



GRADO EN PSICOLOGÍA

TRABAJO FIN DE GRADO

**Relación entre autoestima, imagen corporal y
deseabilidad social.**

Alumna: Sandra Jimeno Molares

Tutora: Iraida Delhom

Curso: 2023/2024

Convocatoria: Extraordinaria

RESUMEN

La imagen corporal y la autoestima son aspectos fundamentales para la salud de los estudiantes universitarios que deben ser tenidos en cuenta, especialmente porque la autoestima puede repercutir en otros ámbitos de sus vidas. La relación entre la percepción del cuerpo y la autoestima puede entenderse a través del papel que desempeñan las redes sociales en la promoción de la delgadez como ideal de belleza actual. La muestra total del estudio está compuesta por 152 participantes, distribuidos en población masculina ($n = 62$) y población femenina ($n = 90$). La media de edad de los participantes del estudio fue de 21,1. Se utilizaron varios cuestionarios y se realizaron correlaciones y regresiones lineales entre las variables oportunas. Los resultados revelaron que, la autoestima corporal, la imagen corporal y la autoestima global están significativamente correlacionadas ($p < 0,001$). Los resultados también determinaron que la autoestima global es variable predictora de la imagen corporal y la autoestima corporal ($p < 0,001$) por otro lado, la autoestima corporal predice la imagen corporal ($p < 0,001$). Además, se concluyó que la imagen corporal y la deseabilidad social son variables correlacionadas ($p = 0,002$) y el resultado fue significativo respecto a que la imagen corporal es variable predictora de la deseabilidad social ($p = 0,002$). Por último, se observaron diferencias significativas en las variables de autoestima corporal, autoestima global e imagen corporal en función del sexo biológico, en este estudio se investigaron el sexo femenino y el masculino.

Palabras clave: autoestima global, autoestima corporal, imagen corporal, deseabilidad social, diferencia de género

ABSTRACT

Body image and self-esteem are fundamental aspects for the health of university students that must be taken into account, especially because self-esteem can impact other areas of their lives. The relationship between body perception and self-esteem can be understood through the role that social networks play in promoting thinness as the current beauty ideal. The total sample of the study consists of 152 participants, divided into male population ($n = 62$) and female population ($n = 90$). The average age of the study participants was 21.1. Various questionnaires were used and correlations and linear regressions were performed between the relevant variables. The results revealed that body self-esteem, body image, and global self-esteem are significantly correlated ($p < .001$). The results also determined that global self-esteem is a predictor variable of body image and body self-esteem ($p < .001$); on the other hand, body self-esteem predicts body image ($p < .001$). Additionally, it was concluded that body image and social desirability are correlated variables ($p = .002$) and the result was significant in that body image is a predictor variable of social desirability ($p = .002$). Finally, significant differences were observed in the variables of body self-esteem, global self-esteem, and body image based on biological sex; in this study, female and male sex were investigated.

Keywords: global self-esteem, body esteem, body image, social desirability, gender difference

Índice de contenidos.

Marco teórico.....	2
Autoestima.....	2
Autoestima e imagen corporal.....	3
Imagen corporal.....	4
Deseabilidad social.....	6
Objetivos e hipótesis.....	8
Metodología.....	9
Diseño del estudio.....	9
Participantes.....	9
Instrumentos.....	10
Análisis.....	13
Resultados.....	14
Discusión.....	19
Conclusiones.....	21
Limitaciones.....	22
Futuras líneas de investigación.....	23
Implicaciones teóricas y prácticas.....	23
Bibliografía.....	25

Marco teórico

Autoestima

Al abordar el tema de la autoestima, nos encontramos con uno de los conceptos más ambiguos y debatidos en la psicología, ya que ha sido estudiado desde múltiples perspectivas teóricas (Idalia et al., 2008). El concepto de autoestima ha sido explorado en la literatura por diversas disciplinas, como la sociología, la psicología, la filosofía y la enfermería. Dentro de estas disciplinas, la autoestima se clasifica como un constructo psicológico, social y conductual (James, 1892; Rogers, 1951; Rosenberg, 1979). Cuando William James exploró el concepto de autoestima en 1890, la definió como una fracción o relación entre nuestros logros y nuestras aspiraciones. Según este enfoque, nuestra autoestima se fundamenta exclusivamente en nuestras propias acciones y en las bases sobre las que nos apoyamos (James, 1890).

La autoestima se refiere a la percepción general que una persona tiene sobre su propio valor o mérito personal. Este concepto, introducido por Rosenberg en 1965, abarca los sentimientos positivos o negativos que uno tiene hacia sí mismo, formados a través de la evaluación de sus propias características y cualidades. Se considera una característica estable y consistente de la persona (Padrón-Salas et al., 2015).

La autoestima desempeña un papel fundamental no solo como indicador de bienestar mental, sino también como mediadora del comportamiento. Además, la autoestima contribuye a establecer relaciones personales saludables, favorece la socialización y promueve el éxito en la vida (Niyogi et al., 2020).

La reacción afectiva de la autoestima global puede ser positiva (por ejemplo, emociones como satisfacción u orgullo) cuando la autoimagen real coincide con la autoimagen deseada, o negativa (como vergüenza, culpa, tristeza o ira) cuando existe una discrepancia entre la imagen real que una persona tiene de sí misma y la imagen ideal que desea alcanzar (Barnett y Womack, 2015). La autoestima positiva orienta las emociones y los comportamientos hacia una dirección deseable. Por otro lado, la autoestima negativa se relaciona con la inestabilidad psicológica, incluyendo la depresión, el comportamiento desviado y problemas graves durante la adolescencia, como el suicidio (Moksnes y Reidunsdatter, 2019).

Westfall et al. (2019) explica que se ha demostrado que la autoestima desempeña un papel activo cuando los jóvenes evalúan a otros en función de su atractivo físico. La autoestima informa al individuo sobre su posición en el grupo. Por lo tanto, cuando una persona se siente alta en valor relacional, deberíamos observar una reducción en los estereotipos basados en el atractivo. Tanto las autopercepciones como el estatus entre los compañeros durante la adolescencia temprana son predictores significativos de la patología alimentaria en adultos jóvenes. Las medidas específicas de

la autoestima y el estatus percibido entre los compañeros pueden ser más relevantes para predecir la patología alimentaria que una medida global de la autoestima (Smink et al., 2018).

En la investigación clínica, la baja autoestima se identifica como un factor de riesgo para diversos trastornos corporales (Polivy y Herman, 2002), y los análisis metaanalíticos han respaldado la noción de que la baja autoestima precede a los trastornos alimentarios (Colmsee et al., 2021).

Numerosos estudios informan sobre diferencias de género en la autoestima, indicando que los hombres presentan niveles de autoestima más altos que las mujeres (Magee & Upenieks, 2019). Los resultados de este estudio realizado por Magee y Upenieks (2019) son coherentes con la idea de que la autoestima varía según el género, debido a una mayor tendencia de los hombres a estar de acuerdo con las autoafirmaciones redactadas en términos positivos, mientras que las mujeres tienden más a estar de acuerdo con las autoafirmaciones redactadas en términos negativos.

Se ha demostrado que las personas con baja autoestima son más propensas a utilizar las redes sociales. Esto conlleva una serie de consecuencias negativas, como el autoaislamiento, el descuido de las relaciones personales y un aumento del riesgo de problemas psicológicos, entre ellos depresión, soledad, trastornos alimentarios y del sueño. Además, también se observa una mayor insatisfacción con las relaciones personales y sociales (Gong et al., 2021).

Un estudio realizado en jóvenes europeas revela que los factores psicológicos, como la dependencia de la autoestima global en la aprobación de los demás, son cruciales para la comparación de la apariencia en las redes sociales, lo que conduce a una menor autoestima corporal (Prieler et al., 2021).

Autoestima e imagen corporal

La relación entre la imagen corporal y la autoestima corporal ha sido verificada por diversos estudios a lo largo de los años (Webster y Tiggemann, 2003), demostrando que ambas contribuyen significativamente al bienestar general (Cash y Fleming, 2002).

Si consideramos la imagen corporal como la evaluación cognitiva y emocional que una persona tiene de su propio cuerpo en un momento dado, y entendemos la autoestima como las valoraciones positivas y negativas que una persona hace de sí misma, podemos concluir que la aceptación y la valoración positiva de uno mismo son de suma importancia. El hecho de sentirnos bien con nosotros mismos puede ejercer una influencia positiva en nuestra conducta y en la manera en que controlamos nuestro comportamiento (Padrón-Salas et al., 2015).

La imagen corporal y la autoestima son aspectos cruciales en la salud de los estudiantes universitarios que deben ser considerados, especialmente porque la autoestima puede influir en otros ámbitos de su vida (Padrón-Salas et al., 2015). En una investigación reciente, se ha observado una correlación positiva entre la imagen corporal y la autoestima en jóvenes (Ouyang et al., 2020).

Tener aceptación, respeto por uno mismo y autoestima protege contra el estrés, la ansiedad y las comparaciones sociales, y es un indicador de bienestar (Orth y Robins, 2022). Por lo tanto, la autoestima también guarda una relación positiva con las percepciones corporales, como han demostrado numerosas investigaciones: tanto en adolescentes como en adultos, se ha encontrado que la autoestima está asociada positivamente con la apreciación de la imagen corporal (Lobera y Ríos, 2011; Tylka y Wood-Barcalow, 2015). Además, la autoestima se correlaciona negativamente con la insatisfacción corporal derivada de la imagen corporal (Van Den Berg et al., 2010).

Khalaf et al. (2021) explica que la relación entre la percepción del cuerpo y la autoestima puede explicarse por el papel que desempeñan actualmente las redes sociales en la promoción de la delgadez como ideal de belleza. En este estudio, se observó que los estudiantes con múltiples cuentas en redes sociales tienen menos probabilidades de apreciar sus propios cuerpos.

Basándonos en los resultados de un estudio longitudinal, donde se observó que las niñas tenían una mayor tendencia que los niños a mostrar trayectorias de baja autoestima corporal (Lacroix et al., 2020). Lacroix et al. (2023), anticipaban descubrir un patrón de desarrollo de la imagen corporal menos favorable para las niñas y las mujeres en comparación con los niños y los hombres. Este patrón estaría marcado por un deterioro progresivo de la imagen corporal a lo largo del tiempo.

Una percepción negativa de la imagen corporal tiene un impacto directo tanto en la salud física como en psicológica, y también puede afectar la autoestima, el estado de ánimo, la sensación de competencia, así como el funcionamiento social y laboral (Hosseini y Padhy, 2023). Un estudio iraní indicó que la autoestima de las mujeres depende exclusivamente de su imagen corporal, lo cual afecta sus actividades sociales y sus relaciones interpersonales (Moradi et al., 2020).

Imagen corporal

El volumen y la variedad de investigaciones publicadas sobre la imagen corporal han aumentado rápidamente (Cash, 2017; Tylka et al., 2020).

La insatisfacción corporal, es decir, la percepción negativa sobre la propia imagen, cobra especial importancia durante la adolescencia debido a su conexión con la baja autoestima, la depresión y los trastornos de la conducta alimentaria (Moreno-Domínguez et al., 2019). En estudios de intervención no clínicos, se ha informado que variables relacionadas con uno mismo, como la autocompasión y la autoestima, predicen la satisfacción y la imagen corporal (Seekis et al., 2017; Seekis et al., 2020).

La imagen corporal es la percepción y construcción mental consciente que cada persona desarrolla y mantiene sobre su propio cuerpo. Este concepto abarca la configuración global del individuo y está influenciado por factores perceptivos, cognitivos, conductuales, emocionales y culturales. Se construye a partir de la historia psicosocial de cada persona y está íntimamente ligada

tanto al autoconcepto como a la autoestima, lo que la hace un concepto dinámico y variable a lo largo de la vida (Duno y Acosta, 2019). El contexto sociocultural tiene una influencia significativa en la imagen corporal (Cortez et al., 2016).

Un hallazgo ampliamente confirmado es que la imagen corporal se ve influenciada tanto por el sexo, entendido como constructo biológico, como por el género, entendido como constructo social (Mauvais-Jarvis et al., 2020). En este contexto, las personas asignadas al sexo femenino al nacer, así como aquellas que se identifican como mujeres, suelen experimentar una percepción más negativa de su imagen corporal en comparación con los hombres cisgénero (Hartmann et al., 2019).

Basándonos en los resultados de un estudio longitudinal, donde se observó que las niñas tenían una mayor tendencia que los niños a mostrar trayectorias de baja autoestima corporal (Lacroix et al., 2020). Lacroix et al. (2023), anticipaban descubrir un patrón de desarrollo de la imagen corporal menos favorable para las niñas y las mujeres en comparación con los niños y los hombres. Este patrón estaría marcado por un deterioro progresivo de la imagen corporal a lo largo del tiempo.

Se han reportado hallazgos mixtos respecto a la relación entre la insatisfacción corporal y la edad. Algunos autores han indicado que los jóvenes se sienten cada vez más insatisfechos con sus cuerpos a medida que su índice de masa corporal aumenta desde la escuela media hasta la adultez temprana (Bucchianeri et al., 2013).

La imagen corporal en los adolescentes se ha convertido en una preocupación cada vez más destacada, ya que la falta de aceptación de su propio cuerpo puede conducir al desarrollo de insatisfacción corporal en ambos géneros. Esta problemática se ve influenciada por factores sociales y culturales (Duno y Acosta, 2019; Vaquero-Cristóbal et al., 2013). En tiempos recientes, ha crecido el interés por una imagen corporal positiva, que contrasta con la imagen corporal negativa, e incorpora conceptos como la apreciación del cuerpo, la funcionalidad corporal y la aceptación del propio cuerpo (Tylka y Wood-Barcalow, 2015).

Schuck et al. (2018) concluyeron que, la distorsión de la imagen corporal puede referirse a evaluaciones o pensamientos incorrectos sobre el propio cuerpo, sentimientos negativos hacia el propio cuerpo, percepciones erróneas de estímulos relacionados con el cuerpo y comportamientos específicos, como comprobar o evitar.

En un estudio reciente, diversos investigadores identificaron que los principales factores predictivos de la insatisfacción corporal son la influencia de los padres, la influencia de los compañeros y el impacto de los medios de comunicación. Según los hallazgos, los medios de comunicación emergieron como el factor más significativo en este contexto (Hardit & Hannum, 2012). Además, Zinovyeva et al. (2016), identificaron que los jóvenes que experimentan insatisfacción corporal tienden a reducir sus interacciones sociales, llegando incluso a aislarse completamente.

Estas investigaciones subrayan la importancia de considerar el impacto social y mediático en la percepción corporal de los jóvenes.

La imagen corporal es motivo de preocupación, especialmente en las mujeres, quienes a menudo se preocupan por su apariencia física. A diferencia de los hombres, la mayoría de las mujeres se perciben con sobrepeso, aun cuando sus medidas se encuentran dentro de los estándares poblacionales (Domínguez-Reyes et al., 2017).

Diversos estudios han indicado que las mujeres jóvenes tienden a tener una imagen corporal más negativa que los hombres jóvenes (Hegelson, 2009). En los grupos de estudio del Proyecto EAT, la insatisfacción corporal incrementó de forma constante entre los 15 y los 25 años, en ambos sexos (Neumark-Sztainer et al., 2018). Por otro lado, el Estudio de Familias Gemelas de Minnesota reveló incrementos constantes en la insatisfacción corporal entre las niñas de 11 a 29 años (Lowe et al., 2019).

Deseabilidad social

Según Crowne y Marlowe (1960), la deseabilidad social debe entenderse como la necesidad de los individuos de responder de manera culturalmente apropiada y aceptable, basada en comportamientos aceptados o sancionados por la sociedad.

La deseabilidad social se define como la inclinación a responder los cuestionarios de personalidad de manera que se refleje una imagen favorable de uno mismo (Aumann et al., 2017). La deseabilidad social es una medida que refleja la necesidad humana de obtener aprobación social. Representa el deseo de una persona de agradar a los demás, una estructura psíquica que le permite interactuar con otros y adaptarse al entorno social (Nuevo et al., 2009).

Marengo et al. (2018) destacan que el avance constante de la digitalización expone la identidad social de los jóvenes a una creciente mediación digital. Estudios sobre imagen corporal y procesos de internalización indican que la comparación social ha aumentado debido a los nuevos medios de comunicación, los cuales nos permiten seguir modelos idealizados de todo el mundo. En este contexto, los adolescentes podrían exhibir altos niveles de deseabilidad social debido a la fuerte conexión con el mundo a través de continuas comparaciones sociales mediadas por las redes sociales y otros medios digitales.

Aumann et al. (2017) afirman que la deseabilidad social refleja la necesidad de una persona de ser aceptada socialmente. Por lo tanto, el individuo puede atribuirse cualidades de personalidad que la sociedad considera aceptables (aprobación social positiva) o rechazar aquellas cualidades que la sociedad ve como inapropiadas (aprobación social negativa). En cuanto a las diferencias dependiendo del género, estos mismos autores observaron que las adolescentes de género femenino tienden a rechazar cualidades de personalidad consideradas inapropiadas, ya que para

ellas prevalece la necesidad de evitar el rechazo, lo que implica una necesidad de aprobación social negativa. En contraste, a los adolescentes de género masculino se les atribuyen características socialmente aceptadas, debido a que en ellos predomina la necesidad de ser aceptados por los demás, lo que hace referencia a una necesidad de aprobación social positiva.

Un estudio realizado por Grinhauz (2015) demuestra que, a diferencia de los hombres, la deseabilidad social en mujeres se asocia con virtudes y fortalezas como el amor, la bondad y la perspectiva. Este hallazgo se confirma en el estudio de Aumann et al. (2017), el cual concluye que las mujeres pueden emplear recursos intrínsecos como la empatía, la calidez y la comunicación para asegurarse la atribución de cualidades socialmente deseables.

Se considera que la deseabilidad social representa una estrategia de autorregulación que permite al individuo mantener su autoestima ajustándose a las expectativas sociales percibidas (Rochaix et al., 2017). En el mismo estudio de Rochaix et al. (2017), se observó que la deseabilidad social es una estrategia de autorregulación que ayuda a las personas a preservar su autoestima.

Objetivos e hipótesis

El objetivo principal que se persigue en este estudio es el de analizar la relación que tiene la deseabilidad social con la autoestima global y corporal, y la percepción de la imagen corporal en los jóvenes universitarios.

El objetivo principal explicado anteriormente se divide en objetivos específicos que son los siguientes:

OE1: Analizar la relación entre la imagen corporal y la autoestima corporal y global de los jóvenes que se encuentran en edad universitaria.

OE2: Explorar si existe relación entre la deseabilidad social y la autoestima corporal y si esta relación afecta a la autoestima global de una persona.

OE3: Averiguar si existe diferencia entre los diferentes sexos biológicos y la autoestima global y corporal y la imagen corporal.

OE4: Estudiar si la autoestima global predice la autoestima corporal y la imagen corporal. De la misma forma, averiguar si la autoestima corporal predice la imagen corporal y finalmente, si esta última predice la deseabilidad social.

Basándonos en los objetivos planteados anteriormente se presentan las siguientes hipótesis:

H1: La primera hipótesis plantea que, se hallará una relación entre la imagen corporal y la autoestima corporal y global. Es decir, la percepción que una persona tiene sobre su imagen corporal afecta de forma directa a cómo se percibe a sí mismo, lo que afecta a su autoestima global.

H2: En la segunda hipótesis sugiere que, se observará una relación negativa entre la deseabilidad social, la autoestima y la imagen corporal. Dicho de otro modo, la deseabilidad social afecta de forma negativa a la imagen corporal y la autoestima global de una persona, alterando la percepción que tiene una persona de sí mismo.

H3: La tercera hipótesis plantea que, se espera encontrar diferencias significativas de sexo biológico en los niveles de autoestima y la percepción de la imagen corporal, observándose que estos niveles son menores en el caso del sexo biológico femenino. Esta diferencia puede reflejar diversos factores sociales, culturales y psicológicos que influyen en la percepción de uno mismo entre hombres y mujeres.

H4: Por último, la última hipótesis plantea que, la autoestima global predice de manera significativa tanto la autoestima corporal como la imagen corporal de forma independiente. Asimismo, se espera que la autoestima corporal tenga una influencia significativa sobre la imagen corporal, y que la imagen corporal, a su vez, impacte de manera significativa en la deseabilidad social.

Metodología

Diseño del estudio

La presente investigación se configura como un estudio cuantitativo con un enfoque transversal, enmarcado dentro de un diseño de investigación de naturaleza descriptiva, correlacional y comparativa. El objetivo es explorar y analizar diversas variables relacionadas con la autoestima y la imagen corporal en una muestra específica.

Para la recolección de datos, se diseñó una encuesta utilizando la plataforma Google Forms. Esta encuesta incluye una sección inicial destinada a recopilar información sobre variables sociodemográficas, como edad, sexo biológico, nivel educativo y otros factores relevantes que se detallarán más adelante. La inclusión de estas variables permite contextualizar los resultados y realizar análisis comparativos más precisos.

Además de las preguntas sociodemográficas, la encuesta incorpora cuatro cuestionarios estandarizados para evaluar las variables centrales del estudio: autoestima global, autoestima corporal, deseabilidad social e imagen corporal.

Participantes

Este estudio fue realizado con 154 jóvenes mayores de 18 años, residentes en España. Después de la depuración de la muestra y la comprobación de las puntuaciones atípicas, se descartaron 2 participantes por tener una edad superior a 26 años. Por tanto, la muestra utilizada para esta investigación está compuesta por 152 participantes de edades comprendidas entre los 18 y los 26 años, esta muestra se encuentra distribuida entre población femenina ($n = 90$) y población masculina ($n = 62$). En la Tabla 1, presentada a continuación, se engloban las características sociodemográficas que se han recogido con los porcentajes correspondientes.

Tabla 1

Características sociodemográficas.

Características	N	% del total
Sexo biológico (%)		
Femenino	90	59,2%

Masculino	62	40,8%
Edad media	152 (21,1)	
Situación laboral (%)		
Estudiante	115	75,7%
Trabajador	13	8,6%
Estudiante, trabajador	21	13,7%
Desempleado	3	2%

Cómo se puede observar en la Tabla 1 presentada anteriormente, las mujeres constituyen un porcentaje más alto de la muestra (59,2%), que el porcentaje que pertenece a los hombres de la muestra obtenida (40,8%). La edad media de los participantes del estudio fue de 21,1.

Por otro lado, en cuanto a la situación laboral de los participantes, la mayoría son exclusivamente estudiantes, representando un 75,7% de la muestra. Además, un 13,7% de los participantes combina sus estudios con un trabajo, lo que indica una considerable proporción de jóvenes que manejan ambas responsabilidades. Un 8,6% de los encuestados se dedica exclusivamente al trabajo, evidenciando un grupo más pequeño de trabajadores a tiempo completo. Por último, solo un 2% de la muestra total se encuentra en situación de desempleo, reflejando una mínima parte de los participantes que actualmente no están ni estudiando ni trabajando.

Instrumentos

En primer lugar, en el cuestionario proporcionado a los participantes, se incluyeron preguntas sociodemográficas que abarcaban el sexo biológico, la edad, el país de residencia, la situación laboral y el nivel de estudios.

Consecutivamente, se procedió a administrar una serie de cuestionarios con el fin de medir las variables objeto de estudio.

Inicialmente, se optó por utilizar la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965) como medida de la variable de autoestima. Esta escala es un autoinforme diseñado para evaluar la autoestima. Consiste en 10 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de 4 puntos, que varía

desde el total desacuerdo hasta el total acuerdo. De estos ítems, cinco están formulados en términos positivos, donde la puntuación de 1 indica total desacuerdo y 4 indica total acuerdo. Los otros cinco ítems están redactados en términos negativos, con una puntuación de 4 para total desacuerdo y 1 para total acuerdo. En el estudio se emplearon los ítems adaptados al español de la escala de Rosenberg, validada previamente por Morejón et al. (2004).

En cuanto al valor de α de Cronbach en la escala de autoestima fue 0,85 en la muestra total recogida, y fue en las mujeres 0,86 mientras que para los hombres fue 0,84.

Sucesivamente, para medir la variable de la autoestima corporal se seleccionó el test de actitudes corporales (Body Attitude Test, BAT; Probst et al., 1995). Esta escala en forma de autoinforme evalúa la insatisfacción corporal de una persona y consta de 20 ítems con respuestas en formato Likert, que van desde 1 (correspondiendo a nunca) hasta 6 (que corresponde al siempre). Se empleó para este cuestionario la versión española validada por Gila et al. (1999).

Los autores de la escala BAT proponen una estructura compuesta por cuatro factores distintos. El primer factor es la percepción negativa del tamaño del cuerpo, que se evalúa a través de los ítems 3, 5, 6, 10, 11, 13 y 16, con un coeficiente de fiabilidad que equivale a un alfa de Cronbach de 0,89. Este factor aborda cómo las personas perciben negativamente su tamaño corporal. El segundo factor, denominado pérdida de familiaridad con el propio cuerpo, incluye los ítems 2, 4, 9, 12, 14, 17 y 19, con una alta fiabilidad de $\alpha = 0,81$, este factor se centra en la desconexión y la falta de reconocimiento del propio cuerpo. El tercer factor es la insatisfacción general, que se mide mediante los ítems 1, 7, 8 y 18, y presenta una fiabilidad alta, con un valor de alfa de Cronbach de 0,81. Este factor refleja un descontento generalizado con el propio cuerpo. Finalmente, el cuarto factor, que incluye los ítems 15 y 20, tiene un alfa de Cronbach de 0,20 y se considera un factor residual o restante. Al observar la baja fiabilidad que posee el cuarto factor de esta escala, se decidió eliminar los ítems que la componen y no tener en cuenta a la hora de valorar la fiabilidad total de la escala.

Por tanto, la fiabilidad del conjunto de los 18 ítems es alta, con un coeficiente $\alpha = 0,90$. En cuanto a la fiabilidad que esta escala presenta en ambos sexos, el alfa de Cronbach es de 0,91 en la muestra femenina y por otro lado para la muestra masculina la fiabilidad fue de $\alpha = 0,86$.

Posteriormente, se escogió para medir la variable de la deseabilidad social la Escala de Deseabilidad Social de Marlowe-Crowne (1964), la escala escogida fue la adaptada para la población española por Ferrando y Chico (2000). El resultado es un autoinforme de 33 ítems, con un factor general que evalúa la deseabilidad social a través de respuestas de verdadero o falso. En cuanto a los ítems que componen esta escala, 17 de ellos se puntúan de forma directa y los 15 ítems restantes se puntúan de forma inversa. En cuanto a la fiabilidad de la escala el alfa de Cronbach fue de 0,70.

En último lugar, para medir la variable de imagen corporal, se optó por el Cuestionario de Imagen Corporal de Cooper et al. (1987), el BSQ es un cuestionario de autoevaluación diseñado para medir la insatisfacción corporal y sus correlatos, como el temor a ganar peso, sentimientos de baja autoestima asociados a la apariencia física, el deseo de adelgazar y la evitación de situaciones donde la apariencia pueda llamar la atención de otros. Esta escala está compuesta por 34 ítems con un formato de respuesta tipo Likert que va desde el 1 (nunca) hasta el 6 (siempre). Esta escala se divide en dos subescalas, la primera mide la preocupación que la persona presenta por el propio peso (formada por 16 ítems) y la segunda subescala evalúa la insatisfacción corporal que muestra la persona (formada por los 18 ítems restantes). El coeficiente de fiabilidad para la primera subescala fue muy alto con un alfa de Cronbach de 0,96 y en la segunda dimensión de la escala fue de 0,95.

En cuanto al valor de α de Cronbach de la escala total de valoración de la imagen corporal en la muestra fue de 0,96, en mujeres fue de 0,96, al mismo tiempo que para hombres fue de 0,91.

Procedimiento

En primer lugar, se realizó una búsqueda exhaustiva de las escalas más apropiadas para medir los constructos propuestos, asegurándose de verificar su validación adecuada. Este procedimiento implicó una exploración detallada de diversas bases de datos académicas y científicas. Durante esta búsqueda, se analizaron minuciosamente las distintas escalas disponibles y se compararon sus diferentes versiones para asegurar la selección de las más pertinentes y fiables para cada variable objetivo del estudio.

En segundo lugar, se elabora el cuestionario, incorporando cuidadosamente los ítems de las escalas seleccionadas y asegurando que estuvieran listos para su aplicación en el estudio. Durante este proceso, los consentimientos informados fueron redactados de manera minuciosa, abordando todas las cuestiones éticas y legislativas pertinentes para asegurar el anonimato y la confidencialidad de los datos de los participantes.

Posteriormente, se proporcionó toda la información detallada del estudio al Comité de Ética de la Universidad de Madrid. Esta información fue revisada y, tras un exhaustivo análisis, el estudio recibió la aprobación del comité con el código CI/2024-563, lo que permitió proceder con la implementación del proyecto de manera ética y rigurosa.

Finalmente, se desarrolló y se aplicó el cuestionario estructurado, el cual se distribuyó a los participantes de manera online a través de la plataforma *Google Forms*, con el fin de recopilar datos sobre las variables objeto de estudio.

En la creación de los cuestionarios, se incluyeron elementos fundamentales como el consentimiento informado, preguntas sociodemográficas y las escalas previamente mencionadas. Todos los participantes completaron los cuestionarios en línea a través de un enlace proporcionado. Se les proporcionó información detallada sobre la tarea, instrucciones sobre cómo llevarla a cabo, el tiempo estimado para su finalización, y se aclaró que no se ofrecerían incentivos por su participación.

Una vez recogida la muestra y configurada la base de datos correspondiente, el siguiente paso consistió en realizar un análisis exhaustivo de los resultados obtenidos, con el objetivo de identificar patrones significativos y relaciones entre las variables estudiadas.

Análisis

Se utilizó el programa estadístico Jamovi en la versión 2.3.28. Este programa es un software que permite realizar los análisis sobre la base de datos recopilada anteriormente.

En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos para corroborar la distribución y las características de la muestra y también para comprobar la frecuencia de respuestas según las variables sociodemográficas que se recogieron.

A continuación, se llevaron a cabo análisis de fiabilidad utilizando el estadístico de Cronbach para cada una de las escalas empleadas. Además, se llevaron a cabo análisis de correlación, empleando la matriz de correlaciones de Spearman para comprobar el tipo de relación entre las variables. Posteriormente, se procedió a realizar un análisis de regresión lineal para comprobar la hipótesis planteada anteriormente, mediante la regresión lineal se tratara de comprobar si las variables objeto de estudio son predictoras de forma positiva o negativa de las diversas variables cómo la autoestima, la imagen corporal y la deseabilidad social.

Por último, se verificó el supuesto de normalidad de las variables objeto del estudio utilizando la prueba de Kolmogorov-Smirnov para analizar su distribución, asimismo se realizó un test de prueba T para muestras independientes en la versión paramétrica y se empleó la prueba U de Mann-Whitney para determinar las diferencias entre grupos en las variables relevantes del estudio, específicamente para investigar disparidades entre el sexo biológico femenino y masculino.

Resultados

Hipótesis 1

Al analizar los resultados, se ha identificado una relación significativa entre la imagen corporal y tanto la autoestima corporal como la autoestima global de los participantes. Esto implica que la percepción que cada individuo tiene de su propio cuerpo impacta directamente en cómo se valora en términos generales. Cuando la percepción de la imagen corporal es negativa, se observa que la autoestima en relación con el cuerpo y la evaluación global de uno mismo tienden a ser más bajas. Para comprobar estas correlaciones se realizaron dos correlaciones de Pearson.

En la primera correlación de Pearson se comprobó que la imagen corporal (VI) afecta de forma directa a la autoestima corporal (VD), los resultados de la correlación fueron significativos, siendo en las 3 escalas que se evaluaban de la autoestima corporal, y en la autoestima corporal total, $p < 0,001$. Estos resultados que se han obtenido se pueden observar en la Tabla 2. Por tanto, se asume que la imagen corporal se correlaciona con la autoestima corporal. Es decir, la imagen corporal está estrechamente ligada a la autoestima corporal total y todas sus subescalas. Esto resulta que una percepción positiva de la imagen corporal está relacionada con una mayor autoestima, mientras que una percepción negativa se relaciona con una autoestima más baja.

Tabla 2

Matriz de correlaciones entre la imagen corporal total y la autoestima corporal.

		Percepción negativa del tamaño corporal	Pérdida de familiaridad con el propio cuerpo	Insatisfacción general	Total
Imagen	Correlación de Person	0,83	0,73	0,79	0,84
Corporal	Sig. (bilateral)	<0,001***	<0,001***	<0,001***	<0,001** *

Nota. La correlación es significativa en el nivel ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

En la segunda correlación de Pearson que se ha realizado para comprobar si se cumplía la primera hipótesis planteada, se comprobó que la autoestima corporal (VD) se relaciona de forma directa con la imagen corporal (VI). Se puede encontrar esta correlación en la Tabla 3. Tal y cómo se

puede observar en la tabla, los resultados de esta correlación han sido significativos ($p < 0,001$). Lo que indica que la imagen corporal y la autoestima global están íntimamente relacionadas: cómo nos vemos físicamente impacta significativamente en cómo nos valoramos en general. Mantener una percepción positiva de nuestro cuerpo está asociado con una autoestima elevada. Por el contrario, una imagen corporal negativa se relaciona directamente con una autoestima más baja, afectando nuestra percepción personal y nuestra interacción con el entorno.

Tabla 3

Matriz de correlaciones entre la autoestima global y la imagen corporal.

		Preocupación por el propio peso	Insatisfacción corporal
Autoestima	Correlación de Person	-0,40	-0,39
global	Sig. (bilateral)	<0,001***	<0,001***

Nota. La correlación es significativa en el nivel ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Hipótesis 2

Tras realizar las correlaciones de Pearson, no se ha establecido una correlación entre la discapacidad social (VI) y la autoestima global ni corporal (VD). Tal y cómo se puede observar en la Tabla 4, los resultados de la correlación entre las variables objeto de estudio, no son significativos, ya que son más altos que 0,05, siendo estos resultados ($p=0,09$) y ($p=0,07$). En conclusión, los resultados que se han obtenido tras esta correlación, implica que en el presente estudio entre ambas variables no hay relación.

Sin embargo, dentro la segunda hipótesis, se plantea que la discapacidad social (VI) y la imagen corporal (VD) están directamente relacionadas. Esta correlación se puede observar en la Tabla 4, y con los resultados se ha demostrado cómo significativa en una de las subescalas que se estaban midiendo en el estudio, en la variable de preocupación por el peso, el resultado de la correlación es muy significativa, siendo $p=0,002$. A su vez, el valor de $p=0,01$ es significativo en la correlación de la imagen corporal y la discapacidad social, puesto que el valor de $p < 0,05$. Por tanto, se demuestra que la discapacidad social y la imagen corporal están correlacionadas de forma directa, la discapacidad social se relaciona de forma positiva con la imagen corporal.

Tabla 4

Matriz de correlaciones entre deseabilidad social e imagen corporal y autoestima.

		Preocupación por el peso	Insatisfacción corporal	Imagen corporal total	Autoestima global	Autoestima corporal
Deseabilidad de Person	Correlación	0,25	0,15	0,20	-0,15	0,14
social	Sig. (bilateral)	0,002**	0,05*	0,01**	0,07	0,09

Nota. La correlación es significativa en el nivel * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Hipótesis 3

Se decidió realizar además un análisis para observar si existían diferencias entre grupos. Primero se realizó el Test Kolmogorov-Smirnov con el fin de corroborar que existe una diferencia entre los dos grupos que se están investigando y se han encontrados diferencias significativas de género en los niveles de autoestima corporal y la percepción de la imagen corporal, destacando que las mujeres tienden a mostrar niveles más bajos en comparación con los hombres. Al realizar este estadístico se encontraron diferencias significativas con un valor $p=0,05$ en la variable de imagen corporal y una diferencia significativa con un valor $p<0,001$ en la variable de autoestima corporal. Sin embargo, no se obtuvo un resultado significativo en la variable de autoestima global, siendo el valor de $p=0,18$.

En consecuencia a estos resultados, se llevó a cabo una prueba no paramétrica, que fue el Test de Mann-Whitney U. Donde observamos en sus resultados que existe ninguna relación entre el sexo y las tres variables que se estaban evaluando. Siendo los resultados para las variables de imagen corporal y autoestima corporal $p<0,001$, para estas dos variables se calculó el test de U de Mann-Whitney y los resultados fueron en la imagen corporal $U = 1227$, $p=0,001$ y en la autoestima corporal $U = 1527$, $p=0,001$. Sin embargo, en la variable de autoestima global el valor de en la prueba T de student $t(150) = -2,56$, $p=0,01$. Que al ser $p<0,05$, demuestra ser significativo en la prueba comparativa.

En la primera variable, la imagen corporal, la media del grupo 1 (sexo biológico masculino) 68,2 y en la media del grupo 2 (sexo biológico femenino) de 111. En la segunda variable, la

autoestima corporal las medias fueron 36,4 (grupo 1) y 48,7 (grupo 2). Por último, en la variable de la autoestima global, las medias de ambos grupos fueron 32,1 (grupo 1, sexo masculino) y 29,7 (grupo 2, sexo femenino)

Hipótesis 4

Por último, para comprobar la cuarta y última hipótesis planteada en esta investigación, se realizaron análisis de regresión lineal simples, que se pueden observar en la Tabla 5, en el que se buscaba descubrir si las variables estudiadas en la investigación eran predictoras de otra de las variables, esto se observa al ser todos los resultados significativos.

La primera regresión que se llevó a cabo fue entre la autoestima global (VI) y la autoestima corporal (VD). Tras analizar estos análisis, se encontró que la autoestima global era variable predictora de la autoestima corporal de un individuo. Tal y cómo se puede observar en la Tabla 5, en la primera regresión lineal, el resultado es significativo ($p < 0,001$). Esto significa que, una autoestima global negativa afecta de forma significativa la percepción de la autoestima corporal de una persona.

En la segunda regresión lineal realizada se trata de demostrar que la autoestima global (VI) es variable predictora de la imagen corporal (VD), y al observar la regresión en la Tabla 5, se puede contemplar que la regresión es significativa, con un valor de $p < 0,001$. Con este resultado, se deduce que la autoestima global predice la imagen corporal, por tanto afecta de forma directa y negativa. Es decir, si un individuo posee una autoestima global negativa, la percepción de la imagen corporal va a ser negativa.

A continuación, se realizó la tercera regresión lineal, para constatar que la variable de autoestima corporal (VI) es predictora de la variable de imagen corporal (VD). En la Tabla 5, se puede detectar que la regresión es significativa, con una $p < 0,001$. Por tanto, una autoestima corporal positiva predice una imagen corporal positiva, una persona con una concepción alta de su autoestima corporal tendrá una mejor percepción de su imagen corporal.

La última regresión lineal de estos análisis (Tabla 5), se llevó a cabo para estudiar que la variable imagen corporal (VI) predice la variable de deseabilidad social (VI). El resultado ha sido significativo ($p = 0,002$) de forma directa y positiva, esto indica que una positiva concepción de la imagen corporal de una persona predice la deseabilidad social de esa persona.

Tabla 5

Regresión lineal entre las variables objeto de estudio.

Relación analizada	t	Sig	R cuadrado ajustado
Autoestima corporal ← Autoestima global	-7,61	<0.001***	0,27

Imagen corporal ← Autoestima global	-5,42	<0,001***	0,16
Imagen corporal ← Autoestima corporal	18,6	<0,001***	0,70
Deseabilidad social ← Imagen corporal	3,12	0,002**	0,06

Nota. La correlación es significativa en el nivel ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Discusión.

En esta investigación, se buscó encontrar una relación entre diferentes variables, que fueron la autoestima global, la autoestima corporal, la deseabilidad social y la imagen corporal.

Basándonos en el primer objetivo establecido, se planteó la primera hipótesis en la que se predecía que la imagen corporal, la autoestima global y la autoestima corporal eran variables correlacionadas Khalaf et al. (2021) la relación entre la percepción del cuerpo, la imagen corporal, y la autoestima puede entenderse a través del papel crucial que juegan las redes sociales en la promoción de la delgadez como ideal de belleza en la actualidad. Chang y Suttikun (2017) desarrollaron unas investigaciones que han demostrado de manera consistente una fuerte relación recíproca entre la imagen corporal y la autoestima, especialmente durante la adolescencia y la edad adulta temprana. Lobera y Ríos (2011) y Tylka y Wood-Barcalow (2015) han demostrado que la autoestima guarda una relación positiva con las percepciones corporales. Numerosas investigaciones han encontrado que tanto en adolescentes como en adultos, la autoestima está asociada positivamente con la apreciación de la imagen corporal.

Sucesivamente, se formuló la segunda hipótesis, en la cual se relaciona la autoestima con la deseabilidad social, los resultados no fueron significativos y no se encontró una relación entre las variables aun teniendo en cuenta que Rochaix et al. (2017) consideran que la deseabilidad social representa una estrategia de autorregulación que permite al individuo mantener su autoestima ajustándose a las expectativas sociales percibidas.

Sin embargo, la segunda hipótesis planteaba también la correlación entre la imagen corporal y la deseabilidad social, lo cual sí se halló en la investigación. En el estudio de Marengo et al. (2018), los autores destacan que la digitalización expone la identidad social de los jóvenes a una creciente mediación digital. La comparación social, intensificada por los medios de comunicación, lleva a los adolescentes a exhibir altos niveles de deseabilidad social, vinculando estrechamente la imagen corporal y la deseabilidad social.

Para seguir, en base al tercer objetivo planteado, se desarrolló la hipótesis que plantea que la imagen corporal, la autoestima corporal y la autoestima global presentan diferencias significativas en base al sexo biológico. Los resultados de esta hipótesis fueron significativos para la imagen corporal y la autoestima corporal en el análisis del estudio actual. Hartmann et al. (2019) concluyeron que, las personas nacidas con sexo biológico femenino, así como aquellas que se identifican como mujeres, tienden a tener una percepción más negativa de su imagen corporal en comparación con los hombres cisgénero. Hegelson (2009) indicó que diversos estudios muestran que las mujeres jóvenes tienden a tener una imagen corporal más negativa que los hombres jóvenes. Domínguez-Reyes et al. (2017) señalan que la imagen corporal es motivo de preocupación, especialmente en las mujeres, quienes a menudo se preocupan por su apariencia física. Lacroix et al. (2023), anticipaban descubrir un patrón de desarrollo de la imagen corporal menos favorable para las niñas y las mujeres en comparación con los niños y los hombres.

Por otro lado, se ha encontrado en esta investigación, que la autoestima global presenta minuciosas diferencias en cuestión del sexo biológico, Magee y Upenieks (2019) numerosos estudios han revelado diferencias de género en la autoestima, indicando que los hombres tienden a tener niveles de autoestima más altos que las mujeres (Magee y Upenieks, 2019). Estos autores demostraron mayor tendencia de los hombres a estar de acuerdo con las autoafirmaciones redactadas en términos positivos, mientras que las mujeres tienden más a estar de acuerdo con las autoafirmaciones redactadas en términos negativos. En cuanto a la autoestima corporal, se ha encontrado una diferencia significativa en cuanto al sexo biológico, Lacroix et al. (2020), que se basaron en los resultados de un estudio longitudinal, observaron que las chicas tenían una mayor tendencia que los chicos a mostrar trayectorias de baja autoestima corporal.

Por último, la cuarta hipótesis que se planteó en este estudio fue analizar si las variables son predictoras de manera positiva o negativa de otras variables del estudio. La autoestima global se ha identificado como un predictor significativo, tanto para la autoestima corporal como para la imagen corporal de manera independiente. En una investigación realizada por Duno y Acosta (2019), se concluyó que la imagen corporal se construye a partir de la historia psicosocial de cada persona y depende tanto del autoconcepto como de la autoestima. La dependencia de la autoestima global en la aprobación de los demás es crucial para la comparación de la apariencia en las redes sociales, lo cual conduce a una menor autoestima corporal (Prieler et al., 2021).

Los resultados de la predicción entre estas variables fueron significativos y una investigación reciente ha mostrado una correlación positiva entre la imagen corporal y la autoestima en jóvenes (Ouyang et al., 2020). Padrón-Salas et al. (2015) determinaron que, la valoración general, la autoestima, que una persona tiene de sí misma influye directamente en cómo percibe su cuerpo y en su imagen corporal. De igual manera, se anticipa que la autoestima corporal ejerce una influencia notable sobre la imagen corporal. En un estudio, se halló una relación negativa entre la autoestima y la percepción corporal de los participantes. En una investigación, se determinó que la autoestima se correlaciona negativamente con la insatisfacción corporal derivada de la imagen corporal (Van Den Berg et al., 2010).

Además, la imagen corporal ha demostrado tener un impacto significativo en la deseabilidad social, indicando que la manera en que uno percibe su propio cuerpo puede influir en cómo es percibido y aceptado socialmente. Tal y cómo se han relacionado estas dos variables en la segunda hipótesis, la comparación social, intensificada por los medios de comunicación, impulsa a los adolescentes a mostrar altos niveles de deseabilidad social, estrechando así la relación entre la imagen corporal y la deseabilidad social (Marengo et al., 2018).

Conclusiones

Basándonos en los datos recopilados en este estudio, se sugiere la necesidad de realizar investigaciones más exhaustivas sobre diversas variables relacionadas con la autoestima corporal, la autoestima global y la imagen corporal y, especialmente, la deseabilidad social, dado que esta última ha sido poco investigada. Este estudio confirma hallazgos previos sobre la relación entre la autoestima y la percepción corporal, destacando la necesidad de explorar cómo la deseabilidad social influye en estos constructos. Además, se aporta una contribución novedosa al subrayar la importancia de la deseabilidad social en la concepción de una persona de su imagen corporal, es decir, la deseabilidad social y la imagen corporal están relacionadas. Por tanto, una percepción positiva o negativa de la imagen corporal será predictor de cómo una persona percibe su deseabilidad social.

Asimismo, los hallazgos de este estudio subrayan la interrelación significativa entre la autoestima global, la autoestima corporal y la imagen corporal. La percepción que una persona tiene de su propio cuerpo influye directamente en su autoestima corporal, y esta, a su vez, impacta en la autoestima global. Estos hallazgos subrayan la importancia de abordar la imagen corporal en intervenciones destinadas a mejorar la autoestima en general, particularmente durante etapas cruciales del desarrollo personal, como la adolescencia y la juventud.

Los resultados de esta investigación han evidenciado diferencias significativas entre hombres y mujeres en términos de autoestima global, autoestima corporal e imagen corporal. Se observa que las mujeres tienden a exhibir niveles más bajos en estas dimensiones en comparación con los hombres.

Este trabajo busca cumplir el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 4, que promueve una educación de calidad inclusiva y equitativa. Al abordar temas como la autoestima corporal, la autoestima global, la imagen corporal y la deseabilidad social, esta investigación puede informar la creación de programas psicoeducativos en las aulas. Estos programas tienen el potencial de mejorar la comprensión y gestión de la autoestima entre los estudiantes, contribuyendo a un entorno educativo más positivo y de apoyo, que es fundamental para una educación de calidad.

Este trabajo busca contribuir al Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 3 de la ONU, centrado en garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos. Al investigar la relación entre la autoestima corporal, la autoestima global, la imagen corporal y la deseabilidad social, se pretende comprender mejor los factores que afectan la salud mental y emocional. Proponer intervenciones psicoeducativas puede ayudar a desarrollar estrategias efectivas para mejorar el bienestar psicológico y emocional.

Limitaciones

A pesar del rigor metodológico y la dedicación aplicados en la ejecución de este estudio, es imperativo reconocer y destacar las limitaciones inherentes al mismo. Estas limitaciones podrían influir en la aplicabilidad general de los hallazgos y deben ser cuidadosamente consideradas durante la interpretación de los resultados obtenidos.

En primer lugar, el diseño transversal de la investigación limita la capacidad de establecer relaciones causales entre las variables estudiadas. Aunque se encontraron correlaciones significativas entre algunas variables, no es posible determinar la dirección de las relaciones ni inferir causalidad. Estudios longitudinales futuros serían necesarios para examinar cómo evolucionan estas variables a lo largo del tiempo y cómo se influyen mutuamente.

Otra limitación relevante podría ser el muestreo no representativo, donde la composición de los grupos de participantes posiblemente no refleje completamente las poblaciones objetivo. Esta situación podría afectar la validez externa del estudio y la capacidad de generalizar los resultados a contextos más amplios. Además, el tamaño relativamente reducido de los grupos de participantes podría aumentarse para fortalecer la muestra y mejorar la confianza en la validez y aplicabilidad de los hallazgos obtenidos en mi investigación.

En tercer lugar, a pesar de haber explorado la relación entre la deseabilidad social y las otras variables, no se encontró información significativa que relacione la deseabilidad social con la autoestima global ni con la autoestima corporal. Esto podría deberse a la naturaleza de las escalas utilizadas para medir la deseabilidad social o a posibles factores de confusión no controlados en el estudio. La falta de una relación significativa sugiere que se necesitan investigaciones adicionales para comprender mejor estos vínculos y explorar otros factores que podrían mediar o moderar estas relaciones.

Una limitación a la hora de realizar los cálculos pertinentes en Jamovi fue la eliminación de dos ítems de la escala BAT de autoestima corporal debido a su falta de fiabilidad. Estos ítems formaban parte de la encuesta del TFG y su exclusión podría afectar la precisión y la consistencia de los análisis estadísticos realizados, limitando así la robustez y la generalización de los resultados obtenidos.

Finalmente, la investigación se basó en datos autoinformados, lo cual puede introducir sesgos de respuesta y problemas de validez. Los participantes podrían haber respondido de manera socialmente deseable o haber interpretado las preguntas de manera diferente, lo que puede afectar la precisión de los datos recogidos.

Futuras líneas de investigación

Para futuras líneas de investigación, sería valioso implementar programas de psicoeducación en aulas que aborden de manera integral qué es la autoestima y cómo mejorarla. Estos programas educativos podrían enfocarse específicamente en la autoestima corporal y global, brindando herramientas prácticas para que los estudiantes desarrollen una imagen corporal más positiva y fortalezcan su autoestima general. La evaluación de la efectividad de estos programas a través de estudios longitudinales permitiría obtener datos valiosos sobre su impacto a lo largo del tiempo, ayudando a ajustar y mejorar las intervenciones educativas.

Asimismo, sería interesante investigar cómo las intervenciones basadas en la terapia cognitivo-conductual pueden influir en la percepción de la imagen corporal y la deseabilidad social. Estas intervenciones podrían proporcionar una comprensión más profunda de las interacciones entre estas variables en diferentes contextos culturales y demográficos, y ofrecer estrategias efectivas para mejorar la salud mental y el bienestar emocional de los jóvenes. Comparar diferentes enfoques terapéuticos y su efectividad en la mejora de la autoestima y la imagen corporal podría aportar insights significativos a la práctica clínica.

Sucesivamente, se podría realizar un estudio longitudinal en jóvenes universitarios para analizar la evolución de la percepción de la imagen corporal y la autoestima corporal a lo largo de su formación académica. Este tipo de investigación permitiría identificar patrones y factores que influyen en estos constructos durante un periodo crucial de desarrollo personal y profesional.

Por último, otra línea de investigación podría explorar el papel de las redes sociales en la formación de la autoestima, la imagen corporal y la deseabilidad social. Estudiar cómo las plataformas digitales afectan la percepción de uno mismo y desarrollar programas educativos para mitigar los efectos negativos de la comparación social en línea podría ser de gran relevancia. Además, investigar la influencia de las redes sociales en la deseabilidad social y cómo esta puede ser modulada a través de intervenciones educativas podría ofrecer soluciones prácticas para los desafíos modernos de la juventud.

Al explorar estas áreas de investigación, se contribuirá a una comprensión más integral y contextualizada de los temas estudiados, lo que permitirá diseñar estrategias más efectivas para mejorar el bienestar de las personas. Además, estas investigaciones pueden ofrecer conocimientos valiosos para la implementación de programas de intervención personalizados y basados en evidencia, destinados a promover una autoestima saludable y una imagen corporal positiva en diversos contextos sociales y educativos.

Implicaciones teóricas y prácticas

Este estudio ha proporcionado contribuciones significativas al conocimiento existente en psicología al explorar en profundidad la relación entre la autoestima global, la autoestima corporal y

la imagen corporal. Los resultados obtenidos han enriquecido la literatura teórica al corroborar la interdependencia entre estos constructos psicológicos clave. Además, se ha avanzado en la validación y ajuste de modelos teóricos existentes, subrayando la importancia de considerar múltiples dimensiones de la autoestima y la percepción corporal en la comprensión de la salud emocional y el bienestar psicológico.

La investigación ha destacado la necesidad de considerar la influencia de factores culturales, sociales y contextuales en la formación y mantenimiento de la autoestima y la imagen corporal. Las diferencias observadas entre grupos demográficos y culturales subrayan la importancia de adoptar un enfoque interdisciplinario y transcultural en futuras investigaciones para capturar la complejidad y la diversidad de estas experiencias psicológicas. Esto podría implicar el desarrollo de marcos teóricos más inclusivos y sensibles culturalmente que puedan ser aplicados globalmente para abordar las disparidades en la autoestima y la percepción corporal.

Desde una perspectiva práctica, los hallazgos de este estudio tienen diversas aplicaciones potenciales. Por un lado, pueden informar el diseño y la implementación de intervenciones psicológicas dirigidas a mejorar la autoestima y promover una imagen corporal positiva en diferentes entornos clínicos y educativos. Estas intervenciones podrían incluir programas de apoyo psicológico que aborden específicamente las dimensiones identificadas como críticas en la formación de la autoestima y la percepción corporal. Además, las recomendaciones derivadas del estudio pueden ser útiles para desarrollar políticas educativas y de salud pública orientadas a fomentar una cultura corporal positiva y saludable entre la población estudiantil y en la sociedad en general.

Además, los resultados subrayan la necesidad de desarrollar intervenciones específicas que aborden las diferencias de género observadas en relación con la autoestima y la imagen corporal. Por ejemplo, programas diseñados para mujeres podrían centrarse en la mejora de la autoaceptación y la reducción de la autocrítica relacionada con la imagen corporal, mientras que para los hombres podrían enfocarse en promover una autoimagen positiva que no esté exclusivamente ligada a la apariencia física. Estas intervenciones podrían implementarse en entornos clínicos, educativos y comunitarios para maximizar su impacto y alcance.

La investigación podría establecer un punto de partida para estudios futuros sobre este tema, ofreciendo datos que podrían orientar investigaciones adicionales sobre la conexión entre el consumo de pornografía, la evitación emocional y el bienestar psicológico.

Bibliografía.

- Albertson, E. R., Neff, K. D., y Dill-Shackleford, K. E. (2014). Self-Compassion and Body Dissatisfaction in Women: A Randomized Controlled Trial of a Brief Meditation Intervention. *Mindfulness*, 6(3), 444-454. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0277-3>
- Alleva, J. M., Tylka, T. L., Van Oorsouw, K., Montanaro, E., Perey, I., Bolle, C., Boselie, J., Peters, M., y Webb, J. B. (2020). The effects of yoga on functionality appreciation and additional facets of positive body image. *Body Image*, 34, 184-195. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.06.003>
- Aumann Aso, J., Lanzguerrero González, S., Velasco Matus, P. W., y Domínguez Espinosa, A. D. (2017). Necesidad de aprobación social y recursos para el desarrollo en adolescentes mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(2), 204-211.
- Barnett, M. D., y Womack, P. M. (2015). Fearing, not loving, the reflection: Narcissism, self-esteem, and self-discrepancy theory. *Personality And Individual Differences*, 74, 280-284. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.10.032>
- Bucchianeri, M. M., Arikian, A. J., Hannan, P. J., Eisenberg, M. E., y Neumark-Sztainer, D. (2013). Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study. *Body Image*, 10(1), 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.09.001>
- Cash, T. F. (2017). Body Image: A joyous journey. *Body Image*, 23, A1-A2. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.11.001>
- Cash, T. F., y Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: Development of the body image quality of life inventory. *The International Journal Of Eating Disorders/International Journal Of Eating Disorders*, 31(4), 455-460. <https://doi.org/10.1002/eat.10033>
- Castro-Lemus, N. (2017). Re-conceptualización del constructo de imagen corporal desde una perspectiva multidisciplinar. *Arbor*, 192(781), 353. <https://doi.org/10.3989/arbor.2016.781n5010>
- Chang, H. J., y Suttikun, C. (2017). The Examination of Psychological Factors and Social Norms Affecting Body Satisfaction and Self-Esteem for College Students. *Family And Consumer Sciences Research Journal*, 45(4), 422-437. <https://doi.org/10.1111/fcsr.12>
- Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z. y Fairburn, C.G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6, 485-494
- Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F., Behar, R., y Arancibia, M. (2016). Influence of sociocultural factors on body image from the

- perspective of adolescent girls. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 7(2), 116-124.
<https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.05.001>
- Colmsee, I. O., Hank, P., y Bošnjak, M. (2021). Low Self-Esteem as a Risk Factor for Eating Disorders. *Zeitschrift Für Psychologie*, 229(1), 48-69.
<https://doi.org/10.1027/2151-2604/a000433>
- Crowne, D.P. y Marlowe, D. (1964). *The approval motive: studies in evaluative dependence*. New York: Wiley
- Crowne, D. P., y Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal Of Consulting Psychology*, 24(4), 349-354.
<https://doi.org/10.1037/h0047358>
- Davison, T. E., y McCabe, M. P. (2005). Relationships Between Men's and Women's Body Image and Their Psychological, Social, and Sexual Functioning. *Sex Roles*, 52(7-8), 463-475.
<https://doi.org/10.1007/s11199-005-3712-z>
- Domínguez-Reyes, T., Quiroz-Vargas, I., Salgado-Bernabé, A. B., Salgado-Goytia, L., Muñoz-Valle, J. F., y Parra-Rojas, I. (2017). Las medidas antropométricas como indicadores predictivos de riesgo metabólico en una población mexicana. *Nutrición Hospitalaria*, 34(1), 96.
<https://doi.org/10.20960/nh.983>
- Duno, M., y 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>
- Ferrando, P. J., y Chico, E. (2000). Adaptación y análisis psicométrico de la escala de deseabilidad social de Marlowe y Crowne. *Psicothema*, 12, 383-389.
- Gila, A., Castro, J., Gómez, M. J., Toro, J. y Salamero, M. (1999). The Body Attitudes Test: validation of the Spanish version. *Eating and Weight Disorders*, 4, 175-178.
- Goldsmith, K., Dunkley, C. R., Dang, S. S., y Gorzalka, B. B. (2017). Pornography consumption and its association with sexual concerns and expectations among young men and women. *The Canadian Journal Of Human Sexuality/Canadian Journal Of Human Sexuality*, 26(2), 151-162. <https://doi.org/10.3138/cjhs.262-a2>
- Gong, R., Zhang, Y., Long, R., Zhu, R., Li, S., Liu, X., Wang, S., y Cai, Y. (2021). The Impact of Social Network Site Addiction on Depression in Chinese Medical Students: A Serial Multiple Mediator Model Involving Loneliness and Unmet Interpersonal Needs. *International Journal*

Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health, 18(16), 8614. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168614>

Grinhauz, A. S. (2015). El estudio de las fortalezas del carácter en niños: Relaciones con el bienestar psicológico, la deseabilidad social y la personalidad. *Revista Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad/Psicodebate*, 15(1), 43. <https://doi.org/10.18682/pd.v15i1.483>

Hardit, S. K., y Hannum, J. W. (2012). Attachment, the tripartite influence model, and the development of body dissatisfaction. *Body Image*, 9(4), 469-475. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.06.003>

Hartmann, A. S., Rieger, E., y Vocks, S. (2019). Editorial: Sex and Gender Differences in Body Image. *Frontiers In Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01696>

Helgeson, V.S. (2009) *Psychology of gender* (3^a ed). Routledge.

Hosseini, S. A., y Padhy, R. K. (2023, 4 septiembre). *Body image distortion (Archived)*. StatPearls - NCBI Bookshelf. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546582/>

Idalia, B., Flores, M., y Landero Hernández, R. (2008). Satisfacción con la vida y autoestima en jóvenes de familias monoparentales y biparentales. *Psicología y Salud*, 18(1), 117-122. <https://doi.org/10.25009/PYS.V18I1.682>

James W. (1892). *Psicología: El curso más breve*. Henry Holt

Khalaf, A., Hashmi, I. A., y Omari, O. A. (2021). The Relationship between Body Appreciation and Self-Esteem and Associated Factors among Omani University Students: An Online Cross-Sectional Survey. *Journal Of Obesity*, 2021, 1-8. <https://doi.org/10.1155/2021/5523184>

Lacroix, E., Atkinson, M. J., Garbett, K. M., y Diedrichs, P. C. (2020). One size does not fit all: Trajectories of body image development and their predictors in early adolescence. *Development And Psychopathology*, 34(1), 285-294. <https://doi.org/10.1017/s0954579420000917>

Lacroix, E., Smith, A. J., Husain, I. A., Orth, U., y Von Ranson, K. M. (2023). Normative body image development: A longitudinal meta-analysis of mean-level change. *Body Image*, 45, 238-264. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.03.003>

Lobera, I. J., y Ríos, P. B. (2011). Spanish Version of the Body Appreciation Scale (BAS) for Adolescents. *The Spanish Journal Of Psychology*, 14(1), 411-420. https://doi.org/10.5209/rev_sjop.2011.v14.n1.37

- Lowe, M. R., Marmorstein, N., Iacono, W., Rosenbaum, D., Espel-Huynh, H., Muratore, A. F., Lantz, E. L., y Zhang, F. (2019). Body concerns and BMI as predictors of disordered eating and body mass in girls: An 18-year longitudinal investigation. *Journal Of Abnormal Psychology, 128*(1), 32-43. <https://doi.org/10.1037/abn0000394>
- Magee, W., y Upenieks, L. (2019c). Gender differences in self-esteem, unvarnished self-evaluation, future orientation, self-enhancement and self-derogation in a U.S. national sample. *Personality And Individual Differences, 149*, 66-77. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.016>
- Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M., y Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers In Human Behavior, 82*, 63-69. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.003>
- Mauvais-Jarvis, F., Merz, N. B., Barnes, P. J., Brinton, R. D., Carrero, J., DeMeo, D. L., De Vries, G. J., Epperson, C. N., Govindan, R., Klein, S. L., Lonardo, A., Maki, P. M., McCullough, L. D., Regitz-Zagrosek, V., Regensteiner, J. G., Rubin, J. B., Sandberg, K., y Suzuki, A. (2020). Sex and gender: modifiers of health, disease, and medicine. *Lancet, 396*(10250), 565-582. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)31561-0](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)31561-0)
- Moksnes, U. K., y Reidunsdatter, R. J. (2019). Self-esteem and mental health in adolescents – level and stability during a school year. *Norsk Epidemiology, 28*(1-2). <https://doi.org/10.5324/nje.v28i1-2.3052>
- Moradi, F., Ghadiri-Anari, A., Dehghani, A., Vaziri, S. R., y Enjezab, B. (2020). The effectiveness of counseling based on acceptance and commitment therapy on body image and self-esteem in polycystic ovary syndrome: An RCT. *International Journal Of Reproductive Biomedicine. https://doi.org/10.18502/ijrm.v13i4.6887*
- Morejón, A. J. V., García-Bóveda, R. J., y Jiménez, R. V. (2004). *Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española.* <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/53>
- Moreno-Domínguez, S., Rutzstein, G., Geist, T. A., Pomichter, E. E., y Cepeda-Benito, A. (2019). Body Mass Index and Nationality (Argentine vs. Spanish) Moderate the Relationship Between Internalization of the Thin Ideal and Body Dissatisfaction: A Conditional Mediation Model. *Frontiers In Psychology, 10.* <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00582>
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M. M., Chen, C., Larson, N. I., Christoph, M. J., y Sherwood, N. E. (2018). Eating, Activity, and Weight-related Problems From Adolescence to Adulthood. *American Journal Of Preventive Medicine, 55*(2), 133-141. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2018.04.032>

- Niyogi, J., Yesodharan, R., y Dsa, R. J. (2020). Relationship between emotional intelligence, self-esteem, and assertiveness among South Indian youth: A descriptive, cross-sectional study from Karnataka. *Indian Journal Of Public Health/Indian Journal Of Public Health*, 64(4), 402. https://doi.org/10.4103/ijph.ijph_584_19
- Nuevo, R., Montorio, I., Márquez-González, M., Cabrera, I., Izal, M., y Pérez-Rojo, G. (2009). Diferencias asociadas a la edad en el efecto de la deseabilidad social en el autoinforme del estado emocional. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 44(2), 85-89. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2008.10.003>
- Orth, U., y Robins, R. W. (2022). Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *American Psychologist/ The American Psychologist*, 77(1), 5-17. <https://doi.org/10.1037/amp0000922>
- Ouyang, Y., Wang, K., Zhang, T., Peng, L., Song, G., y Luo, J. (2020). The Influence of Sports Participation on Body Image, Self-Efficacy, and Self-Esteem in College Students. *Frontiers In Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03039>
- Padrón-Salas, A., Hernández-Gómez, J. F., Nieto-Caraveo, A., Aradillas-García, C., Cossío-Torres, P. E., y Palos-Lucio, A. G. (2015). Asociación entre autoestima y percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios. *Acta Universitaria*, 25, 76-78. <https://doi.org/10.15174/au.2015.769>
- Polivy, J., y Herman, C. P. (2002). Causes of Eating Disorders. *Annual Review Of Psychology*, 53(1), 187-213. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135103>
- Prieler, M., Choi, J., y Lee, H. E. (2021). The Relationships among Self-Worth Contingency on Others' Approval, Appearance Comparisons on Facebook, and Adolescent Girls' Body Esteem: A Cross-Cultural Study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(3), 901. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030901>
- Probst, M., Vandereycken, W., Van Coppenolle, H. y Vanderlinden, J. (1995). The Body Attitude Test for patients with an eating disorder: psychometric characteristics of a new questionnaire. *Eating Disorders: The Journal of Treatment and Prevention*, 3, 133-145
- Raich, R. M., Mora, M., Soler, A., Avila, M., Clos, A., y Zapater, L. (1996). Adaptación de un instrumento de evaluación de la insatisfacción corporal. *Clínica y Salud* 1, 51-66.
- Rogers, C. (1951). *Terapia centrada en el cliente: Su práctica actual, implicaciones y teoría*. Condestable.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self image*. University Press.
- Rosenberg, M. (1979). *Concebir el yo*. Libros Básicos.
- Rochaix, D., Gaetan, S., y Bonnet, A. (2017). Troubles alimentaires, désirabilité sociale, insatisfaction corporelle et estime de soi physique chez des étudiantes de première année. *Annales Médico-psychologiques*, 175(4), 363-369. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2016.10.010>
- Ruiz-Turrero, J., Massar, K., Kwasnicka, D., y Hoor, G. A. T. (2022). The Relationship between Compulsive Exercise, Self-Esteem, Body Image and Body Satisfaction in Women: A Cross-Sectional Study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(3), 1857. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031857>
- Seekis, V., Bradley, G. L., y Duffy, A. L. (2020). Does a Facebook-enhanced Mindful Self-Compassion intervention improve body image? An evaluation study. *Body Image*, 34, 259-269. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.07.006>
- Seekis, V., Bradley, G. L., & Duffy, A. (2017). The effectiveness of self-compassion and self-esteem writing tasks in reducing body image concerns. *Body Image*, 23, 206-213. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.09.003>
- Schuck, K., Munsch, S., y Schneider, S. (2018). Body image perceptions and symptoms of disturbed eating behavior among children and adolescents in Germany. *Child And Adolescent Psychiatry And Mental Health*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s13034-018-0216-5>
- Smink, F. R., Van Hoeken, D., Dijkstra, J. K., Deen, M., Oldehinkel, A. J., y Hoek, H. W. (2018). Self-esteem and peer-perceived social status in early adolescence and prediction of eating pathology in young adulthood. *The International Journal Of Eating Disorders/International Journal Of Eating Disorders*, 51(8), 852-862. <https://doi.org/10.1002/eat.22875>
- Tylka, T. L., y Wood-Barcalow, N. L. (2015). What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body Image*, 14, 118-129. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.001>
- Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J. M., y López-Miñarro, P. Á. (2013). [Body image; literature review]. *DOAJ (DOAJ: Directory Of Open Access Journals)*, 28(1), 27-35. <https://doi.org/10.3305/nh.2013.28.1.6016>
- Van Den Berg, P. A., Mond, J., Eisenberg, M., Ackard, D., y Neumark-Sztainer, D. (2010). The Link Between Body Dissatisfaction and Self-Esteem in Adolescents: Similarities Across Gender,

Age, Weight Status, Race/Ethnicity, y Socioeconomic Status. *Journal Of Adolescent Health*, 47(3), 290-296. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.02.004>

Webster, J., y Tiggemann, M. (2003). The Relationship Between Women's Body Satisfaction and Self-Image Across the Life Span: The Role of Cognitive Control. *Journal Of Genetic Psychology/ The Journal Of Genetic Psychology*, 164(2), 241-252. <https://doi.org/10.1080/00221320309597980>

Westfall, R. S., Millar, M., y Walsh, M. (2019). Effects of Self-Esteem Threat on Physical Attractiveness Stereotypes. *Psychological Reports*, 123(6), 2551-2561. <https://doi.org/10.1177/0033294119860255>

Zinovyeva, E. V., Kazantseva, T. V., y Nikonova, A. N. (2016). Self-esteem and Loneliness in Russian Adolescents with Body Dissatisfaction. *Procedia: Social & Behavioral Sciences*, 233, 367-371. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.10.160>