corporal, que en la presente investigación se encontró, a través del IMC, que el 21,1 % de alumnos tiene sobrepeso y el 5,0 % registra obesidad. Estos resultados son semejantes a los reportes de un estudio venezolano, efectuado por Peña et al. (2024), en el que se encontró que gran parte de los universitarios presenta sobrepeso (32,7 %) y obesidad (12,6 %). De la misma forma, un estudio ecuatoriano reportó que el 33,3 % de los estudiantes presenta sobrepeso, y el 8,89 %, obesidad (Baculima et al., 2024).

En cuanto al porcentaje de grasa, este se mostró elevado en el 26,3 % de los universitarios del presente estudio, lo cual demuestra una alteración en la composición corporal, a nivel tisular. Estos resultados se apoyan en los hallazgos de Chen Castro et al., (2023), quienes encontraron que el 20,4 % de los estudiantes universitarios tiene un porcentaje alto de grasa. Por otra parte, en el estudio de Parada y Gálvez, (2022), el porcentaje de grasa resultó elevado en el 41,7 % de las mujeres y en el 16,7 % de los hombres analizados.

Como parte fundamental de este estudio, también se evaluó la relación que existe entre la percepción de la imagen y la composición corporales en los universitarios y, respecto a ello se demostró una correlación significativa entre el IMC y la percepción de la imagen corporal ($p=0,000$). Estos resultados podrían explicarse porque el IMC es un indicador que combina peso y talla, lo que significa que su influencia se manifiesta directamente en la apariencia general (características corporales evidentes) y, por lo tanto, puede impactar significativamente sobre su percepción de la imagen corporal.

Los resultados encontrados son semejantes a los obtenidos por Radwan et al., (2020), quienes destacaron una correlación significativa y fuerte entre el IMC real y la percepción de la imagen corporal ($r= 0,57$; $p= < 0,005$). De la misma forma, en un estudio mexicano, desarrollado por García y Gutiérrez en 2023, se encontró una relación entre el IMC y la percepción de la imagen corporal ($p= <0,005$).

Fernández et al., (2019) también encontraron una relación positiva entre el IMC y la satisfacción corporal, aludiendo que esta influye en el autoconcepto; de ahí que se observan más alumnos con normo peso satisfechos con su imagen corporal y menos casos de estudiantes con sobrepeso y obesidad satisfechos con su imagen corporal.

A partir de estos hallazgos, este estudio destaca la relación recíproca entre la composición corporal y la percepción de la imagen corporal y, aunque en este caso, ambas variables no mostraron alteraciones significativas, los resultados generan una alerta sobre la posible distorsión de la autoimagen en ciertos grupos de estudiantes universitarios. En este sentido, resulta crucial valorar la composición corporal y concientizar a los estudiantes sobre posibles alteraciones en las medidas antropométricas, ya que una falta de conocimiento o la percepción distorsionada de estos podría llevarlos a subestimar o sobreestimar parámetros normales y comprometer su salud a mediano y largo plazo. En este contexto, es necesario proponer que, a futuro, se desarrollen planes de prevención y promoción de salud, enfocados en la modificación de la percepción corporal errónea de los estudiantes universitarios, especialmente, mediante la implementación de programas integrales que involucren asistencia psicológica y apoyo familiar.

Conclusiones

De acuerdo con los hallazgos analizados, se concluye que la mayor parte de los estudiantes universitarios (50,3 %) no manifiestan preocupación por su imagen corporal y muestran una composición corporal normal respecto de indicadores antropométricos como el IMC, el AMBr y el porcentaje de grasa corporal, lo cual indica un buen perfil general de salud, alineado con una tendencia positiva de autopercepción sobre sí mismos.

Se demostró además que existe una asociación significativa entre el IMC y la percepción de la imagen corporal, en contraste con la falta de relación con el porcentaje de grasa y el AMBr, lo que sugiere que los estudiantes tienden a basar su autopercepción, principalmente, en indicadores visibles como el binomio peso-talla, en lugar de considerar parámetros más técnicos. Esto enfatiza la importancia de educar a los estudiantes, en torno a todos los elementos de la composición corporal, para evitar percepciones sesgadas o distorsionadas que puedan conducirlos a una interpretación inexacta de su estado físico real, promoviendo así una visión más integral y equilibrada de la imagen corporal.

Recomendaciones

Una de las principales limitaciones del estudio radica en que se realizó exclusivamente en una institución de educación superior, lo cual pudo restringir la generalización de los resultados obtenidos. Por ello, sería fundamental ampliar el alcance del estudio, incluyendo un mayor número y una más amplia variedad de instituciones universitarias, para obtener resultados más representativos y enriquecedores.

Referencias

- Al Riyami, Y. S., Al Senani, I. H., Al Brashdi, A. S., Al Balushi, N. I., Almarabheh, A. J., & Ahmed, J. (2024). Young females experience higher body image dissatisfaction associated with a high social media use: A cross-sectional study in Omani university students. *Middle East Current Psychiatry*, 31(1), 85. <https://doi.org/10.1186/s43045-024-00477-8>
- American Psychiatric Association. (2023, 27 de febrero). *American Psychiatric Association Publishes Updated Guideline on Eating Disorders and Accompanying Implementation Tools*. <https://www.psychiatry.org/443/news-room/news-releases/apa-updated-guideline-on-eating-disorders>
- Arana, M., Gordillo, A., Vielma, N., León, R., Mora, C., & Rengel, L. (2021). Composición corporal somatotipo y estado nutricional de un equipo de fútbol venezolano, 2018-2019. *Revista del Grupo de Investigaciones en Comunidad y Salud*, 6(1), 63-80. <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/gicos/article/view/16959/21921928099>
- Ariza, L., Salas, A., López, J., & Vernetta, M. (2020). Percepción de la imagen corporal en adolescentes practicantes y no practicantes de gimnasia acrobática. *Retos*, 39, 71-77. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78282>
- Baculima, J. A., Rodas, J. N., Pérez, M. N. P., Vélez, L. A., Tenesaca, A., & Ochoa, E. M. (2024). Estado nutricional de estudiantes universitarios post confinamiento. *FACSALUD-UNEMI*, 8(14), 49-57. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol8iss14.2024pp49-57p>
- Bauce, G. (2021). Correlación del índice de masa corporal y el porcentaje de grasa corporal en la evaluación del sobrepeso y la obesidad. *Revista Digital de Postgrado*, 10(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8807982>
- Butterfly Foundation. (2023). *Más del 90% de los jóvenes en Australia tienen alguna preocupación sobre su imagen corporal*. <https://butterfly.org.au/news/more-than-90-of-young-people-in-australia-have-some-concern-about-their-body-image/>
- Carvajal, W. (2021). Pasado, presente y futuro de la evaluación de la composición corporal en deportistas cubanos. *Anales de Antropología*, 55(2), 237-247. <https://doi.org/10.22201/iaa.24486221e.2021.76634>
- Chen Castro, C. P., Espinoza, S. E., Cifuentes Aguilar, D. L., López Polanco, A. V., Brito Pérez, C. O., & Pineda Marroquín, D. A. (2023). Mediciones antropométricas para el estudio nutricional en estudiantes de primer año de medicina. *Revista de Ciencias Médicas y de la Vida*, 1(1-3), 1-15. <https://editorial.udv.edu.gt/index.php/RCMV/article/view/9>
- Chérrez, H., & García, D. (2024). Imagen corporal y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(4), 283-293. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1138>



- Cooper, P., Taylor, M., Cooper, Z., & Fairbum, C. (1980). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494. [https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4%3C485::AID-EAT2260060405%3E3.0.CO;2-O](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X(198707)6:4%3C485::AID-EAT2260060405%3E3.0.CO;2-O)
- Cuevas, C., González, R., Reynoso, L., Ramírez, M., & Rangel, B. (2023). Efecto de un programa de actividad física basado en el uso de aplicaciones móviles sobre la composición corporal de jóvenes universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 50, 717-723. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.98385>
- Duarte, L. S., Chinen, M. N. K., & Fujimori, E. (2021). Autopercepción distorsionada e insatisfacción con la imagen corporal entre estudiantes de enfermería. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 55, 1-9. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019042903665>
- Duno, M., & Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista Chilena de Nutrición*, 46(5), 545-553. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182019000500545>
- Durnin, J. V., & Womersley, J. (1974). Body fat assessed from total body density and its estimation from skinfold thickness: Measurements on 481 men and women aged from 16 to 72 years. *The British Journal of Nutrition*, 32(1), 77-97. <https://doi.org/10.1079/bjn19740060>
- Evans, C., & Dolan, B. (1993). Body shape questionnaire: Derivation of shortened "alternate forms". *International Journal of Eating Disorders*, 13(3), 315-321. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199304\)13:3<315::AID-EAT2260130310>3.0.CO;2-3](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199304)13:3<315::AID-EAT2260130310>3.0.CO;2-3)
- Fernández, M., Feu, S., Suárez Ramírez, M., Suárez Muñoz, Á., Fernández Guerrero, M., Feu Molina, S., Suárez Ramírez, M., & Suárez Muñoz, Á. (2019). Satisfacción e índice de masa corporal y su influencia en el autoconcepto físico. *Revista Española de Salud Pública*, 93, 1-14. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1135-57272019000100125&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Franco, K., Díaz, F., & González, F. (2020). Evaluating different versions of the Body Shape Questionnaire and invariance across age in Mexican women. *Eating and Weight Disorders—Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26, 515-523. <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-020-00874-y>
- Frisancho, A. (1990). *Anthropometric Standards for the Assessment of Growth and Nutritional Status*. University of Michigan Press. <https://press.umich.edu/Books/A/Anthropometric-Standards-for-the-Assessment-of-Growth-and-Nutritional-Status>
- García, S. Z., & Gutiérrez, A. (2023). Índice de masa corporal asociado a imagen corporal y autoestima en adultos jóvenes, UMF 62. *Revista Mexicana de Medicina Familiar*, 10(1), 11-16. <https://doi.org/10.24875/RMF.22000046>
- Gómez, S., Polo, I., Galán, M. del C., & Rojo, J. (2023). Imagen corporal en universitarios extremeños de la Facultad de Educación tras la COVID-19. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 50, 69-78. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99228>

- Inzunza, E., Díaz, C., Valenzuela, E., Gutiérrez, Y., Baier, B., Molina, I., & Hernández, C. (2023). Autopercepción e insatisfacción de la imagen corporal con relación al IMC y porcentaje de grasa entre hombres y mujeres estudiantes universitarios chilenos. *MHSalud: Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 20(1), 1-10. <https://doi.org/10.15359/mhs.20-1.8>
- López, R., Lagunes, J. O., & Guillén, M. E. (2020). Seguimiento de la masa grasa a través de la densidad corporal con dos métodos de medición, pletismografía por desplazamiento de aire y antropometría en jugadores de voleibol. *EmásF: revista digital de educación física*, 63, 80-87. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7279811>
- Nápoles Neyra, N., Blanco Vega, H., & Jurado García, P. J. (2022). La autoeficacia y su influencia en la insatisfacción de la imagen corporal: Revisión sistemática. *Psicología y Salud*, 32(1), 57-70. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2711>
- Nieto, I., Nieto, D., & Pardo, G. (2020). Percepción de la imagen corporal de universitarios barranquilleros en tiempos de Covid-19 a través del Body Shape Questionnaire (BSQ). *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(4), 1423-1443. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2020/epi204b.pdf>
- Parada, D., & Gálvez, Á. (2022). Composición corporal y hábitos alimentarios en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 12(2), 1-17. <https://doi.org/10.15332/2422474X.7882>
- Peña, A. A., Guerra, J. E., Sánchez, W., & Torres, F. R. (2024). Gestión de programas de atención a la salud: Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de medicina en México. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*, 29(106), 793-803. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.29.106.21>
- Pico, S. M., Quiroz, C., Hernandez, M., Arroyave, G., Idrobo, I., Burbano Cadavid, L., Rojas Padilla, I. C., & Piñeros Suárez, A. (2020). Relationship between pattern of food consumption and body composition in university students: A cross-sectional study. *Nutrición Hospitalaria*, 38(1), 100-108. <https://doi.org/10.20960/nh.03132>
- Radwan, H., Hasan, H. A., Ismat, H., Hakim, H., Khalid, H., Al-Fityani, L., Mohammed, R., & Ayman, A. (2020). Body Mass Index Perception, Body Image Dissatisfaction and Their Relations with Weight-Related Behaviors among University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9), 1541-1551. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091541>
- Raich, R. M., Mora, M., Soler, A., Clos, I., & Zapater, L. (1996). Adaptación de un instrumento de evaluación de la insatisfacción corporal. *Clinical and Health*, 7(1), 51-66. <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/f2217062e9a397a1dca429e7d70bc6ca>
- Silva, V. S. da, & Vieira, M. F. S. (2020). International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK) Global: International accreditation scheme of the competent anthropometrist. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 22, 1-6. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2020v22e70517>



- Venegas, K. S., & González, M. T. (2020). Influencias sociales en un modelo de insatisfacción corporal, preocupación por el peso y malestar corporal en mujeres mexicanas. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 7-17. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.2>
- Villegas, M. J., & Londoño, C. (2021). Modelo predictivo de insatisfacción con la imagen corporal. En C. Londoño & M. Peña (Eds.), *Perspectivas de investigación psicológica: Aportes a la comprensión e intervención de problemas sociales* (1a. ed., pp. 133-157). Editorial Universidad Católica de Colombia. <https://doi.org/10.14718/9789585133808.2021.8>
- Zenteno, C. A. C., Pérez, J. D. G., & Feliciano, M. Á. R. (2020). Relación del Índice de Masa Corporal (IMC) y Circunferencia de Cintura (CC) con Glucosa, Colesterol y Triglicéridos en Estudiantes de Medicina. *Espacio I+D, Innovación más desarrollo*, 9(23), 69-83. <https://doi.org/10.31644/IMASD.23.2020.a05>