

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Medicina Humana

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN ADOLESCENTES

DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN

EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL

DE TACNA, 2023

TESIS

Presentada por:

Bach. Maria los Angeles Sanchez Espillico

Para optar el Título Profesional de:

MÉDICO CIRUJANO

TACNA - PERÚ

2023

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Medicina Humana

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN ADOLESCENTES
DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL
DE TACNA, 2023

TESIS

Presentada por:

Bach. MARIA LOS ANGELES SANCHEZ ESPILLICO

Para optar el Título Profesional de:

MÉDICO CIRUJANO

Aprobada por UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN, ante el siguiente jurado:


Dr. Claudio Willbert Ramirez Atencio

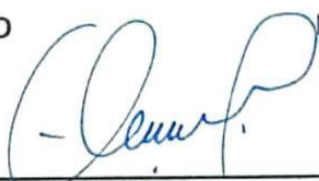
PRESIDENTE


Dr. Eduardo López Villanueva

MIEMBRO


Med. José Alberto Revilla Urquiza

MIEMBRO

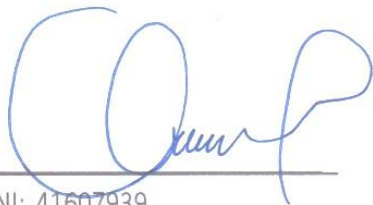

Mgr. Eddy Richard Vicente Choque

ASESOR

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo Eddy Vicente Choque en mi condición de asesor acreditado por la Resolución de Facultad N° 11810-2023-ESMH/FACS de la tesis de investigación titulado: "NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL DE TACNA, 2023". Presentado por la Bachiller Maria los Angeles Sanchez Espillico para optar el Título de Médico CIRUJANO. Habiendo cumplido con lo establecido en el reglamento de originalidad y de similitud de trabajos de investigación y producción intelectual, considerando que según la revisión, evaluación y análisis realizado a través del software de similitud textual TURNITIN cuenta con el nivel de similitud permitido cuyo porcentaje es 1%. Por lo que CERTIFICO LA SIMILARIDAD de la tesis está de acuerdo al nivel PERMITIDO, para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el repositorio Institucional.

Se emite el presente certificado con fines de continuar con los trámites respectivos para su obtención de título.



DNI: 41607939

Nombre y apellidos: Mgr. Eddy Vicente Choque



DEDICATORIA

A toda mi familia, quienes son para mí símbolo del amor y la generosidad. Pero especialmente a mi mejor amiga, la mujer que me ha amado incondicionalmente, quien hizo muchos sacrificios por darme lo mejor, a quien nunca podré pagar por lo feliz que he sido durante estos 25 años, mi madre Carmen Espillico, mi mayor motivación para lograr mis sueños, deseo tenerte a mi lado por siempre y que tus abrazos sean eternos, para ti con todo mi corazón.

AGRADECIMIENTO

Primero, agradezco a Dios por darme la inspiración, la sabiduría y la perseverancia para completar esta tesis, así mismo quisiera agradecer a mi amada madre Carmen quien me ha alentado con su atención más completa y verdadera, a mi padre Augusto por su fortaleza, sus constantes consejos y oraciones, a mi hermana Gabriela, mi cómplice de aventuras, pues salir adelante sin un compañero no es imposible, aunque sí mucho más difícil, por todos sus cuidados y junto a mi cuñado Edgard por su gran apoyo en mi camino universitario así como en mi vida. A mi novio Alonso, por estar cuando todo es difícil y hacer mis días más felices. De igual forma agradezco a mi asesor, el Dr. Eddy Vicente, por el valioso tiempo que dedicó a mi tesis y el brindarme comentarios valiosos que fueron cruciales, a la Dra. Diana Huanco que ayudó con su experiencia y su amor por la investigación a lo largo de este proceso, a la Lic. Lourdes Ordoñez por sus útiles sugerencias. Finalmente, nunca podría olvidar a todos mis maestros por sus enseñanzas a lo largo de esta maravillosa etapa, por eso les estaré eternamente agradecida.

CONTENIDO

DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	xii
ABSTRACT	xiii
INTRODUCCIÓN	2
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	5
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	9
1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	10
1.4. OBJETIVOS	11
1.4.1. Objetivo general	11
1.4.2. Objetivos específicos	12
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	13
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	13
2.1.1. Nivel internacional	13
2.1.2. Nivel nacional	20
2.1.3. Nivel local	25
2.2. BASES TEÓRICAS	27
2.2.1. Imagen corporal	27
2.2.2. Desarrollo de la imagen corporal	27
2.2.3. Componentes de la imagen corporal	30
2.2.4. Ideal corporal	33
2.2.5. Factores relacionados con la imagen corporal	35
2.2.6. Insatisfacción corporal	39

2.2.7. Problemas asociados a la insatisfacción corporal	42
2.2.8. Adolescencia	46
2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS	48
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	50
3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	50
3.2. POBLACIÓN	50
3.2.1. Criterios de selección	51
3.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	53
3.4. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS E INSTRUMENTO	55
3.4.1. Técnica	55
3.4.2. Instrumento	55
3.5. ACCIONES Y ACTIVIDADES	57
3.6. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	57
CAPÍTULO IV: DE LOS RESULTADOS	59
4.1. RESULTADOS	59
4.2. DISCUSIÓN	85
CONCLUSIONES	99
RECOMENDACIONES	100
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	101
ANEXOS	125

ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
TABLA N° 01	CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	60
TABLA N° 02	ESTADO NUTRICIONAL Y ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	66
TABLA N° 03	PERCEPCIÓN DEL PESO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	70
TABLA N° 04	NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	72
TABLA N° 05	NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL SEGÚN EL COMPONENTE PERCEPTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	76
TABLA N° 06	NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL SEGÚN EL COMPONENTE COGNITIVO-AFECTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	79

TABLA N° 07	NIVEL DE SATISFACCIÓN SEGÚN EL COMPONENTE CONDUCTUAL EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	82
--------------------	---	----

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO N° 01 DISTRIBUCIÓN SEGÚN ETAPAS DE LA ADOLESCENCIA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	62
GRÁFICO N° 02 DISTRIBUCIÓN SEGÚN SEXO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	63
GRÁFICO N° 03 DISTRIBUCIÓN SEGÚN AÑO DE ESTUDIO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	64
GRÁFICO N° 04 DISTRIBUCIÓN SEGÚN GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	65
GRÁFICO N° 05 DISTRIBUCIÓN SEGÚN ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	68
GRÁFICO N° 06 DISTRIBUCIÓN SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	69
GRÁFICO N° 07 DISTRIBUCIÓN SEGÚN PERCEPCIÓN DEL PESO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	71

GRÁFICO N° 08	DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	74
GRÁFICO N° 09	DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL Y GÉNERO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	75
GRÁFICO N° 10	DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN EL COMPONENTE PERCEPTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	78
GRÁFICO N° 11	DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN EL COMPONENTE COGNITIVO-AFECTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	81
GRÁFICO N° 12	DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN EL COMPONENTE CONDUCTUAL EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023	84

RESUMEN

La imagen corporal es una construcción multidimensional, que por lo tanto abarca elementos perceptuales, cognitivos y afectivos relacionados con el propio cuerpo y los cuerpos de los demás. La adolescencia es un período de intensa y pronta transformación física, por lo que representa un período crítico para el desarrollo de la imagen corporal. **Objetivo:** Determinar el nivel de satisfacción corporal en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna durante el año 2023. **Métodos:** Estudio observacional y descriptivo. La población, conformada por 196 adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, aplicando los criterios de selección. **Resultados:** El 66,8% muestra satisfacción corporal, el 17,3%, el 6,6% y el 9,3% presenta insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. El 53% de los adolescentes presentan un estado nutricional dentro del rango normal y el 50% realiza un nivel adecuado de actividad física. El 63,9% de mujeres sobreestima su peso corporal y el 39,8% de varones estima adecuadamente su peso corporal. **Conclusiones:** Se demostró que los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna presentan en su mayoría satisfacción corporal. Más de la mitad de los adolescentes presentan un estado nutricional dentro del rango normal y la mitad de los adolescentes realiza un nivel adecuado de actividad física. La mayoría de adolescentes mujeres sobreestiman su peso corporal, mientras que los varones estiman adecuadamente su peso corporal en un mayor porcentaje. **Palabras clave:** Imagen corporal, adolescencia, insatisfacción corporal

ABSTRACT

Body image is a multifaceted structure that encompasses perceptual, cognitive, and emotional components of one's own body as well as other people's bodies. Adolescence is a period of rapid physical changes that occur rapidly and represents an important period for the development of body image. **Objective:** To determine the level of body satisfaction in adolescents at the secondary level of the Fortunato Zora Carvajal Educational Institution in Tacna during the year 2023. **Methods:** Observational and descriptive study. The population, made up of 196 adolescents from the secondary level of the Fortunato Zora Carvajal Educational Institution, applying the selection criteria. **Results:** 66.8% show body satisfaction, 17.3%, 6.6% and 9.3% show mild, moderate and severe body dissatisfaction respectively. 53% of adolescents have a nutritional status within the normal range and 50% perform an adequate level of physical activity. 63.9% of women overestimate their body weight and 39.8% of men correctly estimate their body weight. **Conclusions:** It was shown that adolescents at the secondary level of the Fortunato Zora Carvajal Educational Institution in Tacna mostly present body satisfaction. More than half of adolescents have a nutritional status within the normal range and half of adolescents perform an adequate level of physical activity. The majority of female adolescents overestimate their body weight, while a higher percentage of male adolescents correctly estimate their body weight.

Keywords: Body image, adolescence, body dissatisfaction

INTRODUCCIÓN

La imagen corporal es una construcción multidimensional que involucra percepciones y actitudes hacia uno mismo que están relacionadas con el propio cuerpo, incluidos pensamientos, creencias, sentimientos y comportamientos (1). El estudio de la imagen corporal se relaciona con dos aspectos fundamentales: la percepción equivocada del peso que hace referencia a la sobreestimación o subestimación del peso y la insatisfacción corporal que generalmente engloba una evaluación negativa de la imagen corporal. Estas son dos construcciones separadas, puesto que una no depende de la otra. (2,3).

La adolescencia representa una metamorfosis de cambios físicos intensos y rápidos, por lo tanto, también cambia la percepción de las características corporales y puede ser un momento de particular vulnerabilidad para la formación de la imagen corporal. La aceptación y adaptación a estos cambios son esenciales para la construcción de una imagen corporal positiva pero pueden representar un riesgo en la percepción que tienen sobre sí mismos provocando una imagen distorsionada del propio cuerpo (4).

La prevalencia de insatisfacción corporal está creciendo a un ritmo alarmante a nivel mundial. En una revisión sistemática de 34 artículos de todo el mundo entre 1997 y 2022, con un tamaño de muestra entre 150 y

103 mil adolescentes, se encontró que la prevalencia osciló entre el 18% y el 56,6% (5). A nivel nacional las cifras tampoco son nada alentadoras pues tenemos una investigación realizada en Lambayeque, Perú con un 76% de adolescentes con insatisfacción corporal (6). Esto demuestra que las alteraciones en la imagen corporal representan un problema evidente de salud pública.

Por otro lado, la obesidad está incrementándose en todo el mundo y con ella un aumento preocupante de insatisfacción corporal. Estudios recientes han demostrado asociación entre el IMC alto con la insatisfacción corporal y la sobrevaloración autoinformada del tamaño corporal. Otros estudios muestran que una mala percepción de la imagen corporal conduce a una autoestima baja con mayor riesgo de ansiedad y depresión (7,8). Una percepción errónea de la propia imagen aumenta el riesgo de trastornos alimentarios y puede conducir a un estilo de vida poco saludable. Todos estos factores pueden resultar en desnutrición con un riesgo creciente de enfermedad y mortalidad. De hecho, fuertes discrepancias entre la figura percibida y la ideal, así como una autoimagen incorrecta del tamaño corporal, pueden resultar en conductas inapropiadas, con implicaciones graves y duraderas para la salud. Por el contrario, una percepción corporal positiva se asocia comúnmente con la autoestima alta, el optimismo y un comportamiento nutricional más saludable (9).

Dados los controvertidos hallazgos en la literatura actualmente disponibles y algunas limitaciones, pensamos que podría ser de gran interés explorar en nuestra localidad el nivel de satisfacción corporal de forma global y por componentes, la percepción del peso, el estado nutricional y la actividad física en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El período de la adolescencia se compone de complejas transformaciones cognitivas, biológicas, psicológicas, afectivas y sociales (10). En esta etapa, como parte del desarrollo puberal surgen cambios en la composición corporal que pueden influir en la configuración de la imagen corporal del individuo haciendo de este un período crítico para su desarrollo (11).

La imagen corporal como asunto multidimensional incluye tanto la percepción que tienen las personas con respecto a su apariencia personal como los pensamientos, sentimientos y conductas relacionadas (12). Estas percepciones están influenciadas por la sociedad y los medios informativos quienes ejercen una fuerte presión sobre la elección de un estándar de belleza que puede llevar a una percepción corporal negativa en los adolescentes (13–15).

La insatisfacción corporal es un asunto de salud pública porque influye negativamente en diversos comportamientos relacionados con la salud; como la actividad física, las prácticas alimentarias y el consumo de alcohol y tabaco (16,17). Como resultado supone un factor de riesgo en una amplia gama de problemas de salud física y psicosocial en la adolescencia

como trastornos alimentarios, depresión, ideación suicida, así como la asociación con variables neurofisiológicas y antropométricas (18,19).

En la actualidad, los adolescentes deben afrontar simultáneamente los cambios intrínsecos a este período de la vida y la paradoja del aumento alarmante del sobrepeso y la obesidad en todo el mundo (20,21).

La *American Medical Association (AMA)* reconoció la obesidad como una enfermedad. Se ha informado que la obesidad en la infancia y adolescencia se relaciona con el surgimiento de patologías como asma, hipertensión, problemas de colesterol, diabetes tipo 2 y enfermedad del hígado graso. (22).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), el aumento de sobrepeso y obesidad en el mundo se ha convertido en un desafío de salud pública (23). La prevalencia mundial de la obesidad casi se triplicó entre 1975 y 2016 y existían más de 340 millones de niños y adolescentes, de edades entre 5 y 19 años con exceso de peso u obesidad en el año 2019. Durante la reciente pandemia de COVID-19, el aumento de la tasa del IMC casi se duplicó en comparación con el período previo a la pandemia en personas de 2 a 19 años (8). Aunque el aumento del exceso de peso se ha producido tanto en países ricos como en países pobres, el 62,1% de las personas con obesidad viven en países en desarrollo (24,25).

En 2018, *The Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO)* señaló que el Perú era el tercer país de Latinoamérica con más casos de sobrepeso y obesidad, el 53,8% en mayores de 15 años y 19,3% en niños de 5 a 9 años (26,27). En 2021, la prevalencia de sobrepeso era del 37,8 % y la prevalencia de obesidad era del 22,3 % y Tacna con casos de obesidad se encontraba en el primer lugar a nivel nacional con 36,5% (28). Según el Ministerio de Salud (MINSA) en el 2022 cerca de 15 millones de personas en Perú, alrededor del 62% de la población, padecen de sobrepeso y obesidad, esta creciente situación se hizo todavía más marcada durante la pandemia del COVID-19 (29).

Del mismo modo, la evidencia señala una alta proporción de adolescentes en todo el mundo que tienen conductas alimentarias poco saludables con una mayor ingesta de alimentos ricos en calorías, bajo consumo de frutas y verduras, alto consumo de bebidas carbonatadas, estilo de vida más sedentario y falta de actividad física lo que tiene serias implicaciones para la salud de los adolescentes (30,31).

Lancet Commission en 2020 sobre la salud y el bienestar de los adolescentes ha revelado que las conductas alimentarias poco saludables y la falta de actividad física están relacionadas con un estado de salud deficiente. Por lo tanto, es importante comprender los factores asociados siendo uno de estos la insatisfacción corporal, la cual está muy extendida

entre los adolescentes y alcanza en promedio casi el 50% a nivel mundial (32).

En Latinoamérica son muy pocos los estudios relacionados a esta problemática, siendo una excepción Brasil donde se han realizado múltiples campañas de promoción de la imagen corporal positiva y estilos de vida saludable (33–35). Según la Encuesta Nacional de Salud Escolar de Adolescentes de Brasil en 2020, el 45% de adolescentes brasileños estaba insatisfecho con su cuerpo y se encontró asociación con la inactividad física y comportamientos alimentarios inadecuados (36).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en 2022, el 25.3% de la población son adolescentes, es decir, más de la cuarta parte de la población podría estar inclinada a realizar prácticas alimentarias inadecuadas, como dietas restrictivas o actividad física no guiada con el riesgo de desarrollar trastornos de salud física y psicosocial por la percepción que tienen de su cuerpo y qué tan satisfechos están con él. Pese a todo lo expuesto, en el Perú existen muy pocos estudios con escasa información sobre esta problemática de salud pública y en la región de Tacna un número incluso menor de investigaciones han examinado este enfoque.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuál es el nivel de satisfacción corporal de los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna durante el año 2023?

1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Las políticas de salud y educación de las organizaciones internacionales deben tener en cuenta los impactos de la insatisfacción corporal en la infancia y la adolescencia. Sin información que permita orientar las agendas de salud con un mensaje más coherente y holístico no se comprenderá globalmente este enfoque y no se profundizará en temas como la obesidad, los trastornos alimentarios y otras patologías asociadas a una imagen corporal negativa que afectan la salud de los adolescentes de todo el mundo.

Los resultados de la investigación serán útiles para las autoridades y especialistas en salud pública de la región de Tacna pues va a responder a esa necesidad de información ampliando nuestra comprensión sobre esta problemática. Proporcionará importantes implicaciones prácticas interviniendo oportunamente con el desarrollo e implementación de actividades preventivo promocionales y programas universales que tengan como objetivo promover una imagen corporal positiva y un estilo de vida saludable en los adolescentes haciendo énfasis en la nutrición y la actividad física.

Este estudio también beneficiará a las autoridades, docentes y padres de familia de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal para que consideren los pensamientos y sentimientos de los adolescentes sobre su imagen corporal pues este importante aspecto debe incorporarse en la

evaluación de cualquier adolescente. La detección precoz de insatisfacción corporal será valiosa para desenredar la importancia relativa de diferentes aspectos de la imagen corporal en la predicción de la aparición de dificultades clínicamente significativas. Además de ello será relevante para los adolescentes participantes porque contribuirá a esta etapa de su desarrollo, llena de cambios físicos, psicológicos y emocionales. Al recibir educación en salud sobre este tema será menos probable que asuman conductas alimentarias poco saludables, entre otros comportamientos que afecten su salud a corto y largo plazo. Entenderán lo vital de la adopción de un estilo de vida saludable para adquirir una imagen corporal positiva.

La contribución social de esta investigación será dar a conocer el impacto de los estereotipos o “ideales de belleza” en los adolescentes y como estos afectan su salud física y psicológica además de visibilizar este tema como una problemática de salud pública.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo general

Determinar el nivel de satisfacción corporal en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna durante el año 2023.

1.4.2. Objetivos específicos

- a) Identificar el estado nutricional y la actividad física en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023.
- b) Conocer la percepción del peso en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023.
- c) Establecer el nivel de satisfacción corporal según los componentes perceptivo, cognitivo-afectivo y conductual en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. Nivel internacional

Jankauskiene y Baceviciene (37) realizaron un estudio transversal durante el año 2019 en Lituania en 579 adolescentes entre los 14 y los 16 años del noveno grado de una escuela secundaria pública seleccionada al azar, con el objetivo de explorar la relación entre imagen corporal, valoración del peso corporal, hábitos alimentarios y actividad física. Encontró que el IMC (Índice de Masa Corporal) de las niñas era más bajo que el de los niños. La insatisfacción corporal era mayor en las niñas en comparación a los niños ($1,7 \pm 1,2$ y $1,2 \pm 1,0$ respectivamente). Como era de esperar, las niñas sobreestimaron el peso corporal con más frecuencia que los niños (55,4% y 13,2% respectivamente), mientras que más niños demostraron una subestimación del peso corporal (61,2% y 10,2% respectivamente). Sin embargo, las niñas demostraron con mayor frecuencia una estimación adecuada del peso corporal en comparación con los niños (25,6% y 34,4% respectivamente). El análisis de las diferencias entre la masa corporal deseada y la actual mostró que los niños querían aumentar su peso corporal con mayor

frecuencia, mientras que las niñas demostraron lo contrario. Además, como se esperaba, los niños eran más activos físicamente en el tiempo libre y la actividad física vigorosa en los niños era más frecuente en comparación con las niñas. Concluyeron que, los adolescentes presentaron insatisfacción corporal predominantemente mujeres. Las mujeres presentaron mayormente sobreestimación de su peso corporal mientras que los varones subestimaban su peso corporal con mayor frecuencia.

Kantanista et al. (38) efectuaron una investigación transversal durante el año 2017 en Polonia en 3249 adolescentes entre 14 y 16 años, con el objetivo de estudiar la asociación entre la imagen corporal y el estado nutricional. Encontraron que casi el 75% de los adolescentes (el 73,8% de las niñas y el 76% de los niños) tenían un peso corporal normal, el 15,7% tenía sobrepeso (el 14,6% de las niñas y el 17,0% de los niños). Más niñas que niños tenían bajo peso (11,6% y 7%, respectivamente). Más mujeres mostraron insatisfacción corporal (44,8%) y menos satisfacción corporal (17,6%) a diferencia de los varones (28,5% y 29,0%, respectivamente). Llegaron a la conclusión de que existe un alarmante alto porcentaje de adolescentes con baja satisfacción

corporal y más niñas que niños tenían una baja satisfacción corporal.

Fernández-Bustos et al. (39) realizaron un estudio transversal durante el año 2019 en España en 652 adolescentes (296 hombres y 356 mujeres) de 12 a 17 años del sistema educativo español, con el objetivo de evaluar las diferencias en la insatisfacción corporal de adolescentes masculinos y femeninos por índice de masa corporal y la actividad física (AF). Encontraron que, la cantidad de AF semanal de los varones fue tres veces mayor que la AF semanal de las mujeres (M = 281,46; SD = 203,19; M = 90,45; SD = 137,10). Las mujeres, sin embargo, mostraron una preocupación notablemente mayor por sus cuerpos que los hombres. De hecho, la puntuación media del grupo de mujeres en el *Body Shape Questionnaire* (M = 85,14, DE = 39,99) excedió la puntuación de corte establecida para la preocupación por el BI (> 81), mientras que entre los hombres esa puntuación no se alcanzó ni siquiera en el grupo de hombres obesos (M = 76,56, SD = 33,56). Excepto por el grupo de bajo peso (M = 1,39, SD = 1,24), las mujeres informaron una mayor discrepancia entre la forma corporal deseada y la percibida: deseaban ser más delgados de lo que se percibían a sí mismos. Los hombres con bajo peso (M = 2,44, SD = 2,12) y con peso normal (M = 0,30, SD = 1,70)

deseaban un cuerpo más grande que el percibido. Concluyeron que, la mayoría de los adolescentes presentan insatisfacción corporal y las participantes mujeres informaron mayores deseos de perder peso y una mayor discrepancia entre la forma corporal deseada y la percibida.

Jalali-Farahani et al. (40) realizaron un estudio transversal durante el año 2019 en Irán en 584 adolescentes (de 12 a 18 años), con el objetivo de explorar los factores de peso corporal asociados con la calidad de vida relacionada con la salud de los adolescentes iraníes. Encontraron que los niños tenían puntuaciones de IMC significativamente más altas en comparación con las niñas. Aproximadamente dos tercios de los participantes (66,6%) tenían un peso normal y el 3,1% de los participantes tenían bajo peso. La mayor frecuencia general de sobrepeso y obesidad está presente principalmente en los niños que en las niñas (34,5 frente a 26,7%, respectivamente). Las percepciones de los adolescentes con respecto a su estado de peso corporal no fueron significativamente diferentes en niñas y niños. Según las percepciones de los adolescentes sobre su estado de peso corporal, uno de cada cinco de ellos se clasificó como bajo peso (21,8%), la mitad percibió que tiene un peso normal y el 23,4 y 3,1% percibió que tiene sobrepeso

y obesidad respectivamente. Más niños (49,5%) tenían percepciones incorrectas con respecto a su estado de peso corporal en comparación con las niñas (37,0%). Más niñas (39,0%) estaban insatisfechas con su peso corporal en comparación con los niños (28,8%). Concluyeron que la mayoría de los adolescentes presentan satisfacción corporal y respecto al menor porcentaje de adolescentes con insatisfacción corporal, son las mujeres quienes con mayor frecuencia la presentan.

Martini et al. (41) realizaron un estudio transversal durante el año 2020 en Brasil en 1000 adolescentes (10 a 19 años), con el objetivo de investigar el estado nutricional y estimar la prevalencia de insatisfacción con el peso entre los adolescentes. Encontraron que, entre los niños, el 64,7% estaba en el rango de IMC normal, el 17,1% tenía sobrepeso y el 13,3% era obeso. Entre las niñas, el 75,4% estaba en el rango normal de IMC, el 15,3% tenía sobrepeso y el 6,9% era obeso. En comparación con los niños, la prevalencia del peso normal fue mayor y la prevalencia de obesidad fue menor entre las niñas. El porcentaje del peso normal fue mayor (79,0%) entre los adolescentes mayores (15 a 19 años). El 51,2% de los adolescentes estaban satisfechos con su peso, el 14,3% quería ganar peso, el 16,2% quería perder <10% y el 18,3% quería perder

≥ 10% de su peso. El 71,6% de los chicos de 10 a 14 años y el 93,0% de los de 15 a 19 años querían adelgazar. Entre las niñas con obesidad, el 24,9% informó estar satisfecha con su peso y el 34,7% pertenecía al grupo de edad más joven (10 a 14 años). El 75,2% de las niñas con obesidad, el 65,2% de las de 10 a 14 años y el 99,9% de las de 15 a 19 años querían adelgazar. Concluyeron que la prevalencia de exceso de peso fue alta en el presente estudio, especialmente entre niños y personas entre 10 y 14 años. La prevalencia de insatisfacción con el peso fue mayor entre las adolescentes entre 15 y 19 años.

Fantinel et al. (42) realizaron un estudio de cohorte retrospectiva de 5 años (2015 a 2020) en Brasil en 930 adolescentes de entre 11 a 17 años y de ambos sexos, con el objetivo de verificar la asociación del estado nutricional y la actividad física con la percepción de la satisfacción corporal en adolescentes brasileños. Encontraron que, el 25,59% de los adolescentes presentó algún grado de insatisfacción corporal, siendo la insatisfacción severa más presente en las niñas que en los niños (17,83% vs. 5,24%). En cuanto a la práctica de la AF, los adolescentes alcanzaron un promedio total de $146,1 \pm 176,1$ minutos semanales, con una media de $179,8 \pm 185,5$ para los niños y $113,3 \pm 160$ para las niñas. En

cuanto al IMC, se encontró que los valores medios eran $21,1 \pm 4,0$ para los niños y $21,6 \pm 4,2$ para las niñas. Se produjeron diferencias significativas entre los géneros en Insatisfacción severa (niños: 5,2%; niñas: 17,8%), deseo de disminuir la silueta (niños: 43,1%; niñas: 59,6%), deseo de aumentar la silueta (Chicos: 28,2%; Chicas: 18,1%) y practicar al menos 150 minutos semanales de AF (Chicos: 72,3%; Chicas: 50,1%). Concluyeron que, la mayoría de adolescentes del estudio presentó satisfacción corporal. Más de la mitad de adolescentes presentaron un estado nutricional dentro del rango normal y un nivel adecuado de actividad física.

Carvalho et al. (43) desarrollaron una investigación transversal durante el año 2020 en Brasil en 1131 adolescentes matriculados en el 1er año de secundaria de 2 escuelas públicas y 4 escuelas privadas, con el objetivo de examinar los determinantes relacionados a la insatisfacción corporal. Encontraron que, más de la mitad (54,6%) presentaba insatisfacción corporal, las mujeres a su vez tenían mayores niveles de insatisfacción corporal (77,4) frente a los hombres (72,4%) aunque la diferencia radicaba en que las mujeres querían tener siluetas más pequeñas mientras que los varones siluetas más grandes. La insatisfacción corporal en adolescentes mayores de 15 años también superaba el porcentaje

de los menores de 15 años. Según la clasificación basada en el IMC, el 1,5% tenían bajo peso, el 72,3% tenía un peso adecuado, el 18,0% tenía sobrepeso, el 8,2% eran obesos. Entre los adolescentes evaluados, 422 (41,4%) deseaban una silueta más pequeña y 343 (33,7%) una silueta más grande, es decir, 765 (75,1%) estaban insatisfechos y refirieron desear tener una silueta diferente a la que se percibían a sí mismos. Las mujeres sobreestimaban con más frecuencia su peso, el 50,4% deseaba tener siluetas más pequeñas a diferencia del 31,1% en el caso de los varones. Sin embargo, el 41,3% de varones subestimaba mucho más su peso corporal y eran los que más estimaban adecuadamente su peso con 27,6% en comparación con el 22,6% de las mujeres. Concluyeron que, la mayoría de adolescentes presentó insatisfacción corporal siendo las mujeres con más frecuencia quienes la presentaban. La mayoría de mujeres sobreestimaba su peso corporal mientras que más varones subestimaban su peso corporal.

2.1.2. Nivel nacional

Córdova (44) realizó un estudio descriptivo, no experimental de corte transversal durante el año 2017 en 191 adolescentes del 5to grado de secundaria de la Institución Educativa Secundaria Emblemática María Auxiliadora de la ciudad de Puno, con la finalidad de conocer el nivel de satisfacción corporal. Encontró que más de la

mitad de los encuestados presentaba insatisfacción corporal (81%), ya sea un nivel leve, moderado o extremo (27%, 48%, 6% respectivamente) mientras que solo el 19% se encontraba satisfecho. En cuanto al componente perceptivo del BSQ, respecto a cómo perciben y valoran su propio cuerpo, 35% obtuvo leve insatisfacción, 58% moderada insatisfacción, 6% extrema insatisfacción y solo el 1% de los adolescentes presentaba satisfacción. En referencia al componente cognitivo- afectivo del BSQ sobre cómo se sienten los adolescentes respecto a su cuerpo, la mayoría presenta moderada insatisfacción (55%) seguida de una leve y extrema insatisfacción (34% y 7% respectivamente) y solo el 4% se siente a gusto con su imagen corporal. En el componente conductual del BSQ sobre comportamientos inadecuados adquiridos como resultados de los dos componentes anteriores, 68% de las adolescentes tiene insatisfacción leve, 28% presenta insatisfacción moderada, 3% se encuentran satisfechos y solo el 1% manifiesta insatisfacción severa. Concluyó que la mayor parte de los adolescentes presentan a nivel general insatisfacción moderada que se traduce en una considerable preocupación por la imagen corporal.

Apaza (45) realizó un estudio descriptivo, correlacional y no experimental durante el año 2016 en Puno, Perú en 113 adolescentes

de 5to año de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45, con la finalidad de encontrar relación entre el estado nutricional y el nivel de satisfacción corporal. Encontró que existe una relación estadísticamente significativa del estado nutricional y el nivel de satisfacción corporal. También expone que el 73% de los adolescentes se encontraron satisfechos con su imagen corporal, sin embargo, el 13%, el 9% y el 4% presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. En cuanto al estado nutricional el 79% está en el rango normal, el 4% tienen delgadez, el 6% riesgo de delgadez, el 11% sobrepeso y el 1% obesidad. Concluye que ambos géneros muestran una tendencia al sobrepeso y a pesar de que más de la mitad se encuentra satisfecho con su imagen corporal, existe un número importante de adolescentes insatisfechos en algún grado con predominancia en el género femenino.

Huamani (46) realizó un estudio descriptivo, durante el año 2018 en 90 adolescentes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada del distrito de Los Olivos en Lima, con el objetivo de identificar la (in)satisfacción de la imagen corporal de los adolescentes. Encontró que en los resultados a nivel general la mayoría de los adolescentes mostraron satisfacción corporal (84,6%) y solo un número mínimo manifestaron

insatisfacción corporal (15,4%). Al analizar cada dimensión, en la dimensión “insatisfacción de la imagen corporal” que está relacionada en la inquietud que sienten los adolescentes respecto a su apariencia física y la influencia en su comportamiento, el 16,7% evidenciaron insatisfacción. Para el parámetro “preocupación por el peso”, el 85,9% no estaba preocupado por el peso frente al 14,1% que sí manifestó sentir preocupación por el peso. Concluyó que un mayor porcentaje presentó satisfacción corporal. Personal de salud, docentes y padres de familia deben hacer seguimiento a los adolescentes con insatisfacción corporal para evitar acciones que pongan en riesgo su salud.

Mera (6) realizó un estudio no experimental de tipo descriptivo durante el año 2020 en 322 estudiantes de 3er año de secundaria de la Institución Educativa Nacional de la ciudad de Chiclayo en Lambayeque, con el objetivo de conocer el nivel de insatisfacción corporal de los adolescentes de forma global y por componentes así como los factores relacionados. Encontró que el 76% de adolescentes presentan insatisfacción corporal. Un mayor porcentaje mostró extrema insatisfacción corporal en la dimensión perceptiva (38%) con respecto a los demás niveles, seguido de un nivel leve y moderado (24% y 13% respectivamente) y el 24% de los

adolescentes se sentía satisfecho con su imagen corporal. Con respecto al malestar de la imagen corporal en la dimensión cognitiva-afectiva, 38% de los estudiantes se encuentran en el nivel de extrema insatisfacción corporal seguido del 29% con leve insatisfacción corporal. En la dimensión conductual, 37% tienen un nivel extremo de insatisfacción corporal y 31% un nivel moderado. Concluyó que hay altos porcentajes de extrema insatisfacción corporal.

Saavedra (47) desarrolló una investigación comparativa y transversal durante el año 2019 en 275 estudiantes de 3ro a 5to de secundaria entre los 14 a 16 años de 2 escuelas públicas en Lima, con el objetivo de determinar diferencias en el nivel de insatisfacción corporal entre estudiantes varones y mujeres. Encontró la mayoría de los adolescentes tiene niveles de leve insatisfacción corporal (42,9%) seguidos de niveles moderados y severos de insatisfacción corporal (36,4% y 12,7% respectivamente) y solo el 8% de los adolescentes se encuentra satisfecho con su imagen corporal. En la dimensión perceptiva las mujeres obtienen el 24,8% en niveles extremos de insatisfacción corporal en comparación al 2,6% que obtienen los hombres en la misma dimensión. En la dimensión cognitiva-afectiva las mujeres las mujeres tienen un porcentaje del

25,6% en niveles extremos de insatisfacción corporal y los varones solo el 2,6% en la misma dimensión. En la dimensión comportamental las mujeres en un 24,8% tienen niveles extremos de insatisfacción corporal y los hombres solo alcanzan el 2,6%. Concluyó que existen diferencias respecto al sexo en relación al nivel de insatisfacción de la imagen corporal, siendo las mujeres quienes tienen mayores niveles de insatisfacción corporal en las diferentes dimensiones.

2.1.3. Nivel local

Condori (48) realizó un estudio transversal, de diseño no experimental y correlacional durante el año 2016 en el departamento de Tacna, Perú en 220 estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Francisco Antonio de Zela, entre los 14 y 17 años, con el objetivo de encontrar la relación que existe entre el nivel de satisfacción corporal y los trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Encontró que el 68,2% presentan satisfacción corporal pero el 19,6%, 6,8% y un 5,5% presentan leve, moderada y extrema insatisfacción corporal de forma respectiva. El 55,5% que no presentó TCA, presentó también satisfacción corporal, el 31,82 % de las estudiantes que presentó insatisfacción corporal también presentó TCA y el 12,7 % de adolescentes con TCA presentaron satisfacción corporal. Concluye que hay asociación

estadísticamente significativa entre el nivel de satisfacción corporal y los TCA.

Huacasi (49) realizó un estudio no experimental, de corte transversal correlacional durante el año 2016 en el departamento de Tacna, Perú en 90 estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Santísima Niña María, con el objetivo de relacionar el nivel de autoestima y la satisfacción corporal existente. Encontró que el 73,33%, están satisfechas con su imagen corporal, sin embargo, el 14,44%, 4,44% y 7,78% muestran insatisfacción corporal leve, moderada y extrema, respectivamente. Concluyó que existe una asociación estadísticamente significativa entre la autoestima y el nivel de satisfacción corporal.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. Imagen corporal

Es una representación multidimensional compuesta por cuatro componentes: satisfacción subjetiva global (evaluación del cuerpo); afecto (sentimientos asociados con el cuerpo); cogniciones (inversión en apariencia y creencias sobre el cuerpo); y comportamientos (evitación de situaciones de exposición corporal) (50).

Por lo tanto, la imagen corporal es un fenómeno complejo que abarca muchos componentes relacionados con factores de género, étnicos y socioculturales. Las medidas efectivas con respecto a la imagen corporal deben abordar los sentimientos individuales, incluida la satisfacción e insatisfacción; autoconciencia física; creencias; ideas; y comportamientos relacionados con la apariencia (51).

2.2.2. Desarrollo de la imagen corporal

El sentido primitivo de la imagen corporal se origina en el útero con los movimientos espontáneos del feto y la correspondiente retroalimentación de la información sensorial y propioceptiva. La imagen corporal se forma a partir de las experiencias pre y

posnatales, donde las conexiones corticales y las neuronas espejo tienen un papel muy importante. (52).

El desarrollo de la imagen corporal se ve influido por múltiples factores como el funcionamiento neurofisiológico, la cultura y el pensamiento. Determinantes como el sexo, la moda, los amigos, la educación, la familia y los cambios físicos (crecimiento del pelo, acné, desarrollo del pecho, menstruación)) colocan a los niños en un territorio desconocido con imágenes corporales vulnerables (53).

La socialización primaria tiene lugar temprano en la vida, y se supone que se desarrolla un sentido de autorreconocimiento a la edad de dos años. Los niños en la edad preescolar se dan cuenta de su género. También descubren normas sociales, como la competitividad y el atletismo para los hombres (piernas fuertes, músculos, brazos grandes) y la belleza o la pequeñez para las mujeres (cabello brillante, piel perfecta, cintura pequeña, sin caderas). Cuando los niños se dan cuenta de la apariencia de su cuerpo, intentan manipular a sus padres para recibir admiración y aprobación. Esta necesidad de aprobación crece al comenzar la escuela, mostrando una necesidad de aceptación social (54).

Otros autores asumen la imagen corporal como un comportamiento aprendido, los niños se centran principalmente en

la apariencia en el contexto de los juguetes con los que juegan, como las muñecas. Conforme los niños crecen y se vuelven más sociables, empiezan a compararse con otros niños, sobre todo cuando se trata de su apariencia física (por ejemplo, los niños pequeños desean ser más grandes). Al llegar a los 6 años, el cuerpo con todas sus peculiaridades se convierte en una consideración cada vez más importante (especialmente los músculos y el peso) (55).

El desarrollo de la imagen corporal es un aspecto importante en la adolescencia y los padres tienen una gran influencia durante esta etapa. La relación entre padres y adolescentes es un factor significativo en el desarrollo de la insatisfacción corporal. Los ideales socioculturales de apariencia corporal son objeto de mensajes de los padres a sus hijos. Las personas que se sienten seguras en sus relaciones son más propensas a estar físicamente contentas con su apariencia y menos propensas a buscar la aceptación de los demás y a experimentar insatisfacción corporal (56).

La imagen corporal en los niños está mayormente influenciada por la familia, pero a medida que crecen, los padres pierden un papel importante y, a menudo, son sustituidos por los amigos y sus opiniones quienes cada vez cobran mayor relevancia en la vida del adolescente. (57). La presencia de eventos negativos como burlas y rechazo puede distorsionar la percepción de la

aparición física. Diferentes investigaciones revelan que las burlas sobre el tamaño y el peso durante la adolescencia aumentan la posibilidad de experimentar distorsión de la imagen e insatisfacción corporal en la adultez. (58).

2.2.3. Componentes de la imagen corporal

A lo largo de los años, los investigadores han propuesto una serie de dimensiones de la imagen corporal, pero las siguientes cuatro dimensiones han surgido como el medio principal de conceptualizar el constructo de imagen corporal (7).

- **Componente perceptivo**

La dimensión perceptiva se refiere a la imagen que los individuos crean en su mente de cómo creen que se ve su cuerpo. Cuando las personas se miran al espejo, creen que se ven de cierta manera, como "delgados", "gordos", "bajos", "altos", y así sucesivamente. Este componente determina cómo las personas evalúan su tamaño corporal y qué tan satisfechas están las personas con su apariencia (59).

Las inexactitudes en la dimensión perceptiva están relacionadas principalmente con trastornos clínicos, particularmente los trastornos alimentarios. Por ejemplo, las personas con trastornos alimentarios a menudo sobreestiman el tamaño de su cuerpo en

comparación con los individuos sin patología del trastorno alimentario (60).

- **Componente cognitivo**

La dimensión cognitiva de la imagen corporal refleja cómo las personas evalúan su cuerpo en términos de su apariencia y función, e incluye las creencias de las personas con respecto a su atractivo corporal, fuerza y estado físico relacionado con algunas partes de su cuerpo (por ejemplo; brazos, torso, piernas). En la dimensión cognitiva también se incluye el diálogo interno de las personas sobre su cuerpo (por ejemplo; "Mis muslos son demasiado grandes" o "Mi estómago está demasiado flácido") (61).

Existen ocho distorsiones cognitivas asociadas a la imagen corporal. Las cuales incluyen: 1) Bella o Bestia: pensamiento dicotómico con respecto a la apariencia; 2) Comparación injusta: comparaciones sesgadas con el propio ideal, las imágenes de los medios y personas reales; 3) Lupa: atención selectiva puesta en una característica de la apariencia que no sea del agrado del individuo; 4) Juego de la culpa: sacar conclusiones de que algún aspecto de la apariencia de uno es la causa de injusticias pasadas en la vida aunque no tengan relación alguna; 5) Lectura errónea de la mente: proyectar ideas negativas de la imagen corporal de uno en los

supuestos pensamientos de otra persona; 6) Desgracia reveladora: predecir que la apariencia de uno afectará negativamente el futuro; 7) Belleza limitadora: concluir que uno no puede hacer ciertas cosas por su apariencia; 8) Reflejo del malhumor: tener un estado de ánimo negativo se generaliza a los sentimientos sobre la apariencia de uno (62).

- **Componente afectivo**

La dimensión afectiva o emocional incluye los sentimientos que experimentan las personas como resultado de la apariencia y función de su cuerpo. Las personas pueden experimentar sentimientos positivos sobre sus cuerpos (por ejemplo; comodidad, orgullo) o sentimientos negativos (por ejemplo; ansiedad, vergüenza y disgusto). Estas emociones están vinculadas a representaciones específicas que sirven de desencadenantes para saber si los individuos experimentarán una satisfacción de la imagen corporal positiva o negativa (63).

- **Componente conductual**

La dimensión conductual representa las acciones que realiza un individuo para reflejar una percepción, pensamientos y sentimientos positivos o negativos sobre su cuerpo. Para manejar y/o enfrentar ideas y emociones angustiantes sobre la imagen

corporal, las personas adoptan comportamientos con la finalidad de adaptarse a las condiciones ambientales (64).

Las acciones para adaptarse a los entornos sociales incluyen comportamientos tales como ocultar el cuerpo con ropa holgada, corregir la apariencia y la búsqueda constante de tranquilidad social. Estos comportamientos sirven para mantener las actitudes de imagen corporal a través del refuerzo negativo porque permiten a las personas escapar, reducir o regular temporalmente la incomodidad de la imagen corporal en presencia de otros. Sin embargo, las personas con una satisfacción positiva de la imagen corporal, se sienten más seguros usando ropa que muestre su figura y disfrutan de los entornos sociales porque estas situaciones no producen el mismo tipo o intensidad de ansiedad en comparación a las personas que tienen una satisfacción negativa de la imagen corporal (65).

2.2.4. Ideal corporal

La imagen corporal también es un reflejo de la interacción entre la realidad corporal de las personas y su cuerpo ideal. La realidad corporal se relaciona con propiedades físicas reales del cuerpo, como la altura, el peso, la grasa corporal, la masa corporal magra, la estructura ósea y la fuerza de las personas (66).

El ideal del cuerpo es cómo un individuo piensa que su cuerpo debe verse y funcionar. El ideal corporal se deriva de una serie de fuentes, incluidas la genética, la cultura, las influencias ambientales y los medios de comunicación. Debido a las predisposiciones genéticas para que los individuos tengan una determinada forma o tamaño corporal, existen límites en cuánto y en cómo puede cambiar una persona o remodelar su cuerpo mediante la dieta y el ejercicio. Como resultado, cada persona debería tener su propio ideal corporal específico para su entorno genético y ambiental (67).

Se alcanza un ideal de cuerpo sano cuando los ideales del cuerpo de las personas son similares a su cuerpo real dentro del contexto del peso normal. Por ejemplo, tener estado de peso normal y estándares de ideal corporal que sean consistentes con el estado de peso normal, se consideraría un cuerpo sano ideal. Además, las personas con un cuerpo sano ideal son capaces de reconocer que los cuerpos humanos vienen en una variedad de formas y tamaños y que la forma y el tamaño de su cuerpo están determinados en gran medida por su genética (9).

Las personas con una imagen corporal saludable también tienen pensamientos y sentimientos positivos hacia su cuerpo y, a su vez, se comportan de manera que reflejan sus evaluaciones positivas. Sin embargo, cuando los individuos perciben que su

cuerpo real es peor que su cuerpo ideal, la divergencia entre el cuerpo real e ideal, este juicio a menudo da como resultado pensamientos, sentimientos, percepciones y comportamientos negativos que se toman para ocultar o cambiar la propia apariencia sin tener en cuenta las implicaciones para la salud, lo que indicarían una alteración de la apariencia corporal y, en particular, insatisfacción corporal (68).

2.2.5. Factores relacionados con la imagen corporal

Hasta el momento muchas investigaciones señalan factores determinantes de la imagen corporal como el género, edad, IMC, familia, pares, sociedad, medios de comunicación, cultura, autoestima, psicopatología, estado civil, nivel educativo, tabaquismo, consumo de alcohol, actividad física, comportamiento de control de peso, religiosidad y espiritualidad (69).

- **Estado nutricional**

Se ha descubierto que el IMC contribuye a la imagen corporal y su incremento se relaciona a una evaluación negativa de la misma. Pueden existir distorsiones, como la subestimación es percibir el cuerpo como más pequeño que el IMC real y la sobreestimación es percibir el cuerpo como más grande que el IMC real (70).

Las alteraciones de la apariencia corporal se dan en personas de todo el espectro de peso, sin embargo, existe evidencia considerable de la relación entre la obesidad y la insatisfacción corporal. En promedio, las personas con obesidad demuestran una mayor sobreestimación y distorsión del tamaño de su cuerpo (71). Este es un hallazgo importante si se considera que las tendencias de la obesidad han alcanzado niveles epidémicos en el mundo. Dada la creciente prevalencia de la obesidad, es cada vez más importante considerar cómo la imagen corporal negativa afecta de manera diferente a esta población (72).

- **Familia**

La familia es importante para la configuración de la imagen corporal, la actitud hacia el tamaño de su cuerpo y sus hábitos alimenticios se forman en la primera etapa de la vida. La familia tiene una gran influencia en los niños, puesto que ellos tienen la necesidad de ser constantemente admirados y aprobados por sus padres. Los padres pueden aumentar o disminuir el riesgo de que sus hijos desarrollen una imagen corporal y preocupaciones alimentarias, directa o indirectamente (73).

Pueden existir actitudes directas de los padres como comentarle a un niño sobre su peso o apariencia, burlarse del peso

de un niño, presionarlo para que pierda peso o alentarle a hacer dieta, así como comportamientos indirectos de los padres con acciones o actitudes que no están necesariamente planificadas para influir en el niño incluidos los comentarios negativos de los padres sobre sus cuerpos y la participación de los padres en el ejercicio o la dieta excesivos. Las conductas anteriormente mencionadas pueden inspirar la autocrítica y motivar juicios hacia sí mismos o hacia los demás comparándose con parámetros sociales y culturales ajenos. Algunas otras características familiares también pueden contribuir a la satisfacción corporal, como el estatus socioeconómico de la familia y la ciudad en la que reside (73).

- **Medios de comunicación**

Las formas más nuevas de medios (por ejemplo, Internet, redes sociales, juegos de computadora) se están volviendo más populares que las formas tradicionales (por ejemplo, materiales impresos y televisión) a medida que pasa el tiempo. Existe una norma respecto al ideal del cuerpo masculino musculoso y el ideal de belleza de la mujer delgada, representado en los medios de comunicación que fomenta condiciones psicológicas patológicas, sugerido por múltiples estudios. Este vínculo se ha explicado principalmente por procesos sociocognitivos como la comparación social (74) .

- **Redes sociales**

Representan una forma más reciente de medios de comunicación que se ha vuelto cada vez más popular en todo el mundo y, en la actualidad, son el medio por el cual se transmiten los mensajes sobre los ideales de apariencia física debido a su fácil disponibilidad (75). Varios estudios han sugerido que la participación activa en las redes sociales puede influir negativamente en la imagen corporal y parece estar asociada con la insatisfacción corporal y los trastornos alimentarios.

Se han propuesto diferentes mecanismos teóricos, como las comparaciones de apariencia corporal y la auto-objetivación. En las redes sociales, los usuarios publican sus fotografías y ven fotos de otros, y la apariencia física es un factor importante en estas actividades. Además de recibir comentarios sobre sus cuerpos en las redes sociales, los usuarios ven imágenes de las redes sociales cuidadosamente editadas y seleccionadas, incluidas representaciones de cuerpos delgados o cuerpos musculosos. Los usuarios pueden compararse con frecuencia con los ideales de apariencia que les transmitieron a través de las redes sociales e internalizar estos ideales como los estándares para su propio cuerpo. Cuando la imagen física no es compatible con los ideales de belleza internalizados, esto puede resultar en insatisfacción corporal.

Este concepto es particularmente importante en los adolescentes que pasan más tiempo y reciben más comentarios sobre su aparición en las redes sociales (76,77).

2.2.6. Insatisfacción corporal

Son las ideas, sentimientos y conductas negativas en relación a la imagen corporal. Está relacionado con evaluaciones negativas del tamaño, la forma y el peso del cuerpo; esto generalmente implica una discrepancia percibida entre la evaluación del propio cuerpo y el cuerpo ideal (78).

Aunque no es una condición psiquiátrica formal o diagnóstico, se asocia típicamente con la sobreestimación del tamaño total del cuerpo o de una parte del cuerpo, experimentando pensamientos negativos, poco realistas y sobrevalorados sobre el peso del cuerpo o forma, y/o monitoreo excesivo del tamaño corporal y evitación de situaciones angustiantes relacionadas con la exposición corporal (79).

Es importante señalar que existen inconsistencias en la literatura sobre la terminología en torno a la imagen corporal. Parece que la mayoría de las investigaciones en esta área utilizan el término "imagen corporal negativa" como sinónimo de "imagen corporal deficiente", "alteración de la imagen corporal", "preocupaciones

sobre la imagen corporal" e "insatisfacción con la imagen corporal"; sin embargo, se han utilizado algunas expresiones para denotar componentes más específicos de la imagen corporal negativa. Por ejemplo, la insatisfacción corporal se ha utilizado para referirse a una alteración actitudinal de la imagen corporal, sin embargo aún no existen pautas autorizadas con respecto al uso de estos términos (80).

La literatura ha distinguido los aspectos "normativos" de la imagen corporal negativa en poblaciones no clínicas de los aspectos "patológicos" de la imagen corporal negativa que juegan un papel en la etiología de ciertos trastornos mentales. Por ejemplo, el Trastorno Dismórfico Corporal (TDC) se define en el Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales (DSM 5) de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría como una condición de salud mental caracterizada por la preocupación en la apariencia por un defecto percibido que es no es perceptible para los demás y eso conduce a comportamientos repetitivos alrededor del defecto percibido (por ejemplo, arreglo excesivo, disfraz). Para algunas personas con TDC, las preocupaciones sobre la apariencia se mantienen tan rígidamente y se separan de la realidad de su apariencia que pueden considerarse delirantes (81).

La imagen corporal negativa también es un síntoma característico de muchos TCA en el DSM-5. La anorexia nerviosa (AN) y la bulimia nerviosa (BN) son diagnósticos de trastornos alimentarios que dependen de la presencia de una sobreestimación de la forma y el peso corporal que no se evidencia solo por una imagen corporal negativa, sino por una insatisfacción corporal significativa en combinación con un gran énfasis de la apariencia física en la determinación de la autoestima. En las personas con AN, la sobreestimación de la forma y el peso se acompaña de una ingesta alimentaria restringida que resulta en un peso corporal muy bajo y un intenso miedo a subir de peso. En BN, la sobreestimación del peso y del tamaño corporal va acompañado de un patrón recurrente de comer en exceso fuera de control y esfuerzos extremos para compensar los atracones (por ejemplo, vómitos autoinducidos).

Como se describió anteriormente, la imagen corporal negativa no tiene necesariamente un impacto significativo en el bienestar y el funcionamiento en la mayoría de casos, pero hay un subconjunto de personas que luchan con alteraciones de la imagen corporal clínicamente significativas (82,83).

2.2.7. Problemas asociados a la insatisfacción corporal

Durante las primeras etapas de la adolescencia la insatisfacción corporal se ha relacionado y anticipa diferentes aspectos: depresión, aislamiento, baja autoestima, IMC más alto, menos actividad física, y otras complicaciones psiquiátricas y médicas como el Trastorno Dismórfico Corporal (TDC), los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), además de peor calidad de la dieta, comportamientos dirigidos a perder peso (es decir, dietas, restricciones alimentarias y modificación de hábitos alimentarios), mayor búsqueda de tratamientos y cirugías estéticas innecesarias en la vida futura, mayor número de intentos de suicidio y mayor tasa de mortalidad (60).

La insatisfacción de la imagen corporal es un factor etiológico clave y se considera el eje central que perpetúa los trastornos alimentarios clínicos a través de sus asociaciones con una amplia gama de patrones de alimentación desadaptativos. La asociación entre la insatisfacción corporal y la patología alimentaria se conceptualiza como funcional, pues estos comportamientos alimentarios proporcionan una manera de hacer frente a pensamientos y emociones autorreferenciales negativos que acompañan a la imagen corporal. La imagen corporal negativa es

uno de los factores de riesgo y mantenimiento más consistentes y sólidos para la patología alimentaria (84).

Para las personas con obesidad, la insatisfacción corporal predice niveles más altos de atracones. Existe una gran cantidad de datos que respaldan que el mayor predictor de atracones es la dieta, ya que deja a las personas con privaciones biológicas y psicológicas, lo que puede desencadenar la pérdida de control y comer en exceso. Por tanto, puede ser que la imagen corporal negativa provoca intentos de comer de manera restrictiva, lo que luego conduce a una vulnerabilidad para los atracones (85).

Se ha afirmado en la literatura que cierto grado de imagen corporal negativa puede ser beneficioso para las personas con mayor peso corporal. Existe evidencia que afirma que la imagen corporal negativa de las personas que están por debajo del rango de peso normal es problemática y contribuye a patrones de alimentación altamente desadaptativos. Sin embargo, para las personas con mayor peso corporal, la imagen corporal negativa puede desempeñar un papel motivador importante con respecto a la decisión de participar en conductas de control de peso al incitar a las personas a iniciar y mantener cambios difíciles en la alimentación y el ejercicio físico (86).

Por otro lado, en los últimos años diversos estudios afirmaron que los altos niveles de imagen corporal negativa pueden socavar la autoeficacia de las personas para intentar y mantener cambios. Estos estudios argumentan que la imagen corporal negativa no facilita el control del peso e incluso puede contribuir a conductas alimentarias desadaptativas que conducen a un aumento de peso adicional o patología alimentaria (87). De la misma manera, se encontró que la satisfacción de la imagen corporal se asoció negativamente con el IMC después de controlar el IMC inicial. La conclusión fue que una imagen corporal positiva en realidad puede ser útil para proteger contra el aumento de peso a lo largo del tiempo para las adolescentes. Se encontró que las adolescentes con un IMC en el rango de sobrepeso u obesidad y al menos algo satisfechas con sus cuerpos tenían aumentos anuales más pequeños del IMC durante 11 años y tenían un 61% menos de probabilidades de desarrollar trastorno por atracón en comparación con las niñas que respaldaron una menor satisfacción corporal (88).

Se ha desarrollado también un modelo teórico para delinear cómo el estigma de una imagen corporal negativa contribuye a un ciclo de retroalimentación positiva de “círculo vicioso”. Este modelo propone que el estigma del peso actúa como un factor de estrés, lo que promueve una mayor liberación de cortisol y una alimentación

reconfortante y, a su vez, conduce a un aumento de peso. Entonces se cree que el aumento de la masa corporal contribuye a la experiencia del estigma basado en el peso y, por lo tanto, el ciclo se refuerza (89).

Dada la evidencia empírica, la asociación entre la imagen corporal negativa y el control de peso saludable probablemente podría caer en una curva en forma de U invertida. En esta curva, las personas con una imagen corporal negativa de leve a moderada pueden sentirse más motivadas para realizar cambios en el estilo de vida para controlar su peso, mientras que las personas que se encuentran en un extremo (preocupaciones mínimas o graves sobre la imagen corporal) tienen menos probabilidades de sentirse inspiradas o capaces de hacer cambios de manera efectiva hacia un estilo de vida saludable. Las implicaciones de la curva en U deben considerarse con precaución, ya que el estigma social en torno a un peso corporal más alto perpetúa la idea errónea de que las personas tienen un control total de su peso y, por lo tanto, deben sentirse personalmente responsables y avergonzadas de su peso corporal y tamaño (90).

La investigación longitudinal encuentra que la insatisfacción corporal no remite fácilmente con el tiempo, en realidad tiende a aumentar con la edad. Dadas las importantes consecuencias de la

imagen corporal negativa y el hecho de que no se resuelve por sí sola con el tiempo, existe la necesidad de encontrar medios efectivos para abordar la insatisfacción corporal, tanto para mejorar la angustia asociada como para prevenir el desarrollo de trastornos alimentarios y otras psicopatologías (91).

2.2.8. Adolescencia

La adolescencia comienza con la pubertad y se caracteriza por cambios significativos en los niveles hormonales y la apariencia física (por ejemplo, crecimiento físico rápido, cambios en la estructura facial y apariencia de las características sexuales secundarias) y características psicológicas y sociales. Durante y después de la pubertad tienen lugar una serie de cambios corporales y sociales que influyen fuertemente en la imagen corporal y se vuelven más pronunciados al final de la adolescencia que los hace particularmente vulnerables a la insatisfacción corporal (92). La adolescencia se reconoce cada vez más como una etapa crítica, un momento en el que el rápido desarrollo del cerebro, el cuerpo y los comportamientos abre una ventana de oportunidad para intervenciones que pueden afectar la salud a lo largo de la vida (93).

Aunque los adolescentes son relativamente sanos físicamente en comparación con otros grupos de edad, la

adolescencia es una fase clave de la vida para el establecimiento de factores de riesgo de varias enfermedades. La transición a la adolescencia está marcada por aumentos dramáticos en la morbilidad y la mortalidad, a menudo tempranamente asociados con trastornos de salud mental. La mayoría de los problemas de salud mental y los malos resultados de salud durante la adolescencia pueden tener impactos continuos y negativos en la vida adulta. Por ejemplo, enfermedades como el cáncer, son sumamente sensibles a los factores de riesgo del estilo de vida y del comportamiento que a menudo se establecen durante la adolescencia, como la nutrición, la actividad física, el sueño, la obesidad, el estrés y el consumo de sustancias. Los cambios dramáticos que ocurren en el cerebro durante la adolescencia también hacen que este sea un momento de neuroplasticidad significativa, lo que sugiere que los patrones de comportamiento pueden codificarse fuertemente en el cerebro durante este tiempo (94).

2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Imagen corporal:** Componente de la identidad personal. La imagen corporal es la percepción en términos de tamaño, forma y contornos, los sentimientos relacionados con el cuerpo y en cómo afectan la satisfacción, además de los comportamientos que se adoptan en respuesta a estos sentimientos (95).
- **Satisfacción corporal:** Amor y respeto hacia el cuerpo, permitiendo apreciar la belleza y funciones que realiza; aceptando todas las partes, incluso las que no se ajustan a ideales; destacando las cualidades en lugar de enfocarse en las imperfecciones; asimilando principalmente la información positiva y rechazando o reformulando la mayor parte de la información negativa (96).
- **Insatisfacción corporal:** La insatisfacción corporal es la evaluación subjetiva negativa del propio cuerpo en lo que respecta al tamaño, la forma, la musculatura o el tono muscular y el peso. Por lo general, la insatisfacción implica una discrepancia percibida entre el cuerpo actual y el cuerpo ideal que fomenta las emociones negativas y el descontento (97).
- **Adolescencia:** Período entre la infancia y la adultez. La adolescencia empieza con la pubertad y termina con la aceptación de la identidad y el comportamiento adulto. Este periodo de crecimiento abarca las edades entre los 10 a los 19 años (94).

- **Sobrepeso y obesidad:** Se describen como la acumulación anormal o excesiva de grasa perjudicial para la salud. Un IMC mayor a 25 significa sobrepeso y más de 30 significa obesidad (98). En los adolescentes se utiliza la medida de Desviación Estándar (DE), el sobrepeso se evalúa por un IMC para la edad entre > 1 DE a 2 DE y la obesidad cuando el IMC para la edad es > 2 DE sobre la población de referencia (99).
- **Trastornos de la conducta alimentaria (TCA):** Trastornos conductuales con alteraciones graves y persistentes de la alimentación, así como pensamientos y emociones angustiantes vinculados que impactan en el bienestar físico, mental y social. Tipos de trastornos alimentarios: Anorexia, Bulimia, trastorno por atracón, trastorno de evitación restrictiva de alimentos, otros trastornos específicos de la alimentación, pica y trastorno de rumiación (100).
- **Actividad física:** Movimiento realizado por los músculos esqueléticos que consume energía. La actividad física incluye todo tipo de movimiento, ya sea en momentos de ocio, en el transporte o como parte del trabajo. Tanto el ejercicio de intensidad moderada como el de alta intensidad benefician la salud. (101).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Observacional y descriptivo.

3.2. POBLACIÓN

La población de la investigación está constituida por 196 adolescentes de ambos sexos, definidos según las OMS entre las edades de 10 y 19 años y que comprenden el intervalo entre el 1er año de secundaria y el 5to año de secundaria de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, que cumplieron los criterios de selección, durante el mes de abril del año 2023.

La Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal está ubicada en zona urbana en el distrito de Alto de la Alianza, en el Pueblo Joven “La Esperanza”, calle Melgar N°1505. Los adolescentes matriculados en esta institución provienen generalmente de estratos socioeconómicos medio, medio bajo y bajo, nacidos en su mayoría en la Región de Tacna con una proporción muy pequeña de alumnos migrantes de ciudades aledañas como Arequipa, Puno, etc.

3.2.1. Criterios de selección

3.2.1.1. Criterios de inclusión

- a. Adolescentes que estén matriculados en el nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal en el año 2023.
- b. Adolescentes del 1er año de secundaria al 5to año de secundaria de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal en el año 2023.
- c. Adolescentes que dieron su asentimiento informado para participar voluntariamente en la investigación a través de la encuesta virtual.
- d. Adolescentes que tengan el consentimiento de los padres después de que hayan sido informados del estudio.

3.2.1.2. Criterios de exclusión

- a. Adolescentes con alguna malformación física evidente.
- b. Adolescentes diagnosticados con Trastorno Dismórfico Corporal, y/o Trastorno de la Conducta Alimentaria realizado por un médico.
- c. Adolescentes que enviaron fuera de la fecha límite establecida la encuesta virtual.

d. Adolescentes que llenaron de forma incorrecta y/o incompleta la encuesta virtual.

3.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR/ ÍTEM	CATEGORÍA	ESCALA DE MEDICIÓN
Nivel de satisfacción corporal	General	Ítem 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34	Satisfacción corporal Leve insatisfacción corporal Moderada insatisfacción corporal Extrema insatisfacción corporal	Nominal
	Componente perceptivo	Ítem 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	Satisfacción corporal Leve insatisfacción corporal Moderada insatisfacción corporal Extrema insatisfacción corporal	Nominal
	Componente cognitivo-afectivo	Ítem 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25	Satisfacción corporal Leve insatisfacción corporal Moderada insatisfacción corporal Extrema insatisfacción corporal	Nominal
	Componente conductual	Ítem 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34	Satisfacción corporal Leve insatisfacción corporal Moderada insatisfacción corporal Extrema insatisfacción corporal	Nominal

CARACTERÍSTICAS GENERALES	Edad	Adolescencia temprana: 10 a 13 años Adolescencia intermedia: 14 a 16 años Adolescencia tardía: 17 a 19 años	De razón
	Sexo	Femenino Masculino	Nominal
	Año de estudio	1er, 2do, 3er, 4to, 5to	Ordinal
	Estado nutricional	Delgadez: IMC < -2 DE Normal: IMC ≥ -2 DE y ≤ 1 DE Sobrepeso: IMC > 1 DE a ≤ 2 DE Obesidad: IMC > 2 DE	Ordinal
	Percepción del peso	Sobrestimación Estimación adecuada Subestimación	Nominal
	Actividad física	Adecuada: >150 minutos/semana	De razón

		Inadecuada: <150 minutos/semana	
	Nivel educativo de la madre	Primaria Secundaria Superior	Ordinal
	Nivel educativo del padre	Primaria Secundaria Superior	Ordinal

3.4. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS E INSTRUMENTO

3.4.1. Técnica

La técnica utilizada fue la encuesta online.

3.4.2. Instrumento

El instrumento que se empleó fue la escala *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, desarrollada originalmente por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en el año 1987 (102). Para ser utilizado en esta investigación fue adaptada y validada en la ciudad de Puno por Apaza en el año 2016, donde se obtuvo una fiabilidad global de 0.81 utilizando Alpha de Cronbach (45).

La escala BSQ mide el nivel de satisfacción con la imagen corporal. Consta de 34 preguntas con respuestas de 0 a 6 en la escala Likert. Los puntajes se suman, se convierten y se clasifican en categorías como satisfacción corporal, insatisfacción leve, moderada y severa. Se utiliza una calificación general y parcial para valorar 3 componentes clave de la apariencia física de una persona:

- Componente perceptivo
- Componente cognitivo – afectivo
- Componente conductual

El primer componente lo conforman 11 ítems, que evalúan cómo se percibe el tamaño, peso y forma del cuerpo. El segundo componente, se compone de 14 ítems que evalúan las actitudes, sentimientos, e ideas en relación al cuerpo. Y el tercer componente lo conforman 9 ítems que evalúan como resultado los comportamientos nocivos para la salud relacionados a los anteriormente mencionados (103).

PUNTOS DE CORTE

Puntuación global

Puntaje	Categoría
34 a 80 puntos	Satisfacción
81 a 110 puntos	Insatisfacción corporal leve
111 a 140 puntos	Insatisfacción corporal moderada
141 a 204 puntos	Insatisfacción corporal extrema

Puntuación parcial por componentes

Categoría	Componente perceptivo	Componente cognitivo-afectivo	Componente conductual
Satisfacción corporal	11 a 15 puntos	14 a 20 puntos	9 a 10 puntos
Insatisfacción corporal leve	16 a 32 puntos	21 a 41 puntos	11 a 25 puntos
Insatisfacción corporal moderada	33 a 49 puntos	42 a 62 puntos	26 a 40 puntos
Insatisfacción corporal severa	50 a 66 puntos	63 a 84 puntos	41 a 55 puntos

También se realizó una ficha de datos con la finalidad de recabar información relevante para el estudio que no brinda la escala ya descrita, consta de 9 preguntas simples como datos generales y antropométricos, así como características de su estilo de vida.

3.5. ACCIONES Y ACTIVIDADES

Se presentaron los objetivos del estudio al Director de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal y se solicitó el permiso respectivo. Conseguida la autorización se hizo la coordinación con auxiliares encargados con los cuales se pactó fechas en los horarios del curso de educación física para pesar y tallar a los adolescentes.

Se procedió a enviar el consentimiento informado a los padres de los adolescentes. Luego de aceptado el consentimiento informado, se brindó el enlace del formulario de google para que los adolescentes pudiesen completar la ficha de recolección de datos y el BSQ con un tiempo estimado de 10 a 15 minutos.

3.6. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

- 1) La información recolectada mediante las encuestas online se descargó como una hoja de cálculo de Excel y los datos se ordenaron, codificaron y procesaron. Luego esta información fue exportada al Software estadístico SPSS Versión 29.

- 2) Para el hallazgo del estado nutricional se utilizó en primer lugar la fórmula del IMC y posteriormente el cálculo con las tablas de IMC/edad en adolescentes.
- 3) Se realizó la calificación de los cuestionarios de cada ítem según criterios establecidos por los puntajes respectivos.
- 4) Se hizo la calificación por componentes de la imagen corporal.
- 5) El análisis estadístico implicó el cálculo de frecuencias absolutas y porcentuales, dada la naturaleza de la variable.
- 6) Los resultados se expusieron en tablas con una y doble entrada además de gráficos descriptivos según los objetivos planteados.
- 7) Finalmente se realizó la interpretación de los resultados.

CAPÍTULO IV

DE LOS RESULTADOS

4.1. RESULTADOS

Se logró obtener datos sociodemográficos, nivel de satisfacción corporal de forma global y en sus 3 componentes; perceptivo, cognitivo-afectivo y conductual, así como la valoración nutricional y algunas prácticas en referencia a su estilo de vida en 196 adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, 54,4% de la población de estudio, utilizando una ficha de recolección de datos y el instrumento *Body Shape Questionnaire* (BSQ) aplicados de manera virtual, que están representados en las siguientes tablas y gráficos.

TABLA N° 01
CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS ADOLESCENTES DEL
NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023

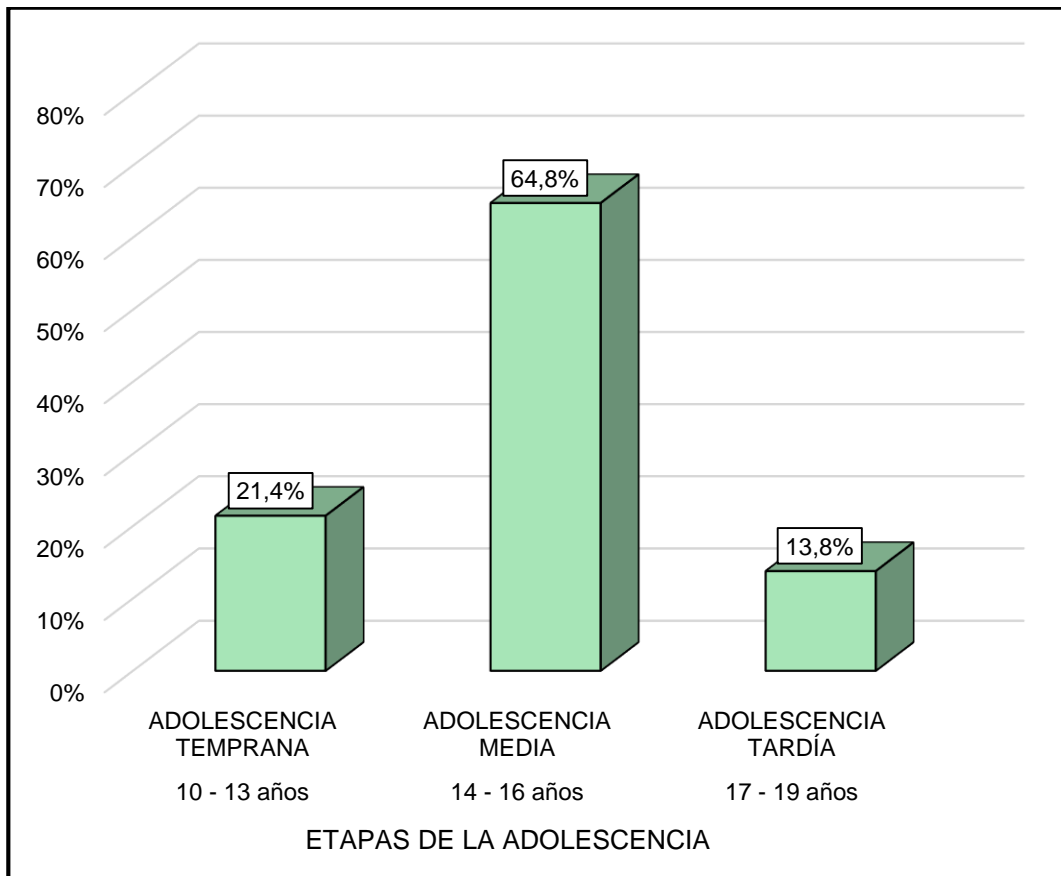
CARACTERÍSTICAS		N°	(%)
EDAD m ± DE= 14,6 ± 1,44	Adolescencia temprana (10-13 años)	42	21,4
	Adolescencia media (14-16 años)	127	64,8
	Adolescencia tardía (17-19 años)	27	13,8
SEXO	Femenino	108	55,1
	Masculino	88	44,9
AÑO DE ESTUDIO	1er año	36	18,4
	2do año	50	25,5
	3er año	54	27,5
	4to año	28	14,3
	5to año	28	14,3
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LA MADRE	Primaria	24	12,2
	Secundaria	106	54,1
	Superior	66	33,7
GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL PADRE	Primaria	17	8,7
	Secundaria	110	56,1
	Superior	69	35,2
TOTAL		196	100

INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°01 se observa que la edad media de los participantes fue de $14,6 \pm 1,44$ años, el 21,4% (n=42) se encuentra entre las edades de 10-13 años (adolescencia temprana), el 64,8% (n=127) está entre los 14 y 16 años y el 13,8% (n=27) está entre los 17-19 años (adolescencia tardía). El 55,1% (n=108) son del sexo femenino y 44,9% (n=88) son del sexo masculino. El 18,4% (n=36) fueron adolescentes de 1er año, el 25,5% (n=50) de 2do año, el 27,5% (n=54) de 3er año, el 14,3% (n=28) de 4to año y el 14,3% (n=28) de 5to año del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal. El 12,2% (n=24) de las madres de los adolescentes tenían solo primaria, el 54,1% (n=106) solo secundaria y el 33,7% (n=66) estudios superiores. El 8,7% (n=17) de los padres de los adolescentes tenían solo primaria, el 56,1% (n=110) solo secundaria y el 35,2% (n=66) estudios superiores.

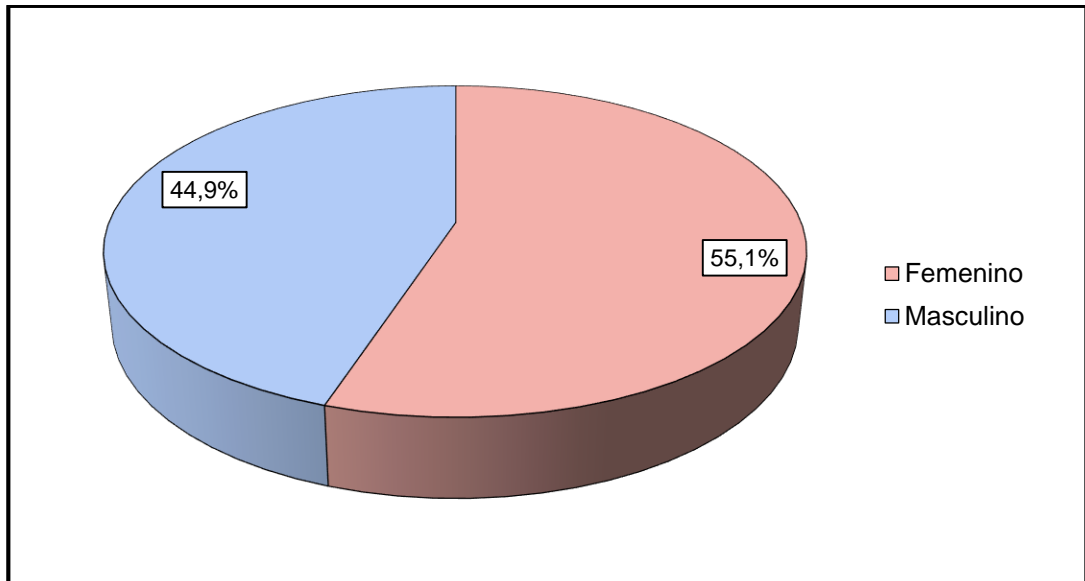
GRÁFICO N° 01

DISTRIBUCIÓN SEGÚN ETAPAS DE LA ADOLESCENCIA EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°01.

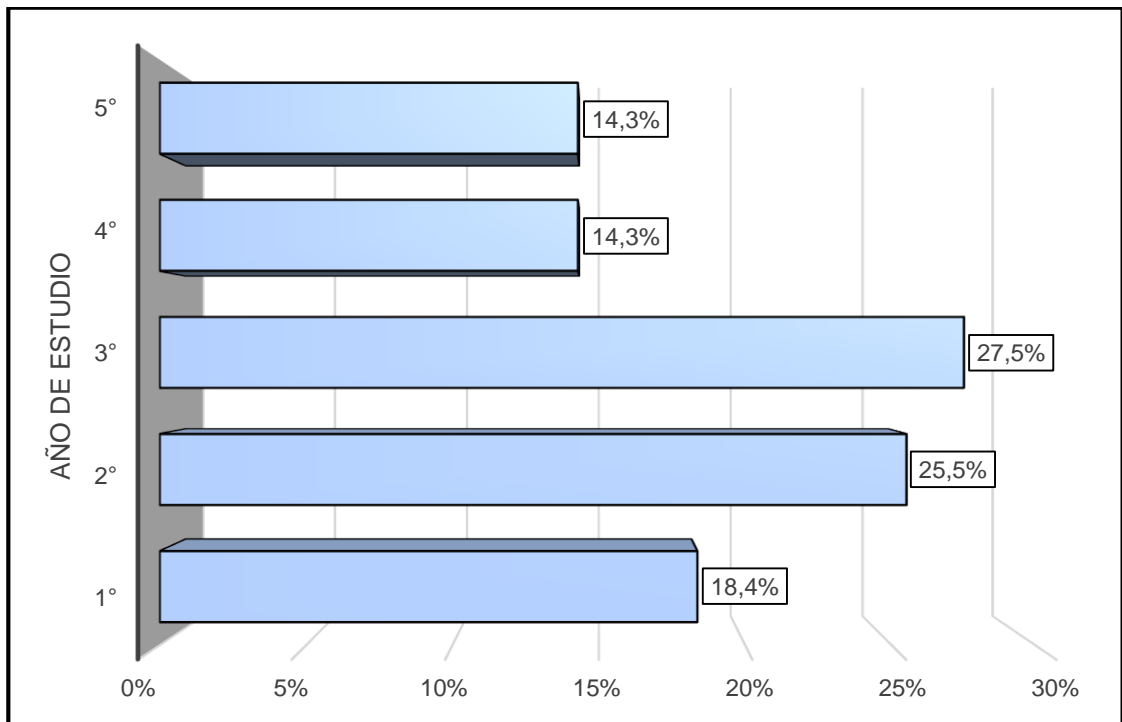
GRÁFICO N° 02
DISTRIBUCIÓN SEGÚN SEXO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL
SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO
ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°01.

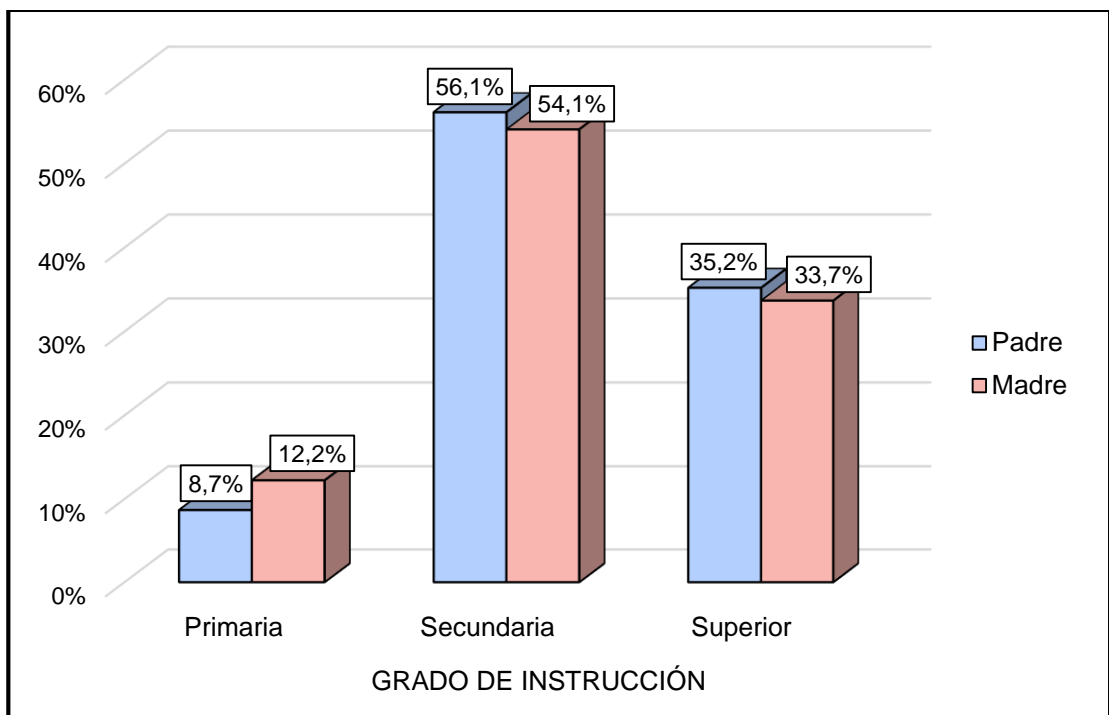
GRÁFICO N° 03

DISTRIBUCIÓN SEGÚN AÑO DE ESTUDIO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°01.

GRÁFICO N° 04
DISTRIBUCIÓN SEGÚN GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES
DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°01.

TABLA N° 02

**ESTADO NUTRICIONAL Y ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS
ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO
ZORA CARVAJAL, 2023**

		MUJERES		VARONES		TOTAL	
		N°	(%)	N°	(%)	N°	(%)
ESTADO NUTRICIONAL	Delgadez	0	0	2	2,3	2	1
	Normal	60	55,6	44	50	104	53
	Sobrepeso	36	33,3	28	31,8	64	32,7
	Obesidad	12	11,1	14	15,9	26	13,3
ACTIVIDAD FÍSICA	Adecuada	50	46,3	48	54,5	98	50
	Inadecuada	58	53,7	40	45,5	98	50
TOTAL		108	100	88	100	196	100

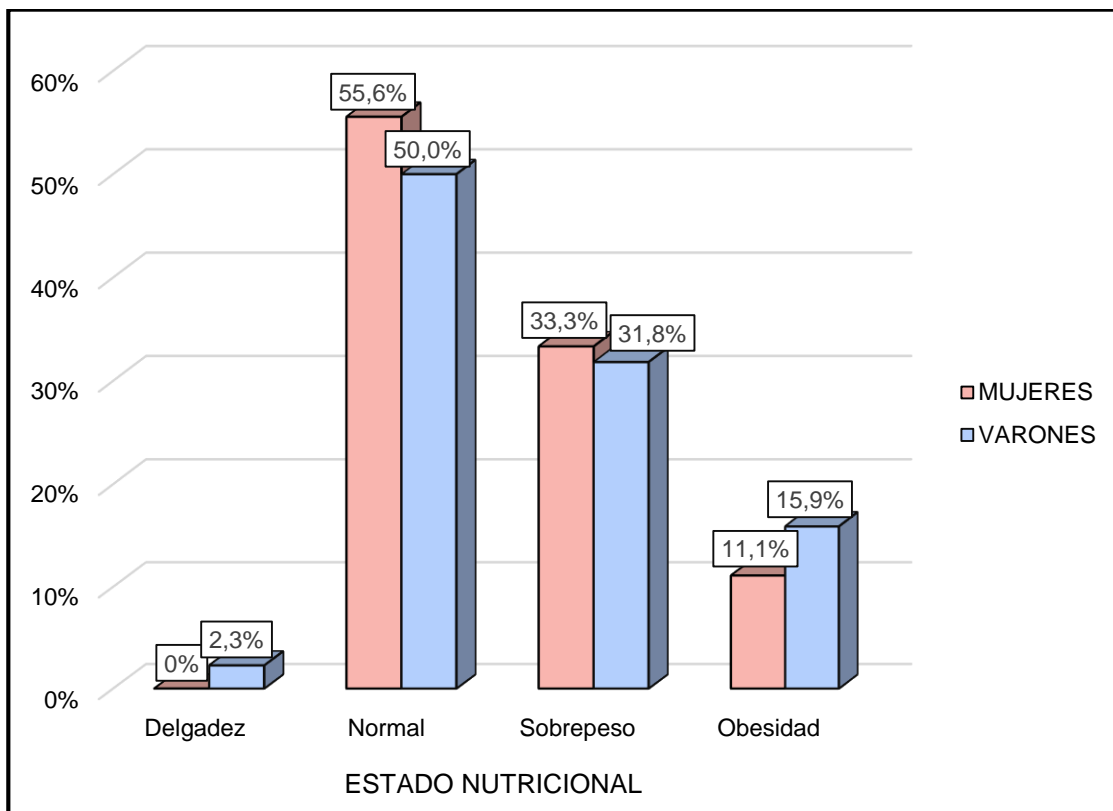
INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°02 se observa en cuanto al estado nutricional según el IMC/edad que, del total de adolescentes, el 1% (n=2) está en el rango de delgadez, el 53% (n=104) se encuentra dentro del rango normal, el 32,7% (n=64) tiene sobrepeso y el 13,3% (n=26) tiene obesidad. También se

encontró que del total de mujeres el 55,6% (n=60) está en el rango de lo normal, el 33,3% (n=36) tiene sobrepeso y el 11,1% (n=12) tiene obesidad. Del total de varones el 2,3% (n=2) está en el rango de delgadez, el 50% (n=44) está dentro del rango normal, el 31,8% (n=28) tiene sobrepeso y el 15,9% (n=14) tiene obesidad.

En cuanto a la actividad física observamos que del total de adolescentes el 50% (n=98) realiza más de 150 minutos a la semana y el otro 50% (n=98) realiza menos de 150 minutos a la semana. Del total de mujeres el 46,3% (n=50) practica más de 150 minutos a la semana y el 53,7% (n=58) practica menos de 150 minutos a la semana. Del total de varones el 54,5% (n=48) practica más de 150 minutos a la semana y el 45,5% (n=40) practica menos de 150 minutos a la semana.

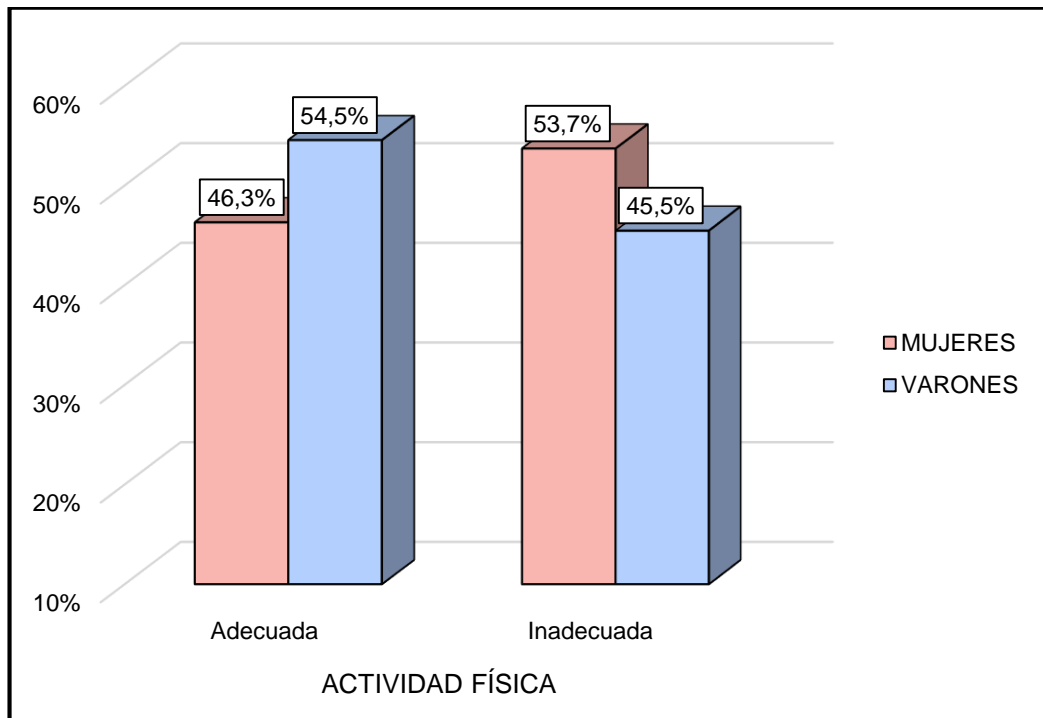
GRÁFICO N° 05
DISTRIBUCIÓN SEGÚN ESTADO NUTRICIONAL DE LOS
ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°02.

GRÁFICO N° 06

DISTRIBUCIÓN SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°02.

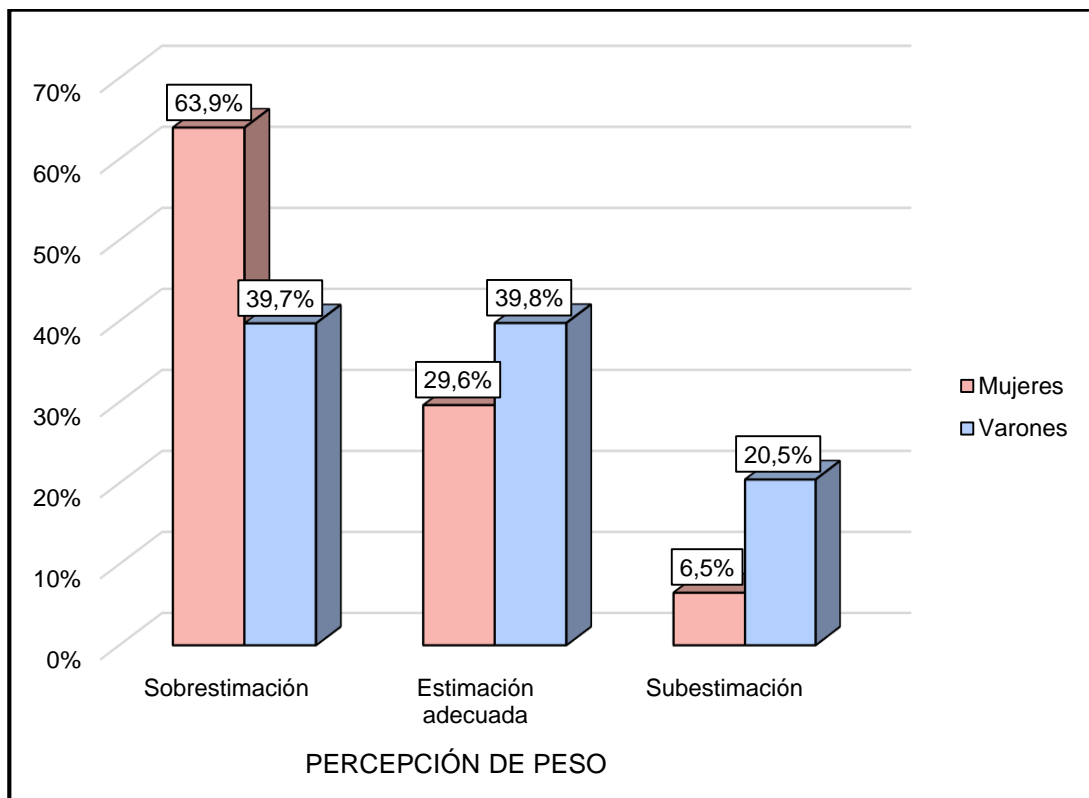
TABLA N° 03**PERCEPCIÓN DEL PESO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL
SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO
ZORA CARVAJAL, 2023**

PERCEPCIÓN DEL PESO	MUJERES		VARONES		TOTAL	
	N°	(%)	N°	(%)	N°	(%)
Sobrestimación	69	63,9	35	39,7	104	53,1
Estimación adecuada	32	29,6	35	39,8	67	34,1
Subestimación	7	6,5	18	20,5	25	12,8
TOTAL	108	100	88	100	196	100

INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°03 se observa en relación a la percepción del peso en los adolescentes que, del total de adolescentes, el 53,1% (n=104) sobrestiman su peso corporal, el 34,1% (n=67) presentan una adecuada estimación de su peso corporal y el 12,8% (n=25) subestiman su peso corporal. Del total de mujeres, el 63,9% (n=69) sobrestiman su peso corporal, el 29,6% (n=32) tienen una estimación adecuada de su peso corporal y el 6,5% (n=7) subestiman su peso corporal. Del total de varones, el 39,7% (n=35) sobrestiman su peso corporal, el 39,8% (n=35) tienen una estimación adecuada de su peso corporal y el 20,5% (n=18) subestiman su peso corporal.

GRÁFICO N° 07
DISTRIBUCIÓN SEGÚN PERCEPCIÓN DEL PESO DE LOS
ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°03.

TABLA N° 04

**NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN LOS ADOLESCENTES
DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023**

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL	MUJERES		VARONES		TOTAL	
	N°	(%)	N°	(%)	N°	(%)
Satisfacción corporal	60	55,6	71	80,7	131	66,8
Insatisfacción corporal leve	20	18,5	14	15,9	34	17,3
Insatisfacción corporal moderada	11	10,2	2	2,3	13	6,6
Insatisfacción corporal severa	17	15,7	1	1,1	18	9,3
TOTAL	108	100	88	100	196	100

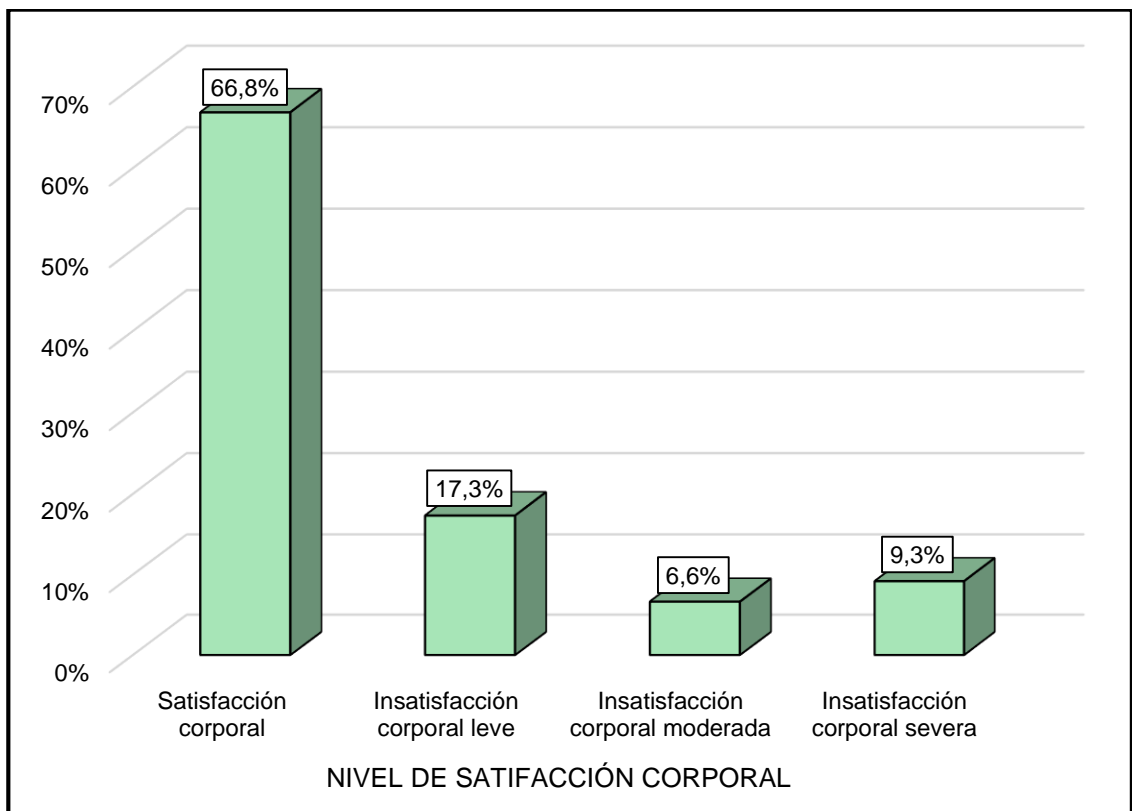
INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°04 se observa que, del total de adolescentes, el 66,8% (n=131) muestra satisfacción corporal, el 17,3% (n=34) presenta insatisfacción corporal leve, el 6,6% (n=13) insatisfacción corporal moderada y el 9,3% (n=18) insatisfacción corporal severa. También se encontró que, del total de mujeres, el 55,6% (n=60) manifiesta satisfacción corporal, el 18,5% (n=20), el 10,2% (n=11) y el 15,7% (n=17) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. Del total de varones, el 80,7% (n=71) manifiesta satisfacción corporal, el 15,9%

(n=14), el 2,3% (n=2) y el 1,1% (n=1) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente.

GRÁFICO N° 08

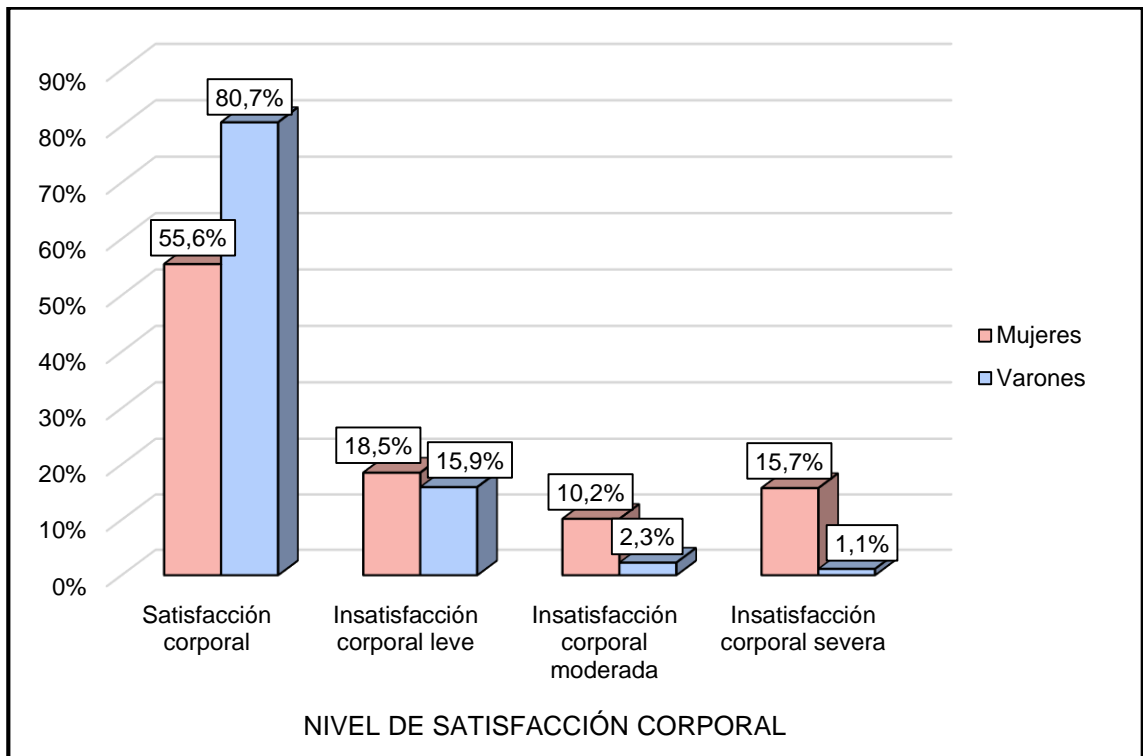
**DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL DE
LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, 2023**



Fuente: Tabla N°04.

GRÁFICO N° 09

DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL Y GÉNERO DE LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°04.

TABLA N° 05

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL SEGÚN EL COMPONENTE PERCEPTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL	MUJERES		VARONES		TOTAL	
	N°	(%)	N°	(%)	N°	(%)
Satisfacción corporal	20	18,5	35	39,8	55	28
leve	55	50,9	45	51,1	100	51
Insatisfacción corporal moderada	19	17,6	7	8	26	13,3
severa	14	13	1	1,1	15	7,7
TOTAL	108	100	88	100	196	100

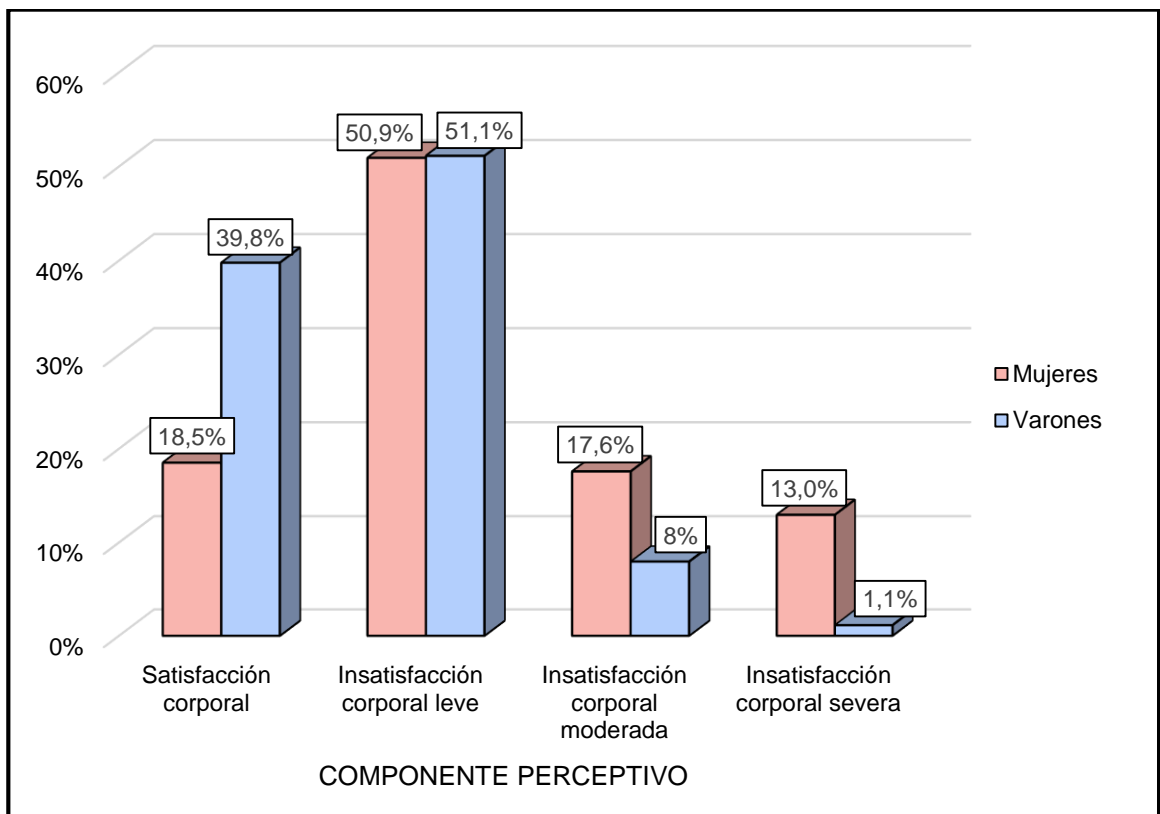
INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°05 se observa, en relación al componente perceptivo, del total de adolescentes, el 28% (n=55) muestra satisfacción corporal, el 51% (n=100) presenta insatisfacción corporal leve, el 13,3% (n=26) insatisfacción corporal moderada y el 7,7% (n=15) insatisfacción corporal severa. Del total de mujeres, el 18,5% (n=20) manifiesta satisfacción corporal, el 50,9% (n=55), el 17,6% (n=19) y el 13% (n=14) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. Del total de varones, el 39,8% (n=35) manifiesta satisfacción corporal, el 51,1%

(n=45), el 8% (n=7) y el 1,1% (n=1) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente.

GRÁFICO N° 10

DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN EL COMPONENTE PERCEPTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°05.

TABLA N° 06

**NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL SEGÚN EL COMPONENTE
COGNITIVO-AFECTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL
SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023**

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL	MUJERES		VARONES		TOTAL	
	N°	(%)	N°	(%)	N°	(%)
Satisfacción corporal	20	18,5	34	38,6	54	27,5
leve	51	47,2	43	48,9	94	48
Insatisfacción corporal						
moderada	20	18,5	9	10,2	29	14,8
severa	17	15,8	2	2,3	19	9,7
TOTAL	108	100	88	100	196	100

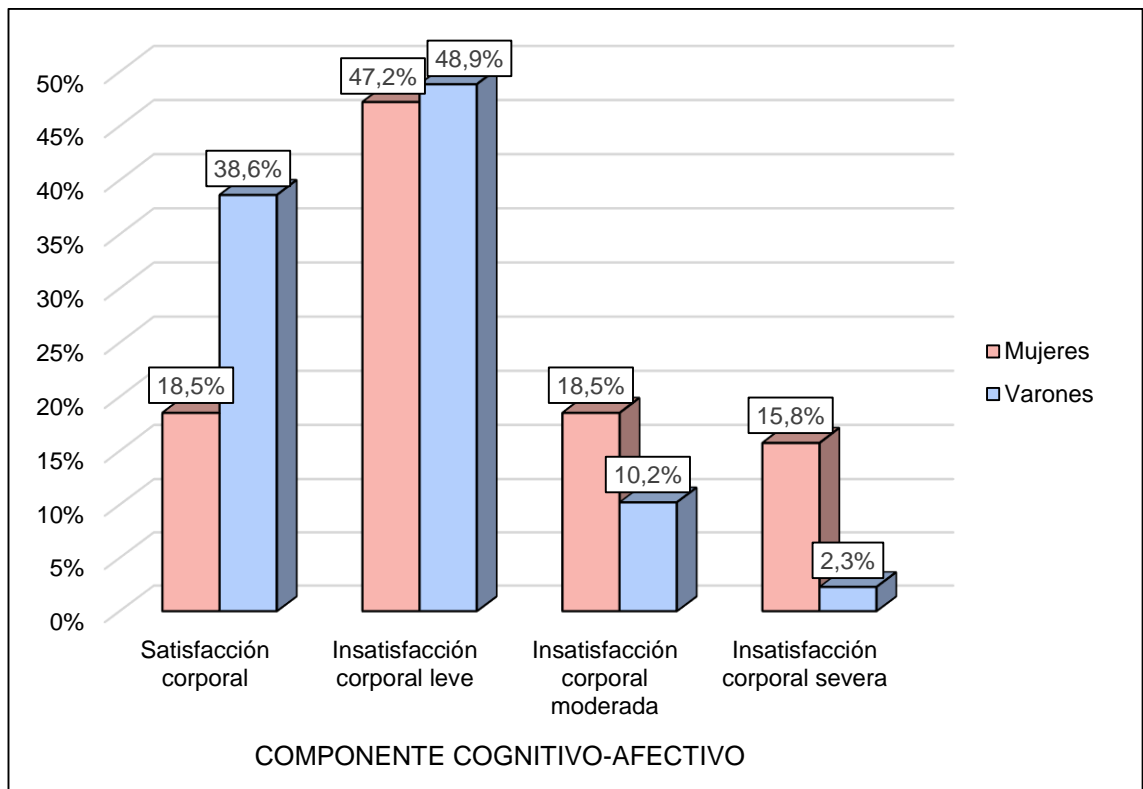
INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°06 se observa, en relación al componente cognitivo-afectivo, del total de adolescentes, el 27,5% (n=54) muestra satisfacción corporal, el 48% (n=94) presenta insatisfacción corporal leve, el 14,8% (n=29) insatisfacción corporal moderada y el 9,7% (n=19) insatisfacción corporal severa. Del total de mujeres, el 18,5% (n=20) manifiesta satisfacción corporal, el 47,2% (n=51), el 18,5% (n=20) y el 15,8% (n=17) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. Del total de varones, el 38,6% (n=34) manifiesta satisfacción corporal, el 48,9%

(n=43), el 10,2% (n=9) y el 2,3% (n=2) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente.

GRÁFICO N° 11

DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN EL COMPONENTE COGNITIVO-AFECTIVO EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°06.

TABLA N° 07

**NIVEL DE SATISFACCIÓN SEGÚN EL COMPONENTE CONDUCTUAL
EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, 2023**

NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL	MUJERES		VARONES		TOTAL	
	N°	(%)	N°	(%)	N°	(%)
Satisfacción corporal	18	16,7	30	34,1	48	24,5
leve	62	57,4	48	54,5	110	56,1
Insatisfacción corporal						
moderada	23	21,3	10	11,4	33	16,8
severa	5	4,6	0	0	5	2,6
TOTAL	108	100	88	100	196	100

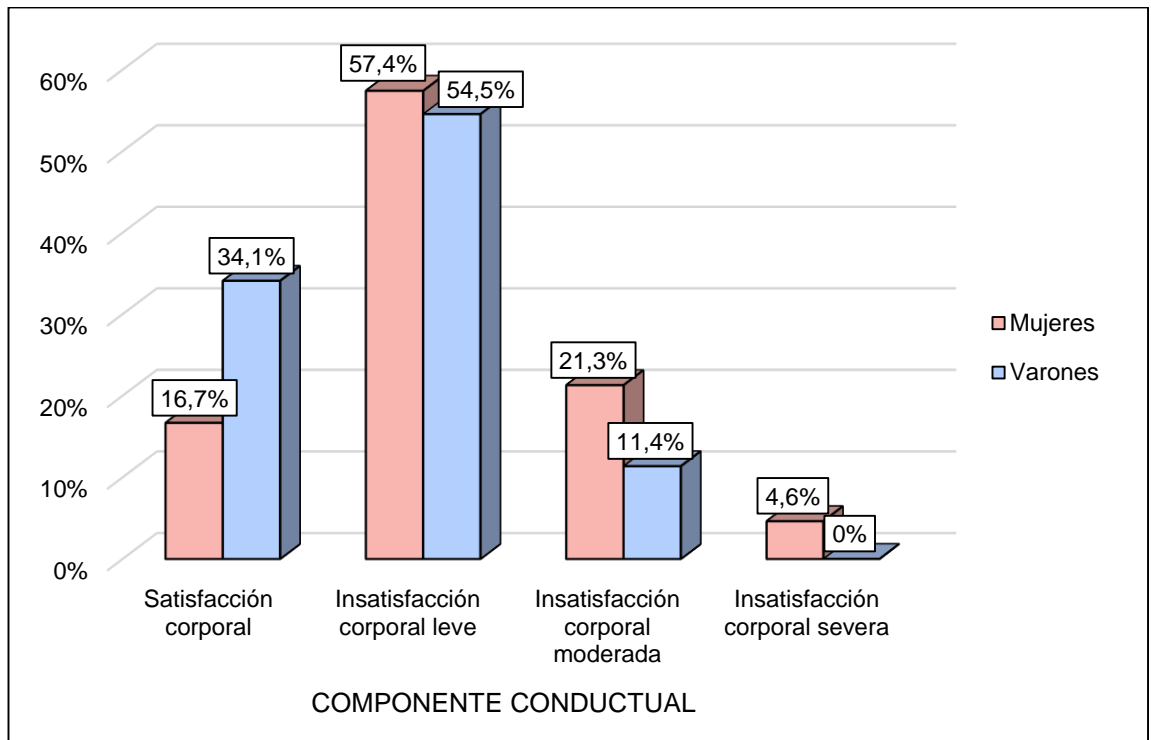
INTERPRETACIÓN:

En la Tabla N°07 se observa, en relación al componente conductual, del total de adolescentes, el 24,5% (n=48) muestra satisfacción corporal, el 56,1% (n=110) presenta insatisfacción corporal leve, el 16,8% (n=33) insatisfacción corporal moderada y el 2,6% (n=5) insatisfacción corporal severa. Del total de mujeres, el 16,7% (n=18) manifiesta satisfacción corporal, el 57,4% (n=62), el 21,3% (n=23) y el 4,6% (n=5) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. Del total de varones, el 34,1% (n=30) manifiesta satisfacción corporal, el 54,5%

(n=48), el 11,4% (n=10) y el 0% (n=0) presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente.

GRÁFICO N° 12

DISTRIBUCIÓN SEGÚN NIVEL DE SATISFACCIÓN CORPORAL EN EL COMPONENTE CONDUCTUAL EN LOS ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, 2023



Fuente: Tabla N°07.

4.2. DISCUSIÓN

La adolescencia es un período de grandes transformaciones y se caracteriza por la adopción de diferentes comportamientos que pueden o no favorecer la salud. Y en esta etapa de la vida, la forma en que los adolescentes perciben su cuerpo parece influir en algunos comportamientos y condiciones patológicas que tienen un gran impacto en la vida de los jóvenes, como el sobrepeso, la obesidad, los trastornos alimentarios y la depresión (104).

Los resultados del estudio muestran que el 53% de adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, poco más de la mitad, presentan un estado nutricional dentro del rango normal, sin embargo, existe 32,7% de adolescentes con sobrepeso y 13,3% con obesidad, es decir el 46% de adolescentes presenta un exceso de peso. Al comparar nuestro hallazgo con el último dato reportado por la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH) en 2019 que encuentra 24,8% de adolescentes con exceso de peso (19,3% con sobrepeso y 5,5% con obesidad) podemos afirmar que es casi el doble, diferencia que se explica debido a la tendencia creciente de sobrepeso y obesidad, sumado a que Tacna se encuentra en el primer lugar a nivel nacional en personas de todas las edades con exceso de peso con el 72,6% (37,9% con sobrepeso y 34,7% con obesidad) en 2022. Porcentajes muy similares de sobrepeso y obesidad en adolescentes arrojan las encuestas nacionales entre 2021 y 2022 de diferentes países

de Latinoamérica como lo son; Argentina con 36,4%, Chile y México con 35.5% y Venezuela con 34%, según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Por otro lado, según las estimaciones de la OMS en el Informe Regional Europeo sobre la obesidad en 2022, el sobrepeso y obesidad afectan al 24,9% de adolescentes, cifras menores a las registradas en América Latina puesto que si bien en gran parte del mundo las cifras aumentan de forma alarmante, los países de ingresos altos solo tienen al 13% de adolescentes con exceso de peso en todo el mundo pero los países de ingresos medianos a altos como lo son muchos de los países de América Latina, incluido Perú, tienen al 45% de adolescentes con exceso de peso según el Informe de Niveles y tendencias en malnutrición infantil de 2021 del Banco Mundial. Las principales causas, en Latinoamérica, se atribuyen al consumo de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas, las cuales son de fácil acceso, bajo costo y alta promoción en medios masivos, de acuerdo con la OPS, sin embargo, existen otras causas más particulares como la falta de conocimiento sobre una dieta balanceada ya que se incluye en las comidas un exceso de alimentos como cereales y harinas, además en las escuelas existe un fácil acceso a alimentos con bajo valor nutricional (72). Existen también estereotipos culturales como la normalización de la obesidad evidente en la población de América Latina, incluso persiste la idea adoptada por los padres de que un niño con sobrepeso está saludable. Finalmente es

importante también reconocer que el bajo nivel de vida perpetúa el sobrepeso y obesidad, pues al menos 131 millones de personas en la región carecen de una buena economía para acceder a una dieta saludable debido al costo alto que conlleva según el Informe del Panorama Regional de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de la OPS y la OMS (105).

Se evidencia en los varones una mayor tendencia a la obesidad con un 15,9% y al exceso de peso en general respecto a las mujeres, lo cual va de acuerdo con Martini et al. (41) que evidencian que los hombres tenían también mayores porcentajes de sobrepeso y obesidad, del 17,1% y 13,3% respectivamente, en comparación a las mujeres, lo cual es incluso menor que los hallazgos previos informados por Jalali-Farahani et al. (40) que indicaron que el 26,7% de las mujeres y 34,5% de los varones tenían sobrepeso u obesidad. Una razón probable de la mayor frecuencia de sobrepeso y obesidad en los niños frente a las niñas pese a que los niños tienen un porcentaje un poco más elevado de actividad física adecuada es que también existan otras causas que podrían estar relacionadas, como el comportamiento de "supervisión" de los padres, que incluye el factor de "restricción" para las niñas y el factor de "presión para comer" para los niños (67). Los padres, especialmente las madres, tienden a mostrar una mayor restricción y control maternal sobre la dieta de las niñas, pero no de los niños, por lo que es más probable que los niños coman más calorías en las comidas principales y los refrigerios. Además, según la evidencia existente,

los niños pasan más tiempo frente a las pantallas viendo la televisión y jugando juegos de computadora, lo que puede resultar en una mayor ingesta de calorías y menor movimiento y, en consecuencia, más posibilidades de aumentar de peso (31).

La investigación presente muestra que el 50% de adolescentes varones tiene un estado nutricional dentro del rango normal y el 54,5% realiza actividad física adecuada. Así mismo, los varones con un exceso de peso del 47,7% y con un porcentaje de actividad física inadecuada similar del 45,5%. Una posible explicación del hallazgo de estos porcentajes parecidos sería que los varones consideren la actividad física como una herramienta para mantener un peso saludable, así también que las opciones de actividad física que ofrece la escuela son lo bastante favorables para que consideren esto probable. Por otro lado, en cuanto al estado nutricional de las mujeres, a pesar de tener un mayor porcentaje del 55,6% dentro del rango normal, solo presentan un 46,3% de mujeres que realizan actividad física adecuada. La explicación a esta diferencia de este casi 10% de mujeres que presenta un peso normal que no corresponde al porcentaje de mujeres que realizan actividad física adecuada podría ser que están utilizando otros métodos para mantener un peso adecuado, incluidos quizás comportamientos no saludables.

La obesidad es uno de los condicionantes que mayormente afectan el autoconcepto de la imagen corporal durante la infancia y adolescencia.

En la actualidad, los estándares de belleza son muy marcados y se enfatiza un cuerpo delgado o atlético a un cuerpo con sobrepeso. Un adolescente con sobrepeso u obesidad probablemente se sienta insatisfecho con su imagen corporal debido al rechazo social al que se enfrenta generando actitudes negativas hacia el propio cuerpo (71).

Por otra parte, como era de esperar el 63,9% de las mujeres, son quienes mayormente sobreestiman su peso corporal y desearían pesar menos mientras que los varones tienen principalmente una estimación adecuada con un 39,8% e incluso contrariamente son quienes más subestiman su peso corporal representando un 20,5%. Estos resultados son respaldados parcialmente por Jankauskiene y Baceviciene (37) quienes afirman que el 55,4% de las mujeres sobreestimaron el peso corporal con más frecuencia que los varones, mientras que más varones demostraron subestimar el peso corporal con 61,2% pero en lo que difiere es en que la población femenina demostró con mayor frecuencia una estimación adecuada del peso corporal en comparación con los varones. Carvalho et al. (43) observaron de la misma manera que la sobreestimación de su peso era más probable en las mujeres que en los varones. Esta diferencia entre sexos puede estar influenciada por el énfasis socialmente aceptado en el atractivo físico y la internalización de la delgadez para las mujeres y el cuerpo musculosos y atlético para los hombres asociándolos con la belleza y el éxito (106). Otro detalle que llama la atención es que

debido a que los varones subestiman su peso corporal con mayor frecuencia quizás también explicaría la mayor tendencia de los hombres a la obesidad. Para ambos sexos, esto entra en conflicto con los cambios corporales sufridos durante este período de la vida. Debido a estas brechas, las estrategias que involucren una mejor percepción y aceptación corporal entre los adolescentes deben ser conducidas de manera diferente para cada género.

La imagen corporal es una construcción sumamente compleja que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo, así como de cada una de sus partes, además del movimiento y límites de este, la experiencia subjetiva de actitudes, cogniciones, sentimientos y valoraciones que hacemos o sentimos y finalmente las conductas que adoptamos derivadas de las percepciones y sentimientos que experimentamos (4).

En los resultados del estudio se expone que más de la mitad de adolescentes presentan satisfacción corporal representando un 66,8% seguido de un nivel de insatisfacción leve, severa y moderadamente respectivamente. De forma similar en la investigación de Huacasi V. (49) existen 73,3% de adolescentes con satisfacción corporal subsiguiente de un nivel de insatisfacción corporal leve de 14,5%, severo de 7,8% y moderado de 4,4%, así mismo, Condori. (48) con 68,2% de adolescentes con satisfacción corporal solo difiere con nuestro patrón en un nivel de

insatisfacción corporal moderado mayor al severo. En contraste Mera M. (6) solo percibió a 24% de adolescentes con satisfacción corporal, poco menos de la tercera parte de su población de estudio, mientras que el 76% alcanzo niveles de insatisfacción extrema. Esta discrepancia podría explicarse debido a la diferencia en la población de ambos estudios, Mera M. solo abarca a adolescentes de entre 13 a 15 años de únicamente el tercer año mientras que nuestra investigación estudia a adolescentes con un rango de edad de 12 a 17 años de los cinco grados del nivel secundario y los cambios puberales en los adolescentes mayores los exponen a mayores porcentajes de insatisfacción corporal (19). A nivel internacional Carvalho et al. (43) encuentran también una alta prevalencia de insatisfacción corporal del 75,1% entre los adolescentes, alrededor de las tres cuartas partes de la muestra estudiada afirmó desear una silueta corporal diferente a la autopercebida. De la misma forma se han encontrado tasas de prevalencia del 60% en los EE. UU, con tasas de prevalencia igualmente altas en otras naciones occidentalizadas como Australia (107). Estos hallazgos está en línea con la tendencia de altas frecuencias de insatisfacción corporal entre los adolescentes, independientemente del método de evaluación, demostrada en países industrializados y occidentalizados, hasta el punto en que la insatisfacción corporal se considera la norma y no la excepción, siendo denominado "descontento normativo" en la década de 1980 debido sobre todo a una mayor industria

publicitaria y de medios de comunicación que hegemonizan los ideales del cuerpo y la belleza, sin embargo el comienzo del siglo XXI marcó el inicio de la abrumadora expansión de la insatisfacción corporal en numerosos países fuera del mundo occidental que sigue creciendo cada vez más (108,109).

Un punto resaltante que encontramos fue que el mismo porcentaje del 55,6% de mujeres que presentan satisfacción corporal presentan un estado nutricional dentro del rango normal, esto es muy bueno pues tendría implicaciones importantes para la salud pública, la promoción de la salud y la educación ya que podría integrarse e impulsarse la prevención de la insatisfacción corporal con el sobrepeso y obesidad para evitar una gama de problemas de salud como los trastornos de la conducta alimentaria. Sin embargo, aunque solo el 50% de varones tienen un estado nutricional en el rango normal, el 80% se siente satisfecho, esto probablemente debido a que, según el Observatorio de Nutrición y Estudio del Sobrepeso y Obesidad del Perú, la obesidad masculina se sigue viendo por la sociedad como algo excusable e incluso se usan términos para desculpabilizar el sobrepeso en los hombres (110). Por otro lado, es importante también recalcar que la insatisfacción corporal no es característica sólo de adolescentes con exceso de peso. Los estudios por Pauldo y Dalpabel (111) indican que los adolescentes eutróficos o con bajo peso también tienen insatisfacción corporal pues según lo informado, entre los individuos

clasificados como eutróficos, el 34,6% de ellos estaban insatisfechos con su imagen corporal y, entre los adolescentes clasificados como estado nutricional de bajo peso, el 21,2% deseaba estar aún más delgado.

Por otro lado, al realizar las comparaciones entre sexos son las mujeres las que tienen porcentajes significativamente más altos de insatisfacción corporal de forma global y en todos los niveles siendo muy marcado incluso en su forma más severa con 15,7% a diferencia de sus contrapartes masculinos que tienen un nivel de satisfacción corporal de 80,7%. Estos resultados son respaldados del mismo modo por Apaza A. (45) que también indica en la población femenina porcentajes mayores en todos los niveles de insatisfacción corporal contrariamente a los varones en quienes el 81% presenta satisfacción corporal. Fantineli et al. (42) también encuentra que el grado de insatisfacción corporal severa está más presente en las niñas con 17,8% en comparación con los niños con 5,2%. El mayor porcentaje de insatisfacción corporal en las mujeres probablemente debido al hecho de que las adolescentes están más preocupadas por la apariencia, le dan mucha importancia a ser esbeltas y están más atentas e influenciadas por la publicidad y las opiniones de los amigos, mientras que los varones interiorizan su ideal de cuerpos más grandes además de no expresar sus preocupaciones corporales (112).

En el componente perceptivo que hace referencia a la evaluación de la imagen que los adolescentes tienen en su mente de cómo creen que se

ve su cuerpo, observamos que solo el 28% de los adolescentes presenta satisfacción corporal, es decir, una percepción adecuada de su imagen corporal, en línea con esto, Vargas V. (113) también encuentra solo 29,3% de satisfacción corporal en este mismo componente. Es preocupante el 51%, 13,3% y 7,7% de adolescentes con insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente en el componente perceptivo del estudio presente, así como el 26,5%, 24,5% y 19,7% hallado por Vargas V. (113) de insatisfacción corporal leve, moderada y severa, puesto que los adolescentes que corresponden con estos porcentajes estarían presentando en menor o mayor medida inexactitudes en la percepción de su imagen corporal lo cual se relaciona principalmente con trastornos clínicos, particularmente los trastornos alimentarios en los que existe una percepción distorsionada de la imagen del propio cuerpo (114).

Del mismo modo, en el componente perceptivo, el 39,8% de los varones están satisfechos y el mismo porcentaje tiene una estimación adecuada del peso corporal lo que podría decirnos que más varones perciben de forma adecuada su imagen corporal en comparación con las mujeres quienes solo presentan un 18,5% de satisfacción corporal y tienen los porcentajes más altos de insatisfacción corporal moderada y severa en esta dimensión, del 17,6% y 13% respectivamente.

Por otra parte, respecto al componente cognitivo-afectivo que refleja cómo los adolescentes evalúan de manera positiva o negativa su cuerpo

que incluye las creencias respecto al atractivo corporal, así como los sentimientos que experimentan como resultado. Se encontró que solo el 27,5% de los adolescentes presentan satisfacción corporal a causa de una evaluación positiva de su imagen corporal, así como sentimientos de comodidad y orgullo. Al margen de esto, el 48%, 14,8% y 9,7% de los adolescentes presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente, debido a una evaluación negativa de la imagen corporal asociada a una preocupación considerable, distorsiones cognitivas, sentimientos de ansiedad, vergüenza y disgusto. En el estudio de Córdova L. (44) esto es aún más alarmante puesto que solo el 4% presenta satisfacción corporal mientras el 34%, 55% y 7% tienen insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente. La razón de la mayor frecuencia de una evaluación y sentimientos negativos es por la relación con su imagen corporal que dista sobremanera del modelo social propuesto y el consiguiente deseo de imitar y asemejarse a dichos modelos estaría favoreciendo el incremento de trastornos de la imagen corporal (60).

Se demuestra también que las mujeres son quienes presentan porcentajes más elevados de insatisfacción corporal en esta dimensión, diferencia que se hace mayor particularmente en los niveles moderado y severo del 18,5% y 15,8% respectivamente. Esto se explica por la influencia que conlleva la “cultura de la delgadez” sobre la mujer que es superior que la que ejerce sobre el hombre. Solo el 18,5% de las adolescentes se

encuentran satisfechas debido a una valoración y sentimientos positivos, pero si bien una parte lo está debido a la aceptación que tiene de su imagen corporal independientemente si se ajusta o no a los ideales, otra parte puede que tenga el mismo resultado solo porque encaja mucho más con el modelo hegemónico. Es importante señalar que el problema radica en que el prototipo de cuerpo ideal que hegemonizan los medios cambia a lo largo del tiempo, pero cualquiera que sea, en cualquier momento histórico, siempre habrá una pequeña minoría de mujeres que puedan encajar en ese ideal utópico, este pequeño grupo creará tener razones para autovalorarse positivamente, mientras que las que se alejen de él padecerán y sufrirán una autoestima baja (114) .

El componente conductual evalúa los comportamientos que reflejan la percepción, pensamientos y sentimientos positivos o negativos sobre la imagen corporal. En el estudio se encuentra que el 56,1%, 16,8% y 2,6% presentan insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente, es decir, el 75,5% de los adolescentes realiza acciones que van desde ocultar su cuerpo o partes de su cuerpo con ropa debido a la vergüenza y evitar situaciones que expongan su cuerpo, hasta otras prácticas no saludables como realizar dietas restrictivas, autoinducirse el vómito y tomar pastillas y laxantes para perder peso. De igual manera, el estudio de Saavedra M. (47) también encuentra números alarmantes del 44%, 33,5% y 12,4% de insatisfacción corporal leve, moderada y severa

respectivamente. La explicación se debe a que los adolescentes adoptan estas conductas para manejar y/o enfrentar ideas y emociones angustiantes sobre la imagen corporal con la finalidad de adaptarse a las condiciones ambientales, esto mediante el refuerzo negativo porque permiten a las personas escapar, reducir o regular temporalmente la incomodidad de la imagen corporal en presencia de otros. Los porcentajes según el género, en el componente conductual, evidencian que las mujeres más frecuentemente también presentan insatisfacción corporal sobre todo en un nivel moderado y severo del 21,3% y 4,6% respectivamente a diferencia de sus contrapartes masculinos. En línea con nuestros resultados, el estudio de Saavedra M. (47) también encuentra números alarmantes del 44%, 33,5% y 12,4% de insatisfacción corporal leve, moderada y severa respectivamente así como una tendencia menor de satisfacción corporal de solo 7,8% a diferencia de los varones con 13,2%.

Para finalizar, es importante señalar, que una fortaleza importante de este estudio es la posibilidad de investigar tanto la insatisfacción corporal como la sobrestimación y subestimación del peso, ya que facilitó la identificación de subgrupos de riesgo diferentes. Esta investigación tiene algunas limitaciones: 1) El uso de información autorreportada sobre peso y talla en adolescentes en constante estado de transformación corporal, con un rápido crecimiento y desarrollo físico, sin embargo, estudios han reportado un buen nivel de concordancia entre el peso y la talla medidos e

informados en esta población, considerando válido el uso de información auto-reportada en estudios epidemiológicos. 2) El bajo número de adolescentes clasificados con delgadez, sobrepeso y obesidad que limitó una descripción mucho más detallada. Es importante reconocer también que el IMC no evalúa la grasa corporal ni el músculo, esto quiere decir que no es un indicador muy preciso de la grasa corporal y, en consecuencia, del peso corporal saludable por lo que en futuros estudios se pueden incluir otros parámetros como la circunferencia de la cintura.

CONCLUSIONES

1. La mayoría de los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna presentan satisfacción corporal, seguido de un menor porcentaje de adolescentes con insatisfacción leve, severa y moderada respectivamente.
2. Más de la mitad de los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna presentan un estado nutricional en el rango normal y a su vez la mitad de los adolescentes tiene un nivel adecuado de actividad física.
3. Las adolescentes mujeres del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, en su mayoría, sobreestiman su peso corporal, mientras que los adolescentes varones tienen una estimación adecuada de su peso corporal en un mayor porcentaje.

RECOMENDACIONES

1. Se sugiere a los docentes que participan de la formación académica, enfatizar en el tema de la imagen corporal en los horarios de tutoría a modo de intervenciones educativas para así apoyar el desarrollo de una imagen corporal positiva en todos los adolescentes y reportar casos de estudiantes que presenten algún indicador de riesgo al área de psicología, para su posterior seguimiento.
2. A las autoridades educativas se sugiere la coordinación respectiva con el Centro de Salud La Esperanza para la implementación de actividades preventivos promocionales con educación sobre la salud basados en el fortalecimiento de la aceptación de la imagen corporal, esto mediante charlas, talleres y entrega de boletines informativos.
3. Al personal de psicología de la institución educativa, se recomienda hacer mayor hincapié en la identificación de signos de alarma de las alteraciones de la imagen corporal para combatir y reducir los niveles de insatisfacción corporal, evitando así la aparición de trastornos clínicos, particularmente los trastornos alimentarios, teniendo en cuenta las diferencias culturales de género, las creencias con respecto a su atractivo corporal y otros aspectos aquí investigados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Toselli S, Rinaldo N, Mauro M, Grigoletto A, Zaccagni L. Body Image Perception in Adolescents: The Role of Sports Practice and Sex. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 16 de noviembre de 2022 [citado 18 de julio de 2023];19(22):15119. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9690021/>
2. Al-Musharaf S, Rogoza R, Mhanna M, Soufia M, Obeid S, Hallit S. Factors of body dissatisfaction among lebanese adolescents: the indirect effect of self-esteem between mental health and body dissatisfaction. *BMC Pediatr* [Internet]. 23 de mayo de 2022 [citado 18 de julio de 2023];22:302. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9125344/>
3. Toselli S, Grigoletto A, Zaccagni L, Rinaldo N, Badicu G, Grosz WR, et al. Body image perception and body composition in early adolescents: a longitudinal study of an Italian cohort. *BMC Public Health* [Internet]. 12 de julio de 2021 [citado 18 de julio de 2023];21:1381. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8274004/>
4. Toselli S, Zaccagni L, Rinaldo N, Mauro M, Grigoletto A, Maietta Latessa P, et al. Body Image Perception in High School Students: The Relationship with Gender, Weight Status, and Physical Activity. *Children* [Internet]. 10 de enero de 2023 [citado 18 de julio de 2023];10(1):137. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9856625/>
5. Contiero M, de Assumpção D, Barros MB de A, Mattei J, Barros A de A. Prevalence of body weight dissatisfaction among adolescents: a systematic review. *Rev Paul Pediatr* [Internet]. [citado 6 de septiembre

de 2023];41:e2021204. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9467670/>

6. Mera D. Insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de 3° grado de secundaria de la Institución Educativa Nacional de Chiclayo, 2019 [Internet] [Título de licenciado en Psicología]. [Lambayeque, Perú]: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2020 [citado 11 de julio de 2021]. Disponible en: https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2813/1/TL_MeraMeraDanly.pdf
7. Bordeleau M, Gilbert JA, Alméras N, Monthuy-Blanc J, Gagnon J, Mathieu MÉ, et al. Body image and health-related behaviors among fitspirit participants. *BMC Public Health* [Internet]. 17 de septiembre de 2022 [citado 18 de julio de 2023];22:1764. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9482173/>
8. Zaccagni L, Rinaldo N, Bramanti B, Mongillo J, Gualdi-Russo E. Body image perception and body composition: assessment of perception inconsistency by a new index. *J Transl Med* [Internet]. 2020 [citado 18 de julio de 2023];18. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6961355/>
9. Moradi M, Mozaffari H, Askari M, Azadbakht L. Association between overweight/obesity with depression, anxiety, low self-esteem, and body dissatisfaction in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Crit Rev Food Sci Nutr* [Internet]. 28 de septiembre de 2020 [citado 6 de julio de 2021];0(0):1-16. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/10408398.2020.1823813>
10. Jalali-Farahani S, Amiri P, Zarani F, Azizi F. The main physical components of body image from the perspectives of Iranian

- adolescents: a qualitative study. *BMC Public Health* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021];21:78. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7791799/>
11. Dias S, Lages M, Frontini R, Luís L, Dixe M, Sousa P. Association Between Food Choices Motivators and Physical Activity in Body Image (dis)Satisfaction in Portuguese Adolescents. *Front Public Health* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021];9:651228. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8213024/>
 12. Shoraka H, Amirkafi A, Garrusi B. Review of Body Image and some of Contributing Factors in Iranian Population. *Int J Prev Med* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];10:19. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6390429/>
 13. Balciuniene V, Jankauskiene R, Baceviciene M. Effect of an education and mindfulness-based physical activity intervention for the promotion of positive body image in Lithuanian female students. *Eat Weight Disord* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021];1-15. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8056191/>
 14. Giacomo D, Ranieri J, Fiasca F, Mattei A. Lifestyle, body mass index and wellness in youth: Strengthens and weakness in Italian youth. *Health Psychol Res* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];7(1):8035. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6763709/>
 15. De Vries DA, Vossen HGM, van der Kolk – van der Boom P. Social Media and Body Dissatisfaction: Investigating the Attenuating Role of Positive Parent–Adolescent Relationships. *J Youth Adolesc* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];48(3):527-36. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6394528/>

16. Laudańska-Krzemińska I, Krzysztozek J, Naczek M, Gajewska E. Physical Activity, Physical Fitness and the Sense of Coherence—Their Role in Body Acceptance among Polish Adolescents. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020 [citado 7 de julio de 2021];17(16):5791. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7460119/>
17. Meyer S, Weidmann R, Grob A. The mirror's curse: Weight perceptions mediate the link between physical activity and life satisfaction among 727,865 teens in 44 countries. *J Sport Health Sci* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021];10(1):48-54. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7856557/>
18. Sundgot-Borgen C, Bratland-Sanda S, Engen KME, Pettersen G, Friberg O, Torstveit MK, et al. The Norwegian healthy body image programme: study protocol for a randomized controlled school-based intervention to promote positive body image and prevent disordered eating among Norwegian high school students. *BMC Psychol* [Internet]. 6 de marzo de 2018 [citado 7 de julio de 2021];6:8. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5840729/>
19. Zhang Y, Li T, Yao R, Han H, Wu L, Wu X, et al. Comparison of Body-Image Dissatisfaction Among Chinese Children and Adolescents at Different Pubertal Development Stages. *Psychol Res Behav Manag* [Internet]. 2020 [citado 7 de julio de 2021];13:555-62. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7360414/>
20. Rêgo ALV, Pereira RA, de Oliveira AJ, Lopes CS. Indicators of adiposity with low body esteem in adolescents. *Rev Paul Pediatr*

[Internet]. 2020 [citado 7 de julio de 2021];38:e2018383. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7077795/>

21. Wang Y, Lynne SD, Witherspoon D, Black MM. Longitudinal bidirectional relations between body dissatisfaction and depressive symptoms among Black adolescents: A cross-lagged panel analysis. PLoS ONE [Internet]. 30 de enero de 2020 [citado 5 de julio de 2021];15(1):e0228585. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6992219/>
22. Ren L, Xu Y, Guo X, Zhang J, Wang H, Lou X, et al. Body image as risk factor for emotional and behavioral problems among Chinese adolescents. BMC Public Health [Internet]. 2018 [citado 7 de julio de 2021];18:1179. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6192148/>
23. Morales C. Organización Panamericana de la Salud. 2021 [citado 25 de julio de 2021]. Recomendaciones de OPS/OMS para hacer frente a la obesidad en México- OPS/OMS. Disponible en:
<https://www.paho.org/es/noticias/1-3-2021-recomendaciones-opsoms-para-hacer-frente-obesidad-mexico>
24. Regnier F, Le Bihan E, Tichit C, Baumann M. Adolescent Body Dissatisfaction in Contrasting Socioeconomic Milieus, Coming from a French and Luxembourgish Context. Int J Environ Res Public Health [Internet]. enero de 2020 [citado 7 de julio de 2021];17(1):61. Disponible en:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6982110/>
25. Van Mierlo LA, Scheffers M, Koning I. The relative relation between body satisfaction, body investment, and depression among dutch emerging adults. J Affect Disord [Internet]. 1 de enero de 2021 [citado

11 de julio de 2021];278:252-8. Disponible en:
<https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S0165032720327294>

26. Observatorio de Nutrición y del Estudio del Sobrepeso y la Obesidad [Internet]. 2018 [citado 25 de julio de 2021]. Perú es el tercer país de la región en obesidad y sobrepeso. Disponible en:
<https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/272-peru-es-el-tercer-pais-de-la-region-en-obesidad-y-sobrepeso>
27. Instituto Nacional de Salud [Internet]. 2019 [citado 25 de julio de 2021]. Más del 60% de peruanos mayores de 15 años de siete regiones padecen de exceso de peso. Disponible en:
<http://web.ins.gob.pe/index.php/es/prensa/noticia/mas-del-60-de-peruanos-mayores-de-15-anos-de-siete-regiones-padecen-de-exceso-de>
28. ¡Cuidado! la obesidad aumenta el riesgo de muerte y complicaciones en pacientes con covid-19. Editora Perú. 28 de enero de 2021 [citado 25 de julio de 2021]; Disponible en:
<https://elperuano.pe/noticia/114272-cuidado-la-obesidad-aumenta-el-riesgo-de-muerte-y-complicaciones-en-pacientes-con-covid-19>
29. Gobierno del Perú. Minsa: 15 millones de personas tienen sobrepeso y obesidad [Internet]. 2022 [citado 18 de julio de 2023]. Disponible en:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/634511-minsa-15-millones-de-personas-tienen-sobrepeso-y-obesidad>
30. Bray I, Slater A, Lewis-Smith H, Bird E, Sabey A. Promoting positive body image and tackling overweight/obesity in children and adolescents: A combined health psychology and public health approach. *Prev Med* [Internet]. 2018;116:219-21. Disponible en:

<https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S0091743518302421>

31. Solano-Pinto N, Sevilla-Vera Y, Fernández-Cézar R, Garrido D. Can Parental Body Dissatisfaction Predict That of Children? A Study on Body Dissatisfaction, Body Mass Index, and Desire to Diet in Children Aged 9–11 and Their Families. *Front Psychol* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021];12:650744. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8044941/>
32. Duarte LS, Palombo CNT, Solis-Cordero K, Kurihayashi AY, Steen M, Borges ALV, et al. La asociación entre la insatisfacción con el peso corporal con conductas alimentarias poco saludables y la falta de actividad física en adolescentes: una revisión sistemática. *J Child Health Care* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021];25(1):44-68. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/1367493520904914>
33. Pinho L de, Brito MFSF, Silva RRV, Messias RB, Silva CS de O e, Barbosa DA, et al. Perception of body image and nutritional status in adolescents of public schools. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];72:229-35. Disponible en: <http://www.scielo.br/j/reben/a/NcmxvskW4NKTtpcXkLJ5DZz/?lang=en>
34. Moehlecke M, Blume CA, Cureau FV, Kieling C, Schaan BD. Self-perceived body image, dissatisfaction with body weight and nutritional status of Brazilian adolescents: a nationwide study. *J Pediatr (Rio J)* [Internet]. 2020 [citado 5 de julio de 2021];96(1):76-83. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755718305035>

35. Dos Santos RRG, Forte GC, Mundstock E, Amaral MA, da Silveira CG, Amantéa FC, et al. Body composition parameters can better predict body size dissatisfaction than body mass index in children and adolescents. *Eat Weight Disord - Stud Anorex Bulim Obes* [Internet]. 1 de octubre de 2020 [citado 7 de julio de 2021];25(5):1197-203. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00750-4>

36. Gomes MLB, Tornquist L, Tornquist D, Caputo EL. Body image is associated with leisure-time physical activity and sedentary behavior in adolescents: data from the Brazilian National School-based Health Survey (PeNSE 2015). *Braz J Psychiatry* [Internet]. 2021 [citado 7 de julio de 2021]; Disponible en: <http://www.scielo.br/j/rbp/a/7ScBYHtGXpbNsRh7jzgFvRt/?lang=en>

37. Jankauskiene R, Baceviciene M. Body Image Concerns and Body Weight Overestimation Do Not Promote Healthy Behaviour: Evidence from Adolescents in Lithuania. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2019 [citado 11 de julio de 2021];16(5):864. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/5/864>

38. Kantanista A, Król-Zielińska M, Borowiec J, Osiński W. Is Underweight Associated with more Positive Body Image? Results of a Cross-Sectional Study in Adolescent Girls and Boys. *Span J Psychol* [Internet]. 2017 [citado 23 de julio de 2021];20. Disponible en: <https://www.cambridge.org/core/journals/spanish-journal-of-psychology/article/is-underweight-associated-with-more-positive-body-image-results-of-a-crosssectional-study-in-adolescent-girls-and-boys/00141A751DB5569FF6C1C1A037465844>

39. Fernández-Bustos JG, Infantes-Paniagua Á, Gonzalez-Martí I, Contreras-Jordán OR. Body Dissatisfaction in Adolescents:

Differences by Sex, BMI and Type and Organisation of Physical Activity. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];16(17):3109. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6747120/>

40. Jalali-Farahani S, Abbasi B, Daniali M. Weight associated factors in relation to health-related quality of life (HRQoL) in Iranian adolescents. *Health Qual Life Outcomes* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];17:3. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6322246/>
41. Martini MCS, Assumpção D de, Barros MB de A, Barros A de A. Dissatisfaction with body weight and nutritional status among adolescents: population-based study in the city of Campinas, São Paulo, Brazil. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2020 [citado 7 de julio de 2021];25:967-75. Disponible en: <http://www.scielo.br/j/csc/a/6mtwKkz4ctVphvYLYrgmB7s/?lang=en>
42. Fantineli ER, Silva MP da, Campos JG, Malta NA, Pacífico AB, Campos W de. Imagem corporal em adolescentes: associação com estado nutricional e atividade física. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2020 [citado 5 de julio de 2021];25:3989-4000. Disponible en: <http://www.scielo.br/j/csc/a/ypMXRfFfZpdVfVHGyjQXDcG/?lang=pt>
43. Carvalho GX de, Nunes APN, Moraes CL, Veiga GV da. Body image dissatisfaction and associated factors in adolescents. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2020 [citado 5 de julio de 2021];25:2769-82. Disponible en: <http://www.scielo.br/j/csc/a/qf7QbHsJKZYy5RnRkZhL4LF/?lang=en>
44. Córdova Leque D. Nivel de satisfacción e insatisfacción de los adolescentes respecto a su imagen corporal en la Institución Educativa

- Secundaria Emblemática María Auxiliadora de Peru, 2017 [Internet] [Título profesional de licenciada en enfermería]. [Puno, Perú]: Universidad Nacional del Altiplano; 2017. Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/6178>
45. Apaza Y. Estado nutricional e imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 “Emilio Romero Padilla” Puno-2016 [Internet] [Título profesional de licenciada en enfermería]. [Puno, Perú]: Universidad Nacional del Altiplano; 2017 [citado 23 de julio de 2021]. Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3434/Apaza_Aquise_Yaneth.pdf?sequence=1&isAllowed=y
46. Huamani E. (In)satisfacción de la imagen corporal de los adolescentes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Manuel Gonzáles Prada en Los Olivos, 2018 [Internet] [Título profesional de licenciada en enfermería]. [Lima, Perú]: Universidad César Vallejo; 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27985/Huamani_REC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
47. Saavedra Mermao K. Insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes hombres y mujeres del nivel secundario de instituciones educativas públicas, Los Olivos, Lima, 2019 [Internet] [Título de licenciado en Psicología]. [Lima, Perú]: Universidad César Vallejo; 2019. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41592/Saavedra_MKC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
48. Condori Fernandez MS. Percepción de la imagen corporal y transtornos de conducta alimentaria en alumnas de 3ro y 4to de

secundaria de la Institución Educativa Francisco Antonio de Zela, Tacna 2015 [Internet]. [Tacna, Perú]: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2017 [citado 18 de enero de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/982>

49. Huacasi Vargas DF. Relación entre autoestima y percepción de la imagen corporal en alumnas del tercer año de educación secundaria de la I.E. Santísima Niña María en el año 2016 de distrito de Tacna [Internet]. [Tacna, Perú]: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2017 [citado 18 de enero de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/2788>
50. de Araujo TS, Barbosa Filho VC, Gubert F do A, de Almeida PC, Martins MC, Carvalho QG da S, et al. Factores asociados a la percepción de la imagen corporal en estudiantes brasileños de áreas de bajo índice de desarrollo humano. *J Sch Nurs* [Internet]. 1 de diciembre de 2018 [citado 7 de julio de 2021];34(6):449-57. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/1059840517718249>
51. Borinsky S, Gaughan JP, Feldman-Winter L. Perceived overweight/obesity, low resilience, and body size dissatisfaction among adolescents. *Obes Res Clin Pract* [Internet]. 1 de septiembre de 2019 [citado 7 de julio de 2021];13(5):448-52. Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S1871403X19302339>
52. Bašková M, Holubčíková J, Baška T. Body-Image Dissatisfaction and Weight-Control Behaviour in Slovak Adolescents. *Cent Eur J Public Health* [Internet]. 10 de octubre de 2017 [citado 7 de julio de 2021];25(3):216-21. Disponible en: <http://cejph.szu.cz/doi/10.21101/cejph.a4724.html>

53. Baker JH, Higgins Neyland MK, Thornton LM, Runfola CD, Larsson H, Lichtenstein P, et al. Body Dissatisfaction in Adolescent Boys. *Dev Psychol* [Internet]. julio de 2019 [citado 7 de julio de 2021];55(7):1566-78. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6586497/>
54. Frayon S, Cavaloc Y, Wattelez G, Cherrier S, Touitou A, Zongo P, et al. Body image, body dissatisfaction and weight status of Pacific adolescents from different ethnic communities: a cross-sectional study in New Caledonia. *Ethn Health* [Internet]. 17 de febrero de 2020 [citado 7 de julio de 2021];25(2):289-304. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/13557858.2017.1398818>
55. Fuller-Tyszkiewicz M, Chhouk J, McCann LA, Urbina G, Vuo H, Krug I, et al. Appearance comparison and other appearance-related influences on body dissatisfaction in everyday life. *Body Image* [Internet]. 1 de marzo de 2019 [citado 7 de julio de 2021];28:101-9. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144518302717>
56. Girard M, Rodgers RF, Chabrol H. Prospective predictors of body dissatisfaction, drive for thinness, and muscularity concerns among young women in France: A sociocultural model. *Body Image* [Internet]. 1 de septiembre de 2018 [citado 7 de julio de 2021];26:103-10. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144517302553>
57. Hartman-Munick SM, Gordon AR, Guss C. Adolescent body image: influencing factors and the clinician's role. *Curr Opin Pediatr* [Internet].

agosto de 2020 [citado 7 de julio de 2021];32(4):455-60. Disponible en:
https://journals.lww.com/co-pediatrics/Abstract/2020/08000/Adolescent_body_image__influencing_factors_and_the.3.aspx

58. Gonzaga I, Claumann GS, Scarabelot KS, Silva DAS, Pelegrini A. Insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes: comparación con actividad física, burlas y apoyo social. *J Health Psychol* [Internet]. 11 de noviembre de 2019 [citado 7 de julio de 2021];1359105319887796. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/1359105319887796>
59. Legey S, Lamego MK, Lattari E, Campos C, Paes F, Sancassiani F, et al. Relationship Among Body Image, Anthropometric Parameters and Mental Health in Physical Education Students. *Clin Pract Epidemiol Ment Health CP EMH* [Internet]. 27 de diciembre de 2016 [citado 7 de julio de 2021];12:177-87. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5278552/>
60. Arumuganathan S, Sagar R, Mehta M, T SI. Psychiatric Co-morbidities and Body Shape Dissatisfaction in Adolescents with Obesity – A School Based Case Controlled Study. *Indian J Pediatr* [Internet]. 1 de marzo de 2021 [citado 7 de julio de 2021];88(3):235-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12098-020-03367-z>
61. He J, Cai Z, Chen X, Lu T, Fan X. Validation of the Chinese Version of the Body Image Acceptance and Action Questionnaire and the Mediating Role of Body Image Flexibility in the Relationship Between Body Dissatisfaction and Psychological Distress. *Behav Ther* [Internet]. 1 de mayo de 2021 [citado 11 de julio de 2021];52(3):539-

51. Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S000578942030109X>
62. Cluver L. Solving the global challenge of adolescent mental ill-health. *Lancet Child Adolesc Health* [Internet]. 1 de agosto de 2020 [citado 3 de agosto de 2021];4(8):556-7. Disponible en: [https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642\(20\)30205-4/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642(20)30205-4/abstract)
63. Delgado-Floody P, Guzmán-Guzmán IP, Caamaño-Navarrete F, Jerez-Mayorga D, Zulic-Agramunt C, Cofré-Lizama A. Depression is associated with lower levels of physical activity, body image dissatisfaction, and obesity in Chilean preadolescents. *Psychol Health Med*. abril de 2021;26(4):518-31.
64. Macêdo Uchôa FN, Uchôa NM, Daniele TM da C, Lustosa RP, Nogueira PR de C, Reis VM, et al. Influence of Body Dissatisfaction on the Self-Esteem of Brazilian Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. mayo de 2020 [citado 7 de julio de 2021];17(10):3536. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7277234/>
65. Matias TS, Lopes MVV, de Mello GT, Silva KS. Clustering of obesogenic behaviors and association with body image among Brazilian adolescents in the national school-based health survey (PeNSE 2015). *Prev Med Rep* [Internet]. 12 de noviembre de 2019 [citado 7 de julio de 2021];16:101000. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6881595/>
66. Goonapienuwala BL, Agampodi SB, Kalupahana NS, Siribaddana S. Body image perception and body dissatisfaction among rural Sri Lankan adolescents; do they have a better understanding about their

weight? Ceylon Med J [Internet]. 30 de septiembre de 2019 [citado 7 de julio de 2021];64(3):82-90. Disponible en: <http://cmj.sljol.info/articles/abstract/10.4038/cmj.v64i3.8950/>

67. O'Connor SM, Culbert KM, Mayhall LA, Burt SA, Klump KL. Differences in Genetic and Environmental Influences on Body Weight and Shape Concerns across Pubertal Development in Females. *J Psychiatr Res* [Internet]. febrero de 2020 [citado 11 de julio de 2021];121:39-46. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7099836/>
68. Reas DL, Wisting L, Stedal K, Dahlgren CL. Unhealthy eating and weight dissatisfaction in adolescents who never, occasionally, or regularly use smokeless tobacco (Swedish snus). *Int J Eat Disord* [Internet]. 2019 [citado 7 de julio de 2021];52(7):846-54. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/eat.23085>
69. Billie Asprey. [Internet]. [citado 29 de julio de 2021]. Body Image Distortions. Disponible en: <https://www.billieasprey.com/blog/body-image-distortions>
70. Ribeiro-Silva R de C, Fiaccone RL, Conceição-Machado MEP da, Ruiz AS, Barreto ML, Santana MLP. Body image dissatisfaction and dietary patterns according to nutritional status in adolescents. *J Pediatr (Rio J)* [Internet]. 1 de marzo de 2018 [citado 7 de julio de 2021];94(2):155-61. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755716301280>
71. Escrivá D, Moreno-Latorre E, Caplliure-Llopis J, Benet I, Barrios C. Relationship of Overweight and Obesity with Body Self-Image Dissatisfaction in Urban Mediterranean Adolescents. *Int J Environ Res*

- Public Health [Internet]. enero de 2021 [citado 8 de agosto de 2021];18(15):7770. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/15/7770>
72. Ręgwelski M, Lange E, Głąbska D, Guzek D. Analysis of the Influence of Age, BMI, and WHtR on Body Mass Acceptance, Attitudes, and Motivation towards Body Mass Reduction in Overweight and Obese Caucasian Women. *Nutrients* [Internet]. 3 de marzo de 2019 [citado 8 de agosto de 2021];11(3):542. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6471912/>
73. Scappatura ML, Bidacovich G, Banasco Falivelli MB, Rutzstein G. Dimensions of perfectionism (adaptive and maladaptive) in adolescents with eating disorder. *Rev Mex Trastor Aliment - Mex J Eat Disord* [Internet]. 1 de julio de 2017 [citado 29 de julio de 2021];8(2):131-41. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-mexicana-trastornos-alimentarios--110-articulo-dimensions-perfectionism-adaptive-maladaptive-in-S2007152317300101>
74. Scully M, Swords L, Nixon E. Social comparisons on social media: online appearance-related activity and body dissatisfaction in adolescent girls. *Ir J Psychol Med* [Internet]. undefined/ed [citado 8 de agosto de 2021];1-12. Disponible en: <https://www.cambridge.org/core/journals/irish-journal-of-psychological-medicine/article/abs/social-comparisons-on-social-media-online-appearance-related-activity-and-body-dissatisfaction-in-adolescent-girls/EDD4BBA262EDDB05137A0A1F3DA6846B>
75. Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno AJ, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macías MD, Pagliari C, Vaquero-Abellan M. Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory

- Analysis. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. noviembre de 2019 [citado 8 de agosto de 2021];16(21):4177. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6861923/>
76. Opara I, Santos N. A Conceptual Framework Exploring Social Media, Eating Disorders, and Body Dissatisfaction Among Latina Adolescents. *Hisp J Behav Sci* [Internet]. agosto de 2019 [citado 26 de julio de 2021];41(3):363-77. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6709692/>
77. Rodgers RF, Slater A, Gordon CS, McLean SA, Jarman HK, Paxton SJ. A Biopsychosocial Model of Social Media Use and Body Image Concerns, Disordered Eating, and Muscle-Building Behaviors among Adolescent Girls and Boys. *J Youth Adolesc* [Internet]. 1 de febrero de 2020 [citado 8 de agosto de 2021];49(2):399-409. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01190-0>
78. Lantz EL, Gaspar ME, DiTore R, Piers AD, Schaumberg K. Conceptualizing body dissatisfaction in eating disorders within a self-discrepancy framework: a review of evidence. *Eat Weight Disord - Stud Anorex Bulim Obes* [Internet]. 1 de junio de 2018 [citado 8 de agosto de 2021];23(3):275-91. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0483-4>
79. Sala M, Linde JA, Crosby RD, Pacanowski CR. State body dissatisfaction predicts momentary positive and negative affect but not weight control behaviors: an ecological momentary assessment study. *Eat Weight Disord - Stud Anorex Bulim Obes* [Internet]. 1 de agosto de 2021 [citado 8 de agosto de 2021];26(6):1957-62. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01048-6>

80. Jiménez Flores P, Jiménez Cruz A, Bacardi Gascón M. Body-image dissatisfaction in children and adolescents: a systematic review. *Nutr Hosp*. 30 de marzo de 2017;34(2):479-89.
81. Dietel F, Zache C, Bürkner P, Schulte J, Möbius M, A B, et al. Internet-based interpretation bias modification for body dissatisfaction: A three-armed randomized controlled trial. *Int J Eat Disord* [Internet]. junio de 2020 [citado 8 de agosto de 2021];53(6). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32432384/>
82. McLean SA, Paxton SJ. Body Image in the Context of Eating Disorders. *Psychiatr Clin North Am* [Internet]. 1 de marzo de 2019 [citado 8 de agosto de 2021];42(1):145-56. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0193953X18311535>
83. Vo M, Accurso EC, Goldschmidt AB, Grange DL. The impact of DSM-5 on eating disorder diagnoses. *Int J Eat Disord* [Internet]. mayo de 2017 [citado 8 de agosto de 2021];50(5):578. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5867898/>
84. Yong C, Liu H, Yang Q, Luo J, Ouyang Y, Sun M, et al. The Relationship between Restrained Eating, Body Image, and Dietary Intake among University Students in China: A Cross-Sectional Study. *Nutrients* [Internet]. 19 de marzo de 2021 [citado 8 de agosto de 2021];13(3):990. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8003413/>
85. Tang C, Cooper M, Wang S, Song J, He J. The relationship between body weight and dietary restraint is explained by body dissatisfaction and body image inflexibility among young adults in China. *Eat Weight Disord EWD*. agosto de 2021;26(6):1863-70.

86. Izydorczyk B, Truong Thi Khanh H, Lizińczyk S, Sitnik-Warchulska K, Lipowska M, Gulbicka A. Body Dissatisfaction, Restrictive, and Bulimic Behaviours among Young Women: A Polish–Japanese Comparison. *Nutrients* [Internet]. 29 de febrero de 2020 [citado 8 de agosto de 2021];12(3):666. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7146317/>
87. Baceviciene M, Jankauskiene R. Associations between Body Appreciation and Disordered Eating in a Large Sample of Adolescents. *Nutrients* [Internet]. 12 de marzo de 2020 [citado 8 de agosto de 2021];12(3):752. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7146197/>
88. Naumann E, Svaldi J, Wyschka T, Heinrichs M, von Dawans B. Stress-induced body dissatisfaction in women with binge eating disorder. *J Abnorm Psychol.* agosto de 2018;127(6):548-58.
89. Wu YK, Berry DC. Impact of weight stigma on physiological and psychological health outcomes for overweight and obese adults: A systematic review. *J Adv Nurs* [Internet]. 2018 [citado 8 de agosto de 2021];74(5):1030-42. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jan.13511>
90. Černelič-Bizjak M. Changes in body image during a 6-month lifestyle behaviour intervention in a sample of overweight and obese individuals. *J Bodyw Mov Ther* [Internet]. 1 de julio de 2019 [citado 8 de agosto de 2021];23(3):515-20. Disponible en: [https://www.bodyworkmovementtherapies.com/article/S1360-8592\(19\)30069-5/abstract](https://www.bodyworkmovementtherapies.com/article/S1360-8592(19)30069-5/abstract)
91. Kriaucioniene V, Raskiliene A, Petrauskas D, Petkeviciene J. Trends in Eating Habits and Body Weight Status, Perception Patterns and

Management Practices among First-Year Students of Kaunas (Lithuania) Universities, 2000–2017. *Nutrients* [Internet]. 11 de mayo de 2021 [citado 8 de agosto de 2021];13(5):1599. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8151775/>

92. Viner RM, Allen NB, Patton GC. Puberty, Developmental Processes, and Health Interventions [Internet]. *Child and Adolescent Health and Development*. 3rd edition. The International Bank for Reconstruction and Development / The World Bank; 2017 [citado 3 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK525269/>
93. Lowe CJ, Morton JB, Reichelt AC. Adolescent obesity and dietary decision making—a brain-health perspective. *Lancet Child Adolesc Health* [Internet]. 1 de mayo de 2020 [citado 3 de agosto de 2021];4(5):388-96. Disponible en: [https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642\(19\)30404-3/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642(19)30404-3/abstract)
94. Sawyer SM, Azzopardi PS, Wickremarathne D, Patton GC. The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc Health* [Internet]. 1 de marzo de 2018 [citado 3 de agosto de 2021];2(3):223-8. Disponible en: [https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642\(18\)30022-1/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lanchi/article/PIIS2352-4642(18)30022-1/abstract)
95. Chen SL, Yu YMC. [Body Image and Its Clinical Implications]. *Hu Li Za Zhi*. octubre de 2019;66(5):7-13.
96. Tylka TL, Wood-Barcalow NL. What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body Image* [Internet]. 1 de junio de 2015 [citado 7 de agosto de 2021];14:118-29. Disponible en:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S174014451500038>

8

97. Body Dissatisfaction - IResearchNet [Internet]. Psychology. 2016 [citado 7 de agosto de 2021]. Disponible en: <http://psychology.iresearchnet.com/sports-psychology/body-image-and-self-esteem/body-dissatisfaction/>
98. Obesity [Internet]. [citado 7 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/obesity>
99. Aguilar E., Contreras R., Calle D. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente [Internet]. Lima, Perú: Ministerio de Salud del Perú; 2015 [citado 19 de julio de 2023] p. 50. Report No.: 283-2015. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/305911-guia-tecnica-para-la-valoracion-nutricional-antropometrica-de-la-persona-adolescente>
100. ¿Qué son los trastornos alimentarios? [Internet]. [citado 7 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.psychiatry.org/patients-families/eating-disorders/what-are-eating-disorders>
101. Piggan J. What Is Physical Activity? A Holistic Definition for Teachers, Researchers and Policy Makers. Front Sports Act Living [Internet]. 2020 [citado 7 de agosto de 2021];0. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fspor.2020.00072/full>
102. PSYCTC.org. Cuestionario sobre la forma del cuerpo (BSQ) [Internet]. [citado 8 de agosto de 2021]. Disponible en: <https://www.psychtc.org/psychtc/psychtc-org-home/instruments/body-shape-questionnaire-bsq/>

103. Hernández R. Grupo NB Psicología. 2017 [citado 23 de julio de 2021]. ¿Qué es la imagen corporal? Disponible en: <https://nbpsicologia.es/2017/07/22/que-es-la-imagen-corporal/>
104. Wang SB, Haynos AF, Wall MM, Chen C, Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D. Fifteen-Year Prevalence, Trajectories, and Predictors of Body Dissatisfaction From Adolescence to Middle Adulthood. *Clin Psychol Sci* [Internet]. 1 de noviembre de 2019 [citado 17 de julio de 2023];7(6):1403-15. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/2167702619859331>
105. Mendoza L, de Oca MM, López Varela MV, Casas A, Ramírez-Venegas A, López A, et al. Physical Activity Levels and Associated Factors in a Latin American COPD Population of Patients. The LASSYC Study. *COPD J Chronic Obstr Pulm Dis* [Internet]. 4 de julio de 2021 [citado 14 de junio de 2022];18(4):393-400. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/15412555.2021.1937090>
106. Jiotsa B, Naccache B, Duval M, Rocher B, Grall-Bronnec M. Social Media Use and Body Image Disorders: Association between Frequency of Comparing One's Own Physical Appearance to That of People Being Followed on Social Media and Body Dissatisfaction and Drive for Thinness. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 11 de marzo de 2021 [citado 29 de junio de 2023];18(6):2880. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8001450/>
107. Alharballeh S, Dodeen H. Prevalence of body image dissatisfaction among youth in the United Arab Emirates: gender, age, and body mass index differences. *Curr Psychol N B Nj* [Internet]. 2023 [citado 18 de julio de 2023];42(2):1317-26. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7919234/>

108. Santhira Shagar P, Donovan CL, Boddy J, Tapp C, Harris N. Does culture moderate the relationship between body dissatisfaction and quality of life? A comparative study of Australian and Malaysian emerging adults. *Health Psychol Open* [Internet]. 1 de enero de 2021 [citado 17 de julio de 2023];8(1):20551029211018378. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/20551029211018378>
109. Stojcic I, Dong X, Ren X. Body Image and Sociocultural Predictors of Body Image Dissatisfaction in Croatian and Chinese Women. *Front Psychol* [Internet]. 6 de mayo de 2020 [citado 7 de julio de 2021];11:731. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7218091/>
110. La obesidad masculina supera ahora a la obesidad femenina - Observatorio de Nutrición y el Estudio del Sobrepeso y Obesidad [Internet]. 2023 [citado 4 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/243-la-obesidad-masculina-supera-ahora-a-la-obesidad-femenina>
111. Pauldo J, Dalpubel V. Imagem corporal e sua relação com o estado nutricional e a qualidade de vida de adolescentes de um município do interior do Rio Grande do Sul. *Nutr Rev Soc Bras Aliment Nutr* [Internet]. 2015 [citado 14 de julio de 2023]; Disponible en: http://sban.cloudpainei.com.br/files/revistas_publicacoes/443.pdf
112. Liu W, Lin R, Guo C, Xiong L, Chen S, Liu W. Prevalence of body dissatisfaction and its effects on health-related quality of life among primary school students in Guangzhou, China. *BMC Public Health* [Internet]. 20 de febrero de 2019 [citado 17 de julio de 2023];19(1):213. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6519-5>

113. Vargas Vásquez M de los Á. Insatisfacción de la imagen corporal y depresión en adolescentes de la Institución Educativa de la Esperanza [Internet]. [Trujillo, Perú]: Universidad Peruana Antenor Orrego; 2020 [citado 11 de julio de 2021]. Disponible en: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6649/1/REP_MARIA.VARGAS_INSATISFACCI%c3%93N.DE.LA.IMAGEN.PDF
114. Paterna A, Alcaraz-Ibáñez M, Fuller-Tyszkiewicz M, Sicilia Á. Internalization of body shape ideals and body dissatisfaction: A systematic review and meta-analysis. *Int J Eat Disord* [Internet]. [citado 8 de agosto de 2021];n/a(n/a). Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/eat.23568>

ANEXOS

ANEXO 1: FICHA DE DATOS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ en pleno uso de mis facultades mentales y después de haber sido informado(a) sobre la investigación en la cual se solicita la participación de mi menor hijo(a) _____, doy mi consentimiento y aceptación para su participación en el estudio.

FIRMA

ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ en pleno uso de mis facultades mentales y después de haber sido informado(a) sobre la investigación, doy mi asentimiento para mi participación en el estudio.

DATOS PERSONALES

1. Edad: _____ años
2. Sexo: () Femenino () Masculino
3. Año de estudio: _____
4. Peso: _____ kg
5. Talla: _____ m
6. Peso ideal: _____ kg
7. Actividad física: () >150 minutos/semana () <150 minutos/semana
8. Nivel educativo de la madre
() Primaria () Secundaria () Superior
9. Nivel educativo del padre
() Primaria () Secundaria () Superior

ANEXO 2: CUESTIONARIO DE LA IMAGEN CORPORAL

BODY SHAPE QUESTIONNAIRE (BSQ)

Estimado estudiante a continuación presentaré una serie de enunciados, los cuales deberás leer atentamente y responder. Cada una de las preguntas tienen 6 opciones de respuesta, marca solo una alternativa según tu criterio. Contesta todas las proposiciones y recuerda que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Esta información será anónima y servirá únicamente para la presente investigación.

	Nunca	Raramente	Alguna vez	A menudo	Muy a menudo	Siempre
BSQ	1	2	3	4	5	6
1. ¿Me preocupa tanto mi figura que pienso que tengo que ponerme a dieta?						
2. ¿Me siento tan mal con mi figura que he llegado a llorar o gritar?						
3. Al fijarme en la cintura de otros(as) chicos (as) ¿las he comparado con la mía desfavorablemente?						
4. Pensar en mi figura ¿ha dificultado mi capacidad de concentración (cuando miro televisión, leo, etc.)?						
5. ¿Me siento avergonzado por mi cuerpo?						
6. ¿Pienso que la figura que tengo es debido a que no soy capaz de controlarme a la hora de comer?						
7. ¿Pienso que no es justo que otros chicos(as) sean más delgados que yo?						
8. Verme reflejado(a) en un espejo ¿me hace sentir mal por mi figura?						
9. ¿Pienso que tengo los muslos, caderas, nalgas o cintura demasiado gordos en relación con el resto de mi cuerpo?						
10. ¿Me fijo más en mi figura estando en compañía de otras personas?						
11. ¿Estar desnudo (a) por ejemplo cuando me ducho, me ha hecho sentir gordo o pasado de peso?						
12. ¿Me siento molesto (a) al examinar mi aspecto físico?						
13. ¿Tengo miedo a engordar?						

14. ¿Me preocupa que mi piel no sea lo suficientemente firme?						
15. ¿Sentirme lleno(a) después de una comida abundante me hace sentir gordo(a)?						
16. ¿Me preocupa que mis muslos o cintura me ensanchen cuando me siento?						
17. ¿El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida, me hace sentir gordo(a)?						
18. ¿Me preocupa que mi piel tenga aspecto de piel de naranja (celulitis)?						
19. Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías ¿me han hecho sentir gordo(a)?						
20. ¿Me siento excesivamente gordo (a)?						
21. ¿Me siento más feliz con mi figura cuando mi estómago está más vacío (por ejemplo por la mañana)?						
22. ¿Me preocupa que otra gente vea mis rollitos alrededor de mi cintura y estomago?						
23. Cuando estoy con otras personas, ¿me preocupa ocupar demasiado espacio (por ejemplo sentándome en un sofá o en un autobús)?						
24. ¿Me imagino modificando algunas partes de mi cuerpo?						
25. La preocupación por mi figura ¿me hace pensar que debería hacer ejercicio físico?						
26. ¿Evito correr para que mis rollitos no se muevan?						
27. Estar con chicos(as) delgados(as) ¿me hace fijar en mi figura?						
28. ¿Evito usar ropa que marque mi figura?						
29. ¿Evito ir a reuniones sociales (por ejemplo, una fiesta) porque me siento mal con mi figura?						
30. Preocuparme con mi figura ¿Me ha hecho poner a dieta?						
31. ¿He vomitado con intención de sentirme más delgado(a)?						
32. ¿Me pellizco zonas de mi cuerpo para ver cuanta grasa tengo?						
33. ¿Evito situaciones en donde la gente pudiese ver mi cuerpo (por ejemplo vestuarios comunes, piscinas o playas)?						
34. ¿Tomo pastillas o laxantes para sentirme más delgado(a)?						

ANEXO 3: MATRIZ DE CONSISTENCIA

MATRIZ DE CONSISTENCIA			
TÍTULO: Nivel de satisfacción corporal en adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023			
AUTORA: María los Ángeles Sánchez Espillico			
PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es el nivel de satisfacción corporal que tienen los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna en el año 2023?</p>	<p>General: Determinar el nivel de satisfacción corporal en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna durante el año 2023.</p>	<p>Variable Nivel de satisfacción corporal</p> <p>Dimensiones:</p> <p>1) Datos generales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Edad - Sexo - Año de estudio - Estado nutricional - Actividad física - Percepción del peso - Nivel educativo de la madre - Nivel educativo del padre <p>2) General</p> <p>3) Componente perceptivo</p> <p>4) Componente cognitivo-afectivo</p> <p>5) Componente conductual</p>	<p>Diseño Estudio observacional y descriptivo</p> <p>Población 196 adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna que cumplieron los criterios de selección.</p> <p>Técnica Encuesta online</p> <p>Instrumento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ficha de recolección de datos - Escala <i>Body Shape Questionnaire (BSQ)</i> diseñada por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en 1987 y validada en la ciudad de Puno por Apaza en el año 2016. <p>Estadística EXCEL, SPSS versión 29.</p> <p>Para el estado nutricional se utilizó la fórmula del IMC y el cálculo con las tablas de IMC/edad en adolescentes.</p> <p>Se calificó los cuestionarios según criterios establecidos por los puntajes respectivos de forma global y por componentes.</p> <p>Tablas de una y doble entrada con distribución de frecuencias absolutas y porcentuales y gráficos descriptivos.</p>
	<p>Específicos:</p> <p>Identificar el estado nutricional y el nivel de actividad física en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023.</p>		
	<p>Conocer la percepción del peso en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023.</p>		
	<p>Establecer el nivel de satisfacción corporal según los componentes perceptivo, cognitivo-afectivo y conductual en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de Tacna, 2023.</p>		

