



TRABAJO FIN DE GRADO

Relación entre imagen y autoestima corporal en base al género

Autor: Elena Molina Morejón

Tutor: Concepción Serrador Diez

Grado en psicología

**Facultad de Ciencias Biomédicas y Salud
Universidad Europea de Madrid**

Número de palabras: 6997

DEDICATORIA

*A mis padres y a mi hermano,
siempre, cada día más.*

*Por estar ahí,
por creer en mí.*

*No se me ocurre mayor suerte,
gracias y os quiero.*

*A mi familia,
A los que están y a los que no me han podido acompañar.
Gracias por haberme visto crecer como persona.
No puedo sentirme más afortunada,
os quiero.*

AGRADECIMIENTOS

*A Menchu,
mi hermana en esta y muchas otras aventuras,
gracias,
por estar ahí,
por acompañarme,
escucharme,
haberme enseñado tantas cosas.
Espero seguir sumando momentos a tu lado,
nos deseo lo mejor en esta nueva etapa.*

*A mis profesores,
por mostrar con tanta pasión la psicología y,
así, hacerla más bonita.*

*A Concepción,
por ser mi tutora y acompañarme en este proceso.*

Resumen

La presente investigación tiene como objeto analizar si existe relación entre la imagen y la autoestima corporal. Además, pretende estudiar la posible relación con respecto al género de la muestra (mujeres y hombres).

Para ello se hace uso de un cuestionario compuesto de dos herramientas: la Escala de Body Esteem, para poder medir la imagen corporal y, la escala de autoestima de Rosenberg, para medir la autoestima corporal.

La muestra total del estudio la componen 200 participantes, controlada por la autora de la investigación, cuyas respuestas se han utilizado para el análisis cuantitativo.

Los resultados establecen, por un lado, que existe una correlación leve, aunque significativa entre la variable de la imagen corporal y autoestima. Por otro lado, atendiendo a la muestra, se comprueba que en este estudio en particular, las mujeres no muestran diferencias significativas respecto a los hombres ni en imagen corporal ni en autoestima corporal, sino que las puntuaciones están igualadas y que, incluso los hombres, obtienen menores resultados, por lo que se puede concluir que a pesar de existir muchos estudios que hacen referencia a que las mujeres tienen un canon de belleza muy estricto en la sociedad, cada vez, las diferencias que existen entre ambos géneros son menores.

Palabras clave: imagen, autoestima, corporal, hombres, mujeres

Abstract

This research aims to analyze whether there is a relationship between body image and self-esteem. In addition, it is intended to study if there is a relationship with respect to the gender of the sample (women and men).

For this purpose, a questionnaire made up of two tools is used: the Body Esteem Scale, to measure body image, and the Rosenberg self-esteem scale, to measure body self-esteem.

The total sample of the study is made up of 200 participants, from a sample Controlled by the autor of the Research, whose answers have been used for the quantitative análisis.

The results establish, on the one hand, that there is a slight but significant correlation between the variable of body image and self- esteem. On the other hand, taking into account the sample, it is verified that in this particular study, women do not show significant differences with respect to men neither in body image nor in body self-esteem, but that the scores are equal and that, even men, obtain lower results, so it can be concluded that despite the existence of many studies that refer to the fact that women have a very strict canon of beauty in society, each time, the differences between the two genders are smaller.

Keywords: image, self-esteem, body, men, women.

Índice

1. Introducción	9
1.1. Autoestima	9
1.2. Autoestima corporal.....	10
1.3. Imagen corporal	11
1.4. Relación entre autoestima e imagen corporal y género	12
2. Objetivos	14
2.1. Objetivo general	14
2.2. Objetivos específicos.....	14
2.3. Hipótesis	14
3. Método	15
3.1. Diseño	15
3.2. Participantes.....	15
3.3. Instrumentos.....	16
3.4. Procedimiento	17
3.5. Análisis de datos	18
4. Resultados	19
4.1. Análisis descriptivo	19
4.2. Relación entre imagen corporal y autoestima corporal	20
4.3. Imagen corporal y género	21
4.4. Autoestima corporal y género.....	22

5. Discusión.....	24
5.1. Limitaciones del estudio.....	26
5.2. Líneas futuras de investigación	27
6. Referencias.....	28
7. Anexos.....	33
ANEXO I.....	33
ANEXO II	34
ANEXO III.....	35

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Test de normalidad (Shapiro-Wilk)</i>	20
Tabla 2. <i>Correlación Rho de Spearman</i>	20
Tabla 3. <i>Test de homogeneidad de varianzas (Levene)</i>	21
Tabla 4. <i>T- Test muestras independientes</i>	21
Tabla 5. <i>Estadísticos descriptivos por géneros para Mann-Whitney</i>	22
Tabla 6. <i>T- Test muestras independientes (Mann-Whitney U test)</i>	23

1. Introducción

1.1. Autoestima

La autoestima, es la experiencia básica por la cual podemos vivir una vida significativa y satisfacer nuestras necesidades. Específicamente, se puede hablar de autoestima como: 1) Confianza en nuestra capacidad de pensar y para afrontar los retos básicos de la vida. 2) Tener confianza en nuestro éxito y felicidad, el sentimiento hacia uno mismo de respeto, de derecho, de tener fortalezas y debilidades, lograr los propios principios morales y disfrutar los frutos del esfuerzo (Branden, 1998).

La autoestima es la suma total de la confianza y el respeto que sentimos por nosotros mismos y, refleja el aprecio o valor que cada persona tiene de sí mismo (visión más profunda de nosotros mismos), es la aceptación positiva de nuestra propia identidad y se basa en nuestra valía y capacidades individuales. Por lo tanto, la autoestima es la suma de nuestra confianza, nuestro sentido de competencia y el respeto y aprecio que tenemos por nosotros mismos (Branden, 1998).

Para Rogers (1963) citado en el libro “*Autoestima Sana*” por Elia Roca (2013), la autoestima es la parte más importante y básica de la personalidad, ya que influye en todos los ámbitos de la vida como pueden ser, la regulación de la propia conducta, la toma de decisiones, la creación de posibles objetivos y en el planteamiento de las actuaciones.

La autoestima no es más que la idea que tenemos sobre nosotros mismos y se basa en todos “los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias” que acumulamos a lo largo de nuestra vida (Kunda y Markus, 1986). Por lo tanto, cabe destacar la importancia en la personalidad dado que se logra crear nuestra propia identidad y ayuda a realizar el ajuste y adaptación en sociedad, es decir, el punto al cual llega cada individuo de tener sentimientos que sean positivos o negativos acerca de sí mismos y su juicio de valor (Kunda y Markus, 1986).

1.2. Autoestima corporal

Oñate (1989) advierte que muchos autores y psicólogos contemporáneos comprueban que el autoconcepto de uno mismo, realiza una función fundamental en “la integración de la personalidad, la motivación del comportamiento y el desarrollo de la salud mental”.

El autoconcepto, la autoimagen y la autoestima corporal son elementos que se relacionan entre sí de una manera directa, pero, además, son componentes que operan individualmente.

En primer lugar, el autoconcepto es la subjetividad sobre nosotros mismos, es decir, aspectos como nuestras experiencias a lo largo de la vida, cómo nos vemos a nosotros mismos físicamente, etc. Es definido como el concepto que cada individuo crea de sí mismo (Inmaculada y Herrera, 2002).

En segundo lugar, la autoimagen es la percepción del propio sujeto sobre sí mismo, aunque no es estática, lo que hace que pueda variar en el tiempo (Oñate, 1989).

Cómo nos vemos a nosotros mismos va cambiando a lo largo de la vida con los propios cambios vitales, así mismo, la imagen corporal se modifica y esto lleva a un requerimiento de una “adaptación y acomodación psicológica” ante la misma (Sarabia, 2012).

Y, por último, en tercer lugar, observamos como la autoestima corporal es una mezcla de ambos conceptos, ya que es el resultado de cómo se percibe el individuo (autoconcepto) y cómo se ve el individuo (autoimagen). Por tanto, se comprueba que estos conceptos son recíprocos entre ellos, pero tienen autonomía a la hora de tener en cuenta el funcionamiento psicológico y biológico del individuo (Oñate, 1989).

1.3. Imagen corporal

La imagen corporal es un concepto cambiante debido a los cambios constantes del mismo que tienen lugar en el tiempo.

Se define como cada individuo se percibe y siente respecto a su cuerpo, es decir, “percepciones, pensamientos, sentimientos, actitudes y comportamientos” que se refieren, sobre todo, a nuestro físico y apariencia y cuyos cambios pueden afectarnos emocionalmente (Maganto y Garaigordobil, 2013).

Existen muchos factores que se asocian a los problemas en cuanto a la imagen corporal, por ejemplo, la familia, los grupos sociales, el nivel económico y social, el deporte y la conducta alimenticia, pero, sin duda, la mayor influencia recae en la presión social que existe en cuanto al modelo estético corporal de nuestra sociedad actual (Maganto y Garaigordobil, 2013), y estos valores son retransmitidos mediante los medios de comunicación de masas (Andrew et al., 2015).

Por tanto, existe una presión muy alta en cada individuo de la población por un ideal de belleza que es establecido que, en mayor o menor medida, intentan amoldarse al para poder estar socialmente aceptado (Maganto y Garaigordobil, 2013).

El estudio realizado por de Vries et al. (2016), demuestra que, a mayor uso de redes sociales e internet, más se interioriza el ideal de belleza, centrándose en un modelo de cuerpo delgado y además muestran una mayor insatisfacción corporal. También, remarcan que internet es, actualmente, el espacio donde se encuentra una mayor exposición de la imagen corporal y de ideales de belleza.

Además, “la apariencia física es la primera fuente de interacción social”, lo que provoca que exista un aumento de riesgo de problemas sociales y psicológicos en personas que puedan padecer alguna deformación, desfiguración, etc. (Salaberria et al., 2007).

Se concluye, por tanto, que vivimos en un concepto de belleza que “moldea los cuerpos” en base a la época en la que nos encontramos y el consumo y los medios de comunicación son los encargados “de direccionar las masas hacia la necesidad del momento” (Salaberria et al., 2007).

1.4. Relación entre autoestima e imagen corporal y género

“La insatisfacción corporal es una variable psicológica que forma parte de la definición de los trastornos alimentarios en el DSM-V” (APA, 2013).

Estudios como el que realizaron Bucchianeri y Fernandes (2016), comprueban que una insatisfacción corporal y una preocupación por el peso altas, conllevan a un riesgo mayor de trastornos alimentarios.

Después, el estudio de Cilene y Edio (2015), demostró que existe mayor prevalencia de la insatisfacción corporal y de los trastornos alimentarios en las mujeres, siendo la insatisfacción de nuestro propio cuerpo un factor predictor de trastornos alimentarios. Además, desde la edad de 11 años, se observa que las niñas son de un perfil de alto riesgo en cuanto a problemas emocionales, de hecho, se muestra un riesgo muy diferente que el de los niños.

Existe un modelo de belleza estética que se considera como ideal y, propone “cuerpos delgados, andróginos, con pocas formas redondeadas”, sin embargo, el desarrollo corporal biológico en cuanto a las hormonas, producen muslos, nalgas y caderas, lo que hace que las mujeres se enfrenten a una evolución “física-sexual disarmónica” (Wiseman et al. 2005).

Por otra parte, el modelo de belleza masculino exalta un “cuerpo atlético, realzar los pectorales, espaldas anchas, cintura estrecha y estómago reducido”, además existen

estereotipos que aumentan la presión para los hombres para aparentar “fuerza y potencia” (Wiseman et al. 2005).

Existen varios estudios que demuestran una relación entre la satisfacción corporal y la autoestima general que cada uno genera (Horndasch et al., 2012; Monthuy et al., 2012).

Además, en el estudio de Fernández-Bustos et al. (2015) se encontraron puntuaciones más bajas de autoestima en las mujeres y se mostró que a mayor nivel de satisfacción física, mayor nivel de narcisismo y ostentación, lo que conlleva a un mayor nivel en la ansiedad social del propio cuerpo.

La imagen negativa afecta más a las mujeres debido a las diferentes presiones sociales y culturales que existen sobre los estereotipos femeninos y masculinos en la sociedad actual (Behar y Arancibia, 2015; Rituparna, 2015; Magallanes, 2016).

“La ansiedad corporal, especialmente el miedo a la exposición” y la apreciación de los demás, está inversamente relacionada con la satisfacción corporal (Obeid et al., 2013).

A pesar de ello, algunos investigadores sostienen que, en general, no existen diferencias significativas de género en los niveles de satisfacción corporal en la adolescencia en cuanto a niveles estadísticos se refiere (McFadden, 2009).

Además, en la actualidad, los ideales sociales del cuerpo femenino en desarrollo, se aceptan con mayor grado de satisfacción, teniendo mayor auge los cuerpos tonificados y con musculatura (Benton y Karazia, 2015).

En conclusión, existen muchos estudios en relación a esta temática de investigación y la mayoría sugieren que las mujeres tienen una menor imagen corporal y autoestima. Aunque, a día de hoy, también existen estudios que hacen referencia a que cada vez hay menos diferencias entre hombres y mujeres.

2. Objetivos

Considerando la conceptualización de las variables implicadas en la presente investigación y teniendo en cuenta las cuestiones planteadas para el trabajo que relacionan la imagen corporal con la autoestima corporal y el género, a continuación, se exponen los objetivos establecidos.

2.1. Objetivo general

El objetivo general de esta investigación es determinar la existencia de una posible relación entre la autoestima corporal y la imagen corporal, teniendo en cuenta la variable sociodemográfica del género en la actualidad en España.

2.2. Objetivos específicos

- Conocer si existe relación entre la imagen corporal obtenida en la escala de Body Esteem Scale y la autoestima en la escala de Rosenberg
- Identificar si es posible que el género afecte a los resultados de la escala de imagen corporal
- Comprobar si cabe la posibilidad de que el género afecte a los resultados de la escala de autoestima corporal

2.3. Hipótesis

Dados el objetivo general y los específicos determinados para esta investigación, las hipótesis planteadas acorde a los mismos son las siguientes.

1. Un menor valor en la escala de imagen corporal se relaciona con una puntuación menor de la escala de autoestima corporal.
2. Las mujeres tendrán valores más bajos en la escala de imagen corporal que los hombres.

3. Las mujeres tendrán valores inferiores en los resultados de la escala de autoestima corporal con respecto a los hombres.

3. Método

3.1. Diseño

La metodología de la presente investigación está basada en un estudio ex post facto transversal en el que, mediante el uso de dos escalas, se busca relacionar entre sí la imagen corporal y la autoestima corporal, así como las posibles relaciones que hubiere con el género.

3.2. Participantes

Esta investigación se realizó con una muestra controlada para poder obtener las variables que se buscaban:

En primer lugar, que fueran 50% hombres y 50% mujeres, después, que estuviesen en un grupo de edad comprendido entre los 25 y 40 años de edad y, por último, sabiendo también que eran mujeres u hombres y que no buscábamos en este caso más géneros y por eso se excluyeron de las variables sociodemográficas de la muestra.

Además, todos los encuestados eran de nacionalidad española.

La muestra obtenida en la investigación es de $N=200$ participantes, el grupo de mujeres ($N_m= 100$) y el grupo de hombres ($N_h= 100$).

Esta muestra es la que ha sido utilizada para el estudio, con el fin de tener un abanico más específico de respuestas y, además, es la muestra con la que se realizará el análisis cuantitativo para verificar las hipótesis y los objetivos del estudio.

3.3. Instrumentos

Para la realización de los fundamentos teóricos de las variables de este estudio se utilizaron materiales como fuentes secundarias, se apoyó la información con bases de datos, artículos científicos y libros.

En segundo lugar, para el desarrollo de esta investigación se utilizan dos instrumentos distintos, que se separaron en dos partes de un mismo cuestionario.

El primero de ellos es el Body Esteem Scale (Anexo II) diseñado por Mendelson et al. (2001), como herramienta para medir la imagen corporal de los encuestados en la versión traducida al castellano de 14 ítems.

El segundo es la Escala de Autoestima de Rosenberg (Anexo III), diseñado por él mismo, en este caso se tomó la adaptación de Atienza et al. (2000) para la medición de la autoestima respecto al cuerpo y a la persona. Además, se incluyen preguntas de carácter sociodemográfico como el sexo y la edad.

El Body Esteem Scale es uno de los cuestionarios que más se emplean para la medición de la imagen corporal. Este test está compuesto por tres componentes principales: peso (contaba con 4 ítems), atribución (contaba con 4 ítems) y apariencia (contaba con 6 ítems), además estos componentes correlacionaban entre sí (Confalonieri et al., 2008).

El Alpha de Cronbach es de 0.87 para la muestra total de la escala al completo. Tanto el análisis de fiabilidad como de validez se realizó por separado para mujeres y hombres y también se hace distinción respecto a la edad, debido a que estudios previos mostraban diferencias en cuanto a género y edad en los resultados. Además, cabe destacar que el estudio mostró que las mujeres tenían más vulnerabilidad con respecto al físico y que los cambios corporales eran más complicados para ellas (Confalonieri et al., 2008). Su medición utiliza una escala Likert de 5 puntos donde 0 es “nada” y 4 es “siempre”.

La escala de autoestima de Rosenberg es uno de los instrumentos más utilizados en la medición de la autoestima. La escala muestra una alta consistencia interna con un Alpha de Cronbach de 0.84 y una buena correlación test-retest de $r = 0.76$ (Prezza et al., 1997). La valoración se realiza con una escala Likert de 4 puntos donde 1 es “muy en desacuerdo”, 2 es “en desacuerdo”, 3 es “de acuerdo” y, 4 es “totalmente de acuerdo”.

Una vez obtenidos los datos y para proceder a su análisis, se utilizarán Excel para la realización de la matriz de datos, y el programa estadístico JASP (Jeffrey’s Amazing Statistics Program) versión 0.14 para llevar a cabo los análisis estadísticos necesarios para cubrir los objetivos e hipótesis planteados para esta investigación.

3.4.Procedimiento

El presente estudio puede dividirse en dos partes, una teórica y una parte empírica. Comienza con una revisión bibliográfica para poder sustentar las bases teóricas de las variables seleccionadas para esta investigación.

La participación del estudio se realizó informando de los objetivos de la investigación y se participó de manera anónima y voluntaria, se pidió un consentimiento informado sobre el entendimiento de esta cuestión.

Previo al acceso del cuestionario, se encuentran unas preguntas sociodemográficas que recoge los datos del género y rango de edad de entre 25 y 40 años. La distribución del mismo fue seleccionada por la autora de la investigación en función de los criterios de inclusión que habían sido establecidos en el estudio y, se buscó recoger la misma cantidad de respuestas de mujeres y hombres para obtener una muestra equitativa entre ambos géneros.

Los instrumentos de medida seleccionado para llevar a cabo los objetivos e hipótesis de estudio son el Body Esteem Scale (Anexo II), y la Escala de Autoestima de Rosenberg (Anexo III).

Para la distribución del cuestionario, se ha utilizado la plataforma de *Googleforms* y el enlace ha sido distribuido en la red social de *WhatsApp*.

3.5. Análisis de datos

Para el análisis estadístico y tratamiento de los datos obtenidos del cuestionario se han utilizado los programas de Excel y JASP versión 0.14.

Como primeros resultados, encontramos los análisis descriptivos a nivel global de la muestra y las medias de imagen y autoestima corporal.

A continuación, ha sido realizada la comprobación de los supuestos de normalidad, con la prueba de *Saphiro-Wilk*, obteniendo como resultados que la muestra no ambas muestras cumplen los requisitos de normalidad, por lo que se ha trataron como muestras no paramétricas.

En primer lugar, se ha realizado la prueba de correlación para muestras no paramétricas, *Rho de Spearman*, entre las escalas de imagen corporal y autoestima corporal con el propósito de comprobar si la primera hipótesis planteada es cierta y existe una relación entre ambas variables.

Para cubrir la segunda hipótesis, se realiza la prueba de *Levene* y la prueba *t de Student* para dos muestras independientes paramétricas, con el fin de averiguar si las mujeres muestran un valor inferior en imagen corporal.

Por último, se realizaron las comparaciones de medianas y rangos utilizando la prueba de *Mann-Whitney* para muestras independientes no paramétricas con el objetivo de encontrar diferencias estadísticamente significativas entre las medianas de ambos grupos, y así poder descubrir si las mujeres muestran un resultado inferior en autoestima corporal.

4. Resultados

En los siguientes apartados se exponen los análisis estadísticos correspondientes en línea con los objetivos e hipótesis planteados para esta investigación.

4.1. Análisis descriptivo

Entre los resultados del análisis descriptivo a nivel global, la muestra poblacional obtenida alcanza 200 personas, la mitad mujeres (50%) y la otra mitad hombres (50%), todos comprendidos dentro del rango de edad establecido (25-40 años). La media de edad obtenida fue $M=29,1$ años.

Haciendo una comparativa entre las medias de los grupos obtenemos, por un lado, que en las puntuaciones totales de imagen corporal las mujeres obtienen una $M= 25,37$ y una $DT= 6,44$, mientras que los hombres obtuvieron una $M= 24,65$ y una $DT= 6,68$.

Por otro lado, en las puntuaciones totales de autoestima corporal, las mujeres obtuvieron una $M= 26,58$ y una $DT= 2,48$, mientras que los hombres tuvieron una $M= 26,34$ y una $DT= 2,85$.

Antes de comenzar el análisis de resultados, se debe realizar la prueba de comprobación de supuestos paramétricos, en este caso, utilicé la prueba de *Saphiro-Wilk* (Véase Tabla 1), cuyo objetivo es comprobar si las variables siguen una distribución normal y puede ser medida con una escala continua o, por el contrario, presenta valores atípicos que son significativos. Una vez se realizó la prueba, observamos que la variable de imagen corporal presenta una distribución normal tanto en mujeres como en hombres ($p>0.05$), por el contrario, la variable de autoestima corporal no presenta una distribución normal ni en mujeres ni en hombre ($p<0.05$). Por ello, se precedió a asumir que la muestra no cumple los supuestos de normalidad y, por tanto, es una muestra no paramétrica.

Tabla 1*Test de normalidad (Shapiro-Wilk)*

		W	p
Imagen corporal	Mujeres	0.990	0.659
	Hombres	0.990	0.632
Autoestima corporal	Mujeres	0.967	0.013
	Hombres	0.967	0.013

Nota. Fuente: elaboración propia (programa JASP)

4.2. Relación entre imagen corporal y autoestima corporal

En primer lugar, se realizó un estudio correlacional en cuanto a la muestra total para conocer si hay algún tipo de relación significativa entre ambas variables de estudio, la imagen y autoestima corporal. Al ser una muestra que no cumple los requisitos paramétricos, se ha llevado a cabo la correlación Rho de Spearman (Véase Tabla 2).

Tabla 2*Correlación Rho de Spearman*

Rho de Spearman		
	Rho	p
Imagen corporal-autoestima corporal	0.207	0.003

Nota. Fuente: elaboración propia (programa JASP)

Existe una correlación leve, ya que $r = 0.207$, lo que implica que el tamaño del efecto es bajo, pero es una correlación significativa ya que $p = 0.003$ ($p < 0.01$). Lo que implica que no dependen la una de la otra, pero sí que pueden tener constantes en común a la hora de que exista una relación, es decir, que se relacionan, pero no existe una relación siempre ni aunque exista tiene porqué considerarse estrecha.

4.3. Imagen corporal y género

Para cubrir la segunda hipótesis, se realiza la prueba de *Levene* y la prueba *t de Student* para dos muestras independientes paramétricas, con el fin de averiguar si las mujeres muestran un valor inferior en imagen corporal.

Tabla 3

Test de homogeneidad de varianzas (Levene)

	F	df	p
Imagen corporal	0.262	1	0.609

Nota. Fuente: elaboración propia (programa JASP)

Se puede comprobar que tanto el test de *Saphiro-Wilk* (Véase Tabla 1) como la prueba de *Levene* para la imagen corporal cuya obtención es $F(1) = 0.262$; $p = 0.609$, muestra una distribución normal, por lo que es considerada una muestra paramétrica ($p > 0.05$).

Tabla 4

T-Test muestras independientes

	Test	t	df	p	Diferencia de medias	Diferencia de ET	Cohen's d
Imagen corporal	Student	0.776	200	0.438	0.720	0.927	0.110

Nota. Fuente: elaboración propia (programa JASP)

Los resultados de la prueba *t* para dos muestras independientes mostraron que no había diferencias significativas de imagen corporal de mujeres y hombres: $t(200) =$

0.776, $p > 0.001$. Únicamente existían diferencias mínimas ($Mm=25,379$ frente a $Mh=24,650$). Además, la d de Cohen (0,110) sugiere que se trata de un efecto mínimo.

4.4. Autoestima corporal y género

Se realizaron las comparaciones de medianas y rangos utilizando la prueba de *Mann-Whitney* para muestras independientes no paramétricas con el objetivo de encontrar diferencias estadísticamente significativas entre las medianas de ambos grupos, y así poder descubrir si las mujeres muestran un resultado inferior en autoestima corporal. Se utilizó esta prueba ya que en el test de *Saphiro-Wilk* que se realizó al principio se pudo observar que la autoestima corporal era una muestra no paramétrica y, por tanto, su distribución no era normal.

Tabla 5

Estadísticos descriptivos por género para Mann-Whitney

	Grupo	N	Mediana	Rango
Autoestima corporal	Mujeres	100	27.000	14.000
	Hombres	100	26.000	16.000

Nota. Fuente: elaboración propia (programa JASP)

Una vez realizados los análisis descriptivos, se procede a realizar la prueba no paramétrica para muestras independientes *U de Mann-Whitney* con un intervalo de confianza establecido del 95%, con la finalidad de medir si hay diferencias estadísticamente significativas entre las medianas de la población. En esta prueba no es necesario la comparación de supuestos, debido a que no son asumidos ni el de normalidad, ni el de homogeneidad de la varianza.

Tabla 6*T-Test muestras independientes (Mann-Whitney U test)*

	W	p	Correlación biserial de rango
Autoestima corporal	5395.500	0.330	0.079

Nota. Para el test de Mann-Whitney, el tamaño del efecto es dado por la correlación biserial de rango

Nota. Fuente: elaboración propia (programa JASP)

Los resultados de los análisis (Véase Tabla 5 y 6) muestran que el nivel de autoestima ($U=5395,5$; $p>0.05$) es diferente en el grupo de mujeres ($Md= 27$) y de los hombres ($Md= 26$), siendo mayor el de las mujeres. No se pudo concluir que haya diferencias estadísticamente significativas entre las medianas ($p>0.05$).

En lo que respecta al tamaño del efecto, indicado por el valor que se corresponde con el rango de correlación biserial, observamos que no hay ningún tamaño del efecto notable, interpretado de la misma manera que la r de Pearson.

5. Discusión

Dados los resultados obtenidos de los análisis realizados se procede a discutirlos en relación a los objetivos e hipótesis planteados al comienzo del estudio.

El objetivo general de la investigación era determinar la existencia de una posible relación entre la autoestima corporal y la imagen corporal, teniendo en cuenta la variable sociodemográfica del género en la actualidad en España. Para ello, se desarrollaron una serie de objetivos específicos que se han ido cumpliendo tras la aceptación o refutación e las siguientes hipótesis.

La primera hipótesis era que un menor valor en la escala de imagen corporal se relacionaba con una puntuación menor de la escala de autoestima corporal, es decir, que ambas variables se relacionaban entre sí. En los resultados se pudo observar que existía una correlación leve pero significativa, se esperaba una correlación más elevada, pero si bien es cierto que, como dijo Oñate (1989), la autoestima corporal es una mezcla de ambos conceptos, ya que es el resultado de cómo se percibe el individuo (autoconcepto) y cómo se ve el individuo (autoimagen). Por tanto, se comprueba que estos conceptos son recíprocos entre ellos, pero tienen autonomía a la hora de tener en cuenta el funcionamiento psicológico y biológico del individuo, como nos indican los análisis de la *Correlación de Spearman*.

La dos últimas hipótesis postulan por posibles diferencias de género en las puntuaciones de imagen y autoestima corporal. Ambas hipótesis abordan menores puntuaciones de imagen y autoestima corporal en mujeres respecto a los hombres.

Al realizar los estadísticos descriptivos de la muestra total, se pudo observar que había muy poca diferencia entre la media de las puntuaciones de imagen corporal de mujeres ($M=25,37$) respecto a los hombres ($M=24,65$) así como las puntuaciones de autoestima corporal totales de mujeres ($M=26,58$) respecto a los hombres ($M=26,34$),

obteniendo incluso ligeramente más bajos los niveles de imagen y autoestima corporal en hombres.

En primer lugar, se hipotetizó que las mujeres obtendrían puntuaciones más bajas que los hombres en la imagen corporal, al realizar el análisis de resultados de *t de Student*, se demostró que no existían diferencias significativas en cuanto al género tratándose de imagen corporal, que había mínimas diferencias entre ambos géneros y, que incluso los hombres obtuvieron niveles más bajos en los resultados del test ($t(200) = 0.776$, $p > 0.001$).

Por tanto, existe una presión muy alta en cada individuo de la población por un ideal de belleza que es establecido que, en mayor o menor medida, intentan amoldarse al para poder estar socialmente aceptado independientemente del género (Maganto y Garaigordobil, 2013).

Por otra parte, el modelo de belleza masculino exalta un “cuerpo atlético, realzar los pectorales, espaldas anchas, cintura estrecha y estómago reducido”, además existen estereotipos que aumentan la presión para los hombres para aparentar “fuerza y potencia” (Wiseman et al., 2005). Además, en la actualidad, los ideales sociales del cuerpo femenino en desarrollo, se aceptan con mayor grado de satisfacción, teniendo mayor auge los cuerpos tonificados y con musculatura (Benton y Karazia, 2015).

En segundo y último lugar, se analizaron los resultados en cuanto a si las mujeres obtendrían puntuaciones inferiores en autoestima respecto a los hombres, de nuevo, se comprueba a través de la prueba estadística de *U Mann-Whitney*, que resultaron en que el nivel autoestima era diferente en el grupo de mujeres ($Md = 27$) y el de los hombres ($Md = 26$), siendo mayor el de las mujeres, aunque al ser un valor tan bajo no se puede concluir que las diferencias estadísticas sean significativas entre las medianas ($U = 5395,5$;

$p > 0.05$). además, a través del rango de correlación biserial se comprueba que respecto al tamaño del efecto no se puede observar ningún efecto notable.

Se estudiaron investigaciones como la de Fernández-Bustos et al. (2015) donde encontraron puntuaciones más bajas de autoestima en las mujeres y se mostró que a mayor nivel de satisfacción física conlleva a un mayor nivel en la ansiedad social del propio cuerpo.

También, se investigó que la imagen negativa afecta más a las mujeres debido a las diferentes presiones sociales y culturales que existen sobre los estereotipos femeninos y masculinos en la sociedad actual (Behar y Arancibia, 2015; Rituparna, 2015; Magallanes, 2016).

Por otra parte, en la investigación que se propuso, las premisas se basaban en esos estudios esperando resultados iguales, teniendo las mujeres menores niveles de puntuación en imagen y autoestima corporal, sin embargo, ha salido lo contrario, por lo que cabe destacar, que muchos otros investigadores sostienen que, en general, no existen diferencias significativas de género en los niveles de satisfacción corporal en la adolescencia en cuanto a niveles estadísticos se refiere (McFadden, 2009).

5.1. Limitaciones del estudio

Una de las principales limitaciones de la investigación han sido los conceptos de imagen corporal y autoestima corporal, debido al tamaño y propósito de la presente investigación. Además, cabe la posibilidad de existir un posible sesgo de deseabilidad social, dado que pueden ser temas sensibles a la hora de hablar de ellos, sobre todo, teniendo en cuenta que la autora de esta investigación utilizó una muestra controlada de personas que eran conocidas por lo que se especificó muy bien el consentimiento informado y el anonimato, aún así, se contempla ese posible sesgo.

Se plantea también, que se trata de una investigación sencilla, pero para buscar resultados más específicos y poder centrarnos en un tema, ya que muchas veces se pierde información valiosa por querer abarcar muchos temas diferentes. Al igual que a la hora de recoger los datos del género hay muchos que faltaron por incluir ya que en este caso la muestra era lo que pedía, pero no se ajusta de la misma manera a la realidad que si se hubiesen incorporado el resto de géneros.

5.2. Líneas futuras de investigación

Como futuras líneas de investigación se plantea el investigar añadiendo la variable de la edad ya que a lo largo de la investigación se han visto muchos estudios que también han demostrado que la edad es una variable de las más influyentes en cuanto a la imagen y autoestima corporal.

Además, otra variable a tener en cuenta podría ser la personalidad, es cierto que no se añadió al estudio porque iba a ser muy específico y las características eran demasiado complejas para esta investigación en particular, pero sería muy interesante seguir estudiándola con estas dos variables y ver cómo esta influye en las mismas.

Por último, se propone estudiar los valores asociados a la imagen y autoestima corporal, ya que existen muchos factores que influyen al resultado de estas dos variables por lo que sería un buen punto de partida para seguir investigando, como pueden ser la experiencia de vida, el estatus social, la economía, la familia, las amistades, etc.

A pesar de no haber concluido el estudio con las hipótesis planteadas, sería muy interesante seguir con él y lograr una muestra más grande que abarque quizá más variables sociodemográficas para medir, podría llegar a ser un estudio muy completo y, además, aportar a los estudios psicológicos que ya existen sobre esta temática.

6. Referencias

- American Psychiatric Association (2013). *DSM-5. Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th Edition). Washington, DC: Author.
- Andrew, R., Tiggemann, M., y Clark, L. (2015). The protective role of body appreciation against media-induced body dissatisfaction. *Body Image*, 15, 98-104.
doi:10.1016/j.bodyim.2015.07.005
- Anzaldúa, M. A. L. (2008). El autoconcepto en niños de cuatro a seis años. *Tiempo de educar*, 9(18), 307-327.
- Atienza, F. L., Moreno, Y., y Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología. Universitas Tarraconensis*, 12 (1-2), 29-42.
- Ayensa, J. (2003). ¿Qué es la imagen corporal? *Cuadernos del Marqués de San Adrián: revista de humanidades*, 2, 53-70.
- Barrera Alzate, C. M. (2020). Estado del arte: el concepto de imagen corporal y sus afecciones en la psicología clínica.
- Behar, R., y Arancibia, M. (2015). Body image disorders: anorexia nervosa versus reverse anorexia (muscle dysmorphia). *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6, 121-128. doi:10.1016/j.rmta.2015.10.005
- Benton, C., y Karazsia, B. T. (2015). The effect of thin and muscular images on women's body satisfaction. *Body Image*, 13, 22-27. doi:10.1016/j.bodyim.2014.11.001
- Branden, N. (1998). "Desarrollo de la autoestima". Recuperada el: 14 de mayo de 2015.
Disponible en: www.academia.edu/24541721.

- Bucchianeri, M. M., y Fernandes, N. (2016). Body Dissatisfaction: Do Associations With Disordered Eating and Psychological Well-Being Differ Across Race/Ethnicity in Adolescent Girls and Boys? *American Psychological Association*, 22(1), 137-146. doi:10.1037/cdp0000036
- Calaf, M., León, M., Hilerio, C., y Rodríguez, J. (2005). Inventario de imagen corporal para féminas adolescentes (IICFA). *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 39(3), 347-354.
- Cano Vélez, M. C., & Buriticá Daza, Y. C. (2018). *Autoimagen y autoestima corporal en 3 jóvenes estudiantes de psicología, de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, sede Bello con Conducta de Sexting* (Tesis doctoral, Corporación Universitaria Minuto de Dios).
- Cilene, M., y Edio, P. (2015). Dissatisfaction with body image among female adolescents in a small Brazilian town: Prevalence and correlates. *Motricidade*, 11(2), 94-106. doi:10.6063/motricidade.3670
- Confalonieri, E., Gatti, E., Ionio, C., y Traficante, D. (2008). Body Esteem Scale: a validation on Italian adolescents. Departamento de Psicología de la Universidad Católica de Milán. *TPM*. 15 (3), 153-165. Recuperado de: <https://www.tpm.org/wp-content/uploads/2014/11/15.3.3.pdf>
- Fernández-Bustos, J., González-Martí, I., Contreras, O., y Cuevas, C. (2015). Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 25-33.
- Horndasch, S., Kratz, O., Holczinger, A., Hartmut, H., Höng, F., Nöth, E., y Moll, G. H. (2012). "Looks do matter" visual attentional biases in adolescent girls with eating

- disorders viewing body images. *Psychiatry Research*, 198(2), 321-323.
doi:10.1016/j.psychres.2011.12.029.
- Inmaculada, M., y Herrera, F. (2002). *El autoconcepto*. *Eúphoros*, 187-204. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1181506>
- Magallanes, A. (2016). Eating concerns, body dissatisfaction, thinness internalization and antifat attitudes and their relationship with gender ideology in a sample of men. *Anales de Psicología*, 32(1), 167-173. doi:10.6018/ analesps.32.1.182651
- Maganto, C., y Cruz, S. (2000). La imagen corporal y los trastornos alimenticios: una cuestión de género. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente*, 30, 45-48.
- Maganto, C., y Garaigordobil, M. (2013). *Trastornos de conducta alimentaria: Imagen corporal y obesidad. Evaluación e intervención*. Donostia-San Sebastián: Servicio Editorial Zorroaga..
- Markus, H. y Z. Kunda (1986), Stability and malleability of the self-concept, *Journal of personality and social psychology*, 51 (4) 858-866.
- McFadden, K. M. (2009). Implications of Adolescent Body Image upon Weight Loss Surgery Success. *Bariatric Nursing and Surgical Patient Care*, 4(3), 203-220.
doi:10.1089/bar.2009.9964
- Mendelson, B. K., Mendelson, M. J., y White, D. R. (2001). Body Esteem Scale for adolescents and adults. *Journal of Personality Assessment*, 76, 90-106.
- Monthuy, J., Morin, A., Pauzé, R., y Nino, G. (2012). Directionality of the relationships between global self-esteem and physical self-components in anorexic outpatient

girls: An in-depth idiographic analysis. *Body Image*, 9(3), 373-380.

doi:10.1016/j.bodyim.2012.04.005

Narváez Montes, M. G., y Talavera Mayorga, M. D. C. (2016). *Percepción de la imagen corporal y niveles de autoestima en estudiantes mujeres de la carrera de psicología. Período marzo-octubre 2015* (Doctoral dissertation).

Obeid, N., Buchholz, A., Boerner, K., Henderson, K. A., y Norris, M. (2013). Self-Esteem and Social Anxiety in an adolescent female eating disorder population: Age and Diagnostic effects. *Eating Disorders: The Journal of Treatment and Prevention*, 21(2), 140-153. doi:10.1080/10640266.2013.761088

Oñate, M. (1989). *El autoconcepto: medida e implicaciones en la personalidad*. Madrid: Narcea, s.a. de ediciones.

Peris, M., Maganto, C. y Maite Garaigordobil, M. (2016). Escala de Autoestima Corporal: Datos psicométricos de fiabilidad y validez. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 3 (2). Recuperado de:
https://www.revistapcna.com/sites/default/files/16-18_0.pdf

Prezza, M., Trombaccia, F. R., y Armento, L. (1997). La scala dell'autostima di Rosenberg. Traduzione e validazione italiana [Rosenberg Self-Esteem Scale. Italian translation and validation]. *Bollettino di Psicologia Applicata*, 223, 35-44.

Rituparna, Ch. (2015). Body dissatisfaction among female university students: Metacognitive awareness. *Psychological Studies*, 60(3), 257-264.
doi:10.1007/s12646-015-0326-6

Rivarola, F. M. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: su valor predictivo en trastornos alimentarios. *Universidad Nacional de San Luis*. 1/2 (7/8), 149-161.

- Roca, E. (2013). *Autoestima Sana* (2ª ed.). ACDE Psicología.
- Rogers, C. (1963). *The Actualizing Tendency in Relation to "Motives" and to Consciousness*. Simposio Nebraska de Motivación. Ed. Marshall R. Jones. Lincoln, NE: Prensa Universidad de Nebraska
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Salaberria, K; Rodríguez, S. y Cruz, S. Vasco, San Sebastián. (2007). "Percepción de la imagen corporal". Recuperado el: 14 de abril de 2015. Disponible en:
<http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/osasunaz/08/08171183.pdf>
- Sarabia, C. (2012). la imagen corporal en los ancianos: estudio descriptivo. *Gerokomos*, 15-18. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2012000100003
- de Vries, D., Peter, J., de Graaf, H., y Nikken, P. (2016). Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211-224. doi:10.1007/s10964-015-0266-4
- Wiseman, C. V., Sunday, S. R., y Becker, A. E. (2005). Impact of the Media on Adolescent Body Image. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 14(3), 453-471. doi:10.1016/j.chc.2005.02.008

7. Anexos

ANEXO I

➤ Consentimiento informado:

Hola, soy Elena Molina Morejón, estudiante del 5º año del doble grado de Criminología y Psicología.

El siguiente cuestionario forma parte del Trabajo de Fin de Grado de Psicología, está enfocado en relacionar la autoestima e imagen corporal.

Su identidad será tratada de forma anónima, es decir, el investigador no conocerá la identidad de quién completó la encuesta. Asimismo, su información será analizada de manera conjunta con las respuestas de otros participantes, y los resultados obtenidos tendrán únicamente fines de investigación académica para la realización de este Trabajo de Fin de Grado, por lo que solo se conservarán hasta la finalización de este. Los datos no serán cedidos en ningún caso a terceros. Por lo tanto, su participación en la investigación es totalmente voluntaria y puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello genere un perjuicio.

La realización de la encuesta supone la aceptación voluntaria de la participación en la presente investigación y el consentimiento a que los resultados sean analizados de manera anónima junto a los del resto de participantes.

En este caso, se pide la máxima sinceridad posible de los participantes o, si tienen alguna duda, pueden contactar conmigo en:

elenamm0411@gmail.com

¡Muchas gracias de antemano!

Para poder continuar con el cuestionario, es necesario confirmar que se ha comprendido la voluntariedad de la participación y la finalidad del estudio explicada anteriormente.

Era en ese momento cuando tenían que contestar si aceptaban o no para continuar.

Además, en ese apartado se preguntaba por el género y por la edad.

ANEXO II

➤ Escala imagen corporal (todas las respuestas de 0 “nada” a 4 “siempre”):

1. Estoy preocupado por tratar de cambiar mi cuerpo
2. Otras personas me consideran guapo/a
3. Creo que mi apariencia me ayudaría a conseguir un trabajo
4. Hay muchas cosas que cambiaría de mi apariencia si pudiera
5. Desearía verme mejor
6. Me gusta mucho lo que peso
7. Ojalá me pareciera a otra persona
8. Estoy satisfecho con lo que peso
9. A la gente de mi edad le gusta mi apariencia
10. Mi apariencia me molesta
11. Pesarme me deprime
12. Mi apariencia me ayuda a conseguir citas
13. Me preocupa la forma en que me veo
14. Me veo tan bien como me gustaría

ANEXO III

- Escala de autoestima (todas las respuestas de 0 “muy en desacuerdo” a 4 “muy de acuerdo”):

1. Me siento una persona tan valiosa como las demás
2. Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso
3. Creo que tengo algunas cualidades buenas
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás
5. Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo
7. En general me siento satisfecho conmigo mismo
8. Me gustaría tener más respeto por mí mismo
9. Realmente me siento inútil en algunas ocasiones
10. A veces pienso que no sirvo para nada