

1era Conferencia Online de Ciencias Aplicadas al Deporte de Alto Rendimiento.
COCAR 2020

La influencia de la autoeficacia en la insatisfacción de la imagen corporal: revisión sistemática.

The influence of self-efficacy on body image dissatisfaction: a systematic review.

Autores: Nayalis Nápoles Neyra, Humberto Blanco Vega, Perla Jannet Jurado García.

Resumen

Introducción. La autoeficacia influye en la imagen corporal de los adolescentes. Objetivo. Analizar por medio de una revisión sistemática la relación entre autoeficacia y la insatisfacción de la imagen corporal en adolescentes. Método. Se realizó una búsqueda en las siguientes bases de datos: Scopus, Scielo, Dialnet, Redalyc, Ebsco y Pubmed. Inicialmente se identificaron 479 documentos, de los cuales 25 cumplieron con los criterios de inclusión. Discusión. Se confirma que la autoeficacia es una variable mediadora entre estilo de vida saludable en relación con la alimentación y el ejercicio físico y las percepciones corporales y satisfacción con la imagen corporal.

Palabras claves: insatisfacción de la imagen corporal; autoeficacia; adolescentes.

Abstract

Introduction. The self-efficacy influence in adolescents' bodily image. Objective Analyze by means of a systematic review the relationship between self-efficacy and the dissatisfaction of bodily image in adolescents. Methods. A search on bases of datum's such as Scopus, Scielo, Dialnet, Redalyc, Ebsco and Pubmed was realized. First, 479 documents were identified, among them only 25 fulfilled the criterions of inclusion. Discussion. Was confirmed that self-efficacy is a mediative variate between the wholesome style of life in relation with nourishment physical exercises, bodily perceptions and satisfaction with bodily image.

Key words: Dissatisfaction of bodily image; self-efficacy; Adolescents.

Introducción

De acuerdo con Simón (2017) existen variables como el autoconcepto, autoestima, salud general y la depresión que tienen efecto positivo o negativo sobre la imagen corporal. Si esta se ve afectada puede llevar a dificultades como disminución del apetito, anorexia nerviosa, cambios anormales de peso, trastornos del sueño, trastornos mentales, entre otros, representados todos por problemas de salud.

De hecho, la autoestima y la percepción corporal comienzan en la mente, no en el ideal que nos construimos, depende de cómo la persona perciba su autovaloración y autoestima, este puede cambiar e influir, si a un individuo no le agrada el cuerpo o parte de su cuerpo es difícil sentirse bien consigo mismo como un todo, notar lo bueno sobre sí mismo (Bergonzi, 2017).

Por lo anteriormente dicho, el objetivo de la investigación fue analizar la influencia que existe entre autoeficacia e insatisfacción de la imagen corporal en adolescentes mediante los estudios reportados previamente publicados.

Desarrollo.

La autoeficacia es proverbialmente entendida como una acción o actividad concreta (Blanco, Díaz, Ornelas, y Mondaca, 2019); la han conceptualizado otros autores, como el juicio que cada persona tiene sobre sus capacidades para enfrentar o ejecutar acciones que les permita obtener un resultado (Moreno y Bueno, 2019).

Fue descrita por Bandura (1977) como la médula de la teoría cognitivo- social y definida como la influencia que puede tener un individuo sobre lo que hacen, a través de su pensamiento reflexivo, el uso de sus habilidades y destrezas para lograr una conducta concreta. Para una mejor comprensión de su estudio como teoría, se debe tener en cuenta la interrelación de varios elementos: personal-conducta-ambiente, donde la triada, a partir de los conocimientos, emociones e influencias ambientales, junto al comportamiento maniobran de forma interactiva (Gutierrez, 2016).

La autoeficacia es una emoción de valor individual, de aprecio y eficacia en la conducción del transcurso de la vida. La misma se puede calcular a través de resultado de la actividad realizada, de la experiencia, estados fisiológicos y la persuasión. Por lo que, una autoeficacia baja puede causar efectos negativos en la calidad de vida, por ejemplo cuando se relaciona con la imagen corporal; si detectamos una disminución de la autoeficacia esta causa una imagen corporal negativa, estudios han corroborado que las personas que tienen una imagen

Universidad Autónoma de Chihuahua. Paseos de Chihuahua, 31125 Chihuahua, Chih.

(México), tel. (614)158-99-00, correos electrónicos:

nnapolesn2@gmail.com, hblanco@uach.mx, pjurado@uach.mx

corporal positiva han alcanzado una autoeficacia alta, además de tener confianza en sí mismo. Es de gran importancia destacar que en la teoría cognitiva social, la autoeficacia ha manejado acciones educativas con el fin de reducir la angustia por una imagen corporal ideal o deseada y aumentar la autoestima (Ghahremani, Hemmati, Kaveh, y Fararoei, 2018).

Por otro lado, la imagen corporal es un constructo que se ha convertido en una inquietud importante para muchas personas, especialmente los jóvenes, donde se gasta mucho tiempo y dinero diariamente pensando y cambiando la apariencia del cuerpo (Pruzinsky y Cash, 1990). Se define como la representación de un ideal con el que una persona constata su apariencia física; si el autoimagen es positivo o negativo puede incidir en todos los aspectos del comportamiento de un individuo y puede estar influenciado por indicadores como el crecimiento físico, accidentes y lesiones (Ghahremani et al., 2018; Gillen y Lefkowitz, 2012).

La imagen corporal es un constructo definido en los años 80, como la percepción que nos establecemos mentalmente de nuestro cuerpo. Este enfoque está integrado por elementos biológicos, psicológicos y sociales distinguiéndose la edad, género, IMC, satisfacción – insatisfacción, así como estatus socioeconómicos, influenciados por la interacción social, familia, cultura y medios de comunicación (León, González, Fernández, y Contreras, 2018).

Así pues, la imagen corporal es un constructo que se define como un sentimiento subjetivo sobre la propia apariencia, la cual tiene dos facetas: imagen corporal positiva y negativa, que juega un papel importante en la formación de identidad de un individuo, donde la imagen corporal positiva facilita el funcionamiento psicosocial, mientras que la imagen corporal negativa conduce a la insatisfacción y baja autoestima en las personas (Yadav, 2017).

La insatisfacción corporal puede definirse como la percepción negativa sobre el cuerpo y este puede estar asociado con la baja eficacia, ya que los individuos tienen intranquilidad con respecto a su aspecto físico en cuanto a su evaluación negativa desde el punto de vista social (Gómez, Gutierrez, Llanos, y Babativa, 2017).

En la literatura científica, la insatisfacción de la imagen corporal también se señala como la experiencia negativa que el individuo siente sobre sí mismo; y que sin esta la persona no sintiese la necesidad de cambiar su cuerpo, realizando actividades o comportamientos con consecuencias negativas (Solano, Cano, Blanco, y Fernández, 2017).

La distorsión perceptiva es originada por la insatisfacción corporal, por la diferencia entre la representación ideal y la observada o, a groso modo por la preocupación hacia el propio cuerpo que puede establecerse a causa de la sociedad, examinada en diferentes grupos como el género, la edad, la sexualidad, las clases sociales y grupos psicológicos; estos influenciados por factores sociales como los medios de comunicación, la amistades, la familia, emociones, creencias, la cultura, entre otros (Jiménez, Cruz, y Bacardí, 2017).

Además los estudios han arrojado un nivel alto de insatisfacción con imagen corporal en adolescentes, principalmente en sexo femenino, por lo que puede estar relacionado con actividades no saludables para intervenir en el peso. Así mismo, la insatisfacción corporal puede ser el resultado de particularidades físicas, ambiente social y psicológicos de una imagen ideal y de factores socioeconómicos (Da Silva y Hasselmann, 2019).

Los estudios realizados han corroborado que la adolescencia es parte de un grupo de la población identificada como factor de riesgo en padecer obesidad, por lo que es sensible al desarrollo de una insatisfacción causada por las modificaciones biológicas que ocurren en su cuerpo, que pueden conllevar a realizar actividades no saludables como vía de resolución de problemas. Por lo que es oportuno poner en vigor estrategias con el fin de promover cambios de estilos de vida con dieta saludable y actividades de ejercicios diarios para perfeccionar el estado nutricional y con ello acciones psicológicas para beneficiar una autoestima alta y perciban una correcta imagen corporal (Duno y Acosta, 2019).

Método

Se llevó a cabo una revisión sistemática en las siguientes bases de datos electrónicas: Scientific Electronic Library Online (Scielo), Scopus, Pubmed, Dialnet, Redalyc, Ebsco, como estrategia para compilar diversas investigaciones efectuadas en el período de los últimos 5 años, desde Enero del 2015 hasta Marzo del 2020, para analizar la relación entre autoeficacia y la insatisfacción de la imagen corporal en los adolescentes. Se utilizaron para ello las siguientes palabras clave en español, inglés y portugués: autoeficacia, insatisfacción de la imagen corporal, imagen corporal, adolescentes; self-efficacy, dissatisfaction of body image, body imagen, teenagers; auto-eficácia, insatisfacao da imagen corporal, imagen corporal y adolescentes. Se conjugaron con el descriptor booleano AND.

Como criterios de inclusión se consideraron los artículos originales y de investigaciones indexadas; la muestra de la investigación oscila entre las edades de 8 a 19 años, de ambos sexos. Se desecharon todos aquellos que no tuvieran

relación con las palabras clave, además los relacionados con enfermedades de cualquier diagnóstico gastrointestinal, enfermedades del corazón, asma bronquial, trastornos de infecciones e inflamatorios, embarazo y consumo del alcohol y que el contenido no refleja dicha relación, además de que no cumpliera con el objetivo del presente estudio.

Extracción de datos: La información obtenida de la exploración de los artículos se dividió en tres temáticas:

Datos generales del artículo: Base de datos en las que se encontraba, título, autor (es), revista, año de publicación, país y palabras clave.

Población de referencia: Rangos de edad, tamaño de la muestra.

Variables utilizadas: autoeficacia, insatisfacción de la imagen corporal y adolescentes.

Después del filtrado de la búsqueda, se seleccionaron 25 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión, además de interés para el tema abordado en la figura 1 se muestra el diagrama de flujo de la búsqueda bibliográfica. (Anexo 1)

Resultados

En el primer momento de la búsqueda se identificaron un total de 479 artículos, de los cuales se eliminaron 50 por duplicados, quedando como artículo elegible 429. Se descartaron 200 por título y resumen equitativamente, incluyendo para revisión completa del texto 229, excluyendo 204 por no cumplir con los criterios de inclusión, quedando para revisión un total de 25 artículos (Figura 1).

Para el estudio de los documentos escogidos se construyó una tabla registro con los siguientes datos: autor, año, país, tamaño de la muestra, instrumentos y resultados (Anexo 2).

Los artículos que se tuvieron en cuenta para la selección fueron investigaciones vinculadas con la insatisfacción de la imagen corporal y su relación con la autoeficacia en el grupo etario, donde la edad oscila entre los 8 y 19 años. El 60% de ellos, incluye en su muestra jóvenes adolescentes con edades entre 17 y 19 años. La mayoría de los estudios se desarrollaron en Latinoamérica resaltando los países de México y Brasil, de igual modo, se realizaron estudios en otros países como europeos y euroasiáticos (Tabla 1).

Las variables más estudiadas fueron, la percepción de la imagen corporal relacionada con la actividad física, con riesgo de trastorno de conductas alimentarias (TCA), de igual manera otros estudios está relacionada con prácticas

Universidad Autónoma de Chihuahua. Paseos de Chihuahua, 31125 Chihuahua, Chih.

(México), tel. (614)158-99-00, correos electrónicos:

nnapolesn2@gmail.com, hblanco@uach.mx, pjurado@uach.mx

conductuales a la satisfacción con la apariencia y la autopercepción y sus prácticas de corregirlas, así como la insatisfacción o distorsión en función del sexo y percepción de salud, para un total del 75% de los trabajos. Los otros 25%, se midieron en la variable de autoeficacia vinculada con el papel de las creencias, la preocupación del IMC y autoestima, la aptitud física y el riesgo alimenticio. En algunos casos se midió la motivación intrínseca y extrínseca como desmotivación independiente.

Cabe destacar que solo cinco de los estudios, evidencia la relación entre autoeficacia e imagen corporal positiva o negativa, no utilizando la variable de insatisfacción en sus intervenciones. El 80% de las investigaciones maneja como instrumentos para evaluar la percepción de la imagen corporal satisfecha o insatisfecha; dentro de ellos tenemos: Siluetas de Stunkard, índice de masa corporal (IMC) fue calculado a partir del peso y la talla autoreportados, Modelos Anatómicos, la construcción del sí mismo, Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo y las mediciones Antropométricas de talla y peso, y de forma cualitativa Cuestionarios de autopercepción. Una sola investigación instrumento con modelos estructurales.

Discusión y Conclusión.

En los artículos revisados, la muestra de adolescentes que se manifiesta presentan edades entre 9 y 19 años, promedio de 17 años (Da Silva y Hasselmann, 2019; Duno y Acosta, 2019; Escandón, Vargas, Herrera, y Pérez, 2019; Franco et al., 2019; Mendoza y Olalde, 2019; Meza y Pompa, 2018; Moffitt et al., 2018; Palacios y Ramirez, 2016; Peralta et al., 2016; Rossi et al., 2020; Sánchez et al., 2019); otro autores incluyeron adolescentes entre edades de 11 a 15 años, con un promedio de 13 años (Amaya et al., 2019; Bully et al., 2016; Caldera et al., 2019; De Pinho et al., 2019; Escolar et al., 2019; Flanagan y Perry, 2018; Ghahremani et al., 2018; Molina et al., 2018; Pellizzer, Waller, y Wade, 2018; Platas et al., 2019; Rostami et al., 2017; Verdugo et al., 2020; Vurgun, 2015)

En la mayoría de los estudios se identifica el sexo femenino como predominante vs sexo masculino, sin embargo se obtuvieron resultados donde en los adolescentes en ambos sexos presentaban elevado porcentaje de insatisfacción de la imagen corporal, (Duno y Acosta, 2019), donde la forma de percibir es diferente, el hombre requiere de mayor volumen muscular, mientras que las mujeres desean menos volumen, ser más delgada con respecto a su silueta. (Bully et al., 2016; De Pinho et al., 2019; Platas et al., 2019; Sánchez et al., 2019; Silva et al., 2019; Verdugo et al., 2020). Contrario a esto, (Franco et al., 2019; Mendoza y Olalde, 2019; Vurgun, 2015) señalan que la insatisfacción corporal solo se

relaciona en mujeres, ya que muestran en esas edades conductas alimentarias de riesgo (CAR).

Algunos autores, detallan algunos elementos que llevan a los adolescentes a presentar insatisfacción de la imagen corporal; por lo que pueden estar relacionados a que esta es una etapa crítica para el desarrollo de la imagen corporal, debido a las transformaciones físicas, sociales y psicológicas que ocurren (De Pinho et al., 2019); la edad es otro predictor directo de la insatisfacción para la interiorización ideal en ambos sexos (Hernández et al., 2016). Del mismo modo, se identifica el peso corporal con relación al sexo (Escandón et al., 2019), elemento que corrobora insatisfacción corporal, por el aumento de IMC, en relación con las medidas talla y peso que realmente el adolescente desea, por lo que las mujeres quieren disminuir la silueta y los hombres aumentar el volumen muscular (Bully et al., 2016; De Pinho et al., 2019; Duno y Acosta, 2019; Mendoza y Olalde, 2019; Platas et al., 2019); otros adolescentes adoptan conductas alimentarias de riesgo debido a la postura desordenada de una inadecuada practica para disminuir el peso (Franco et al., 2019).

Está comprobado que las influencias sociales tienen gran impacto en la percepción de las mujeres con respecto a su imagen corporal, existiendo variables socioculturales que influyen de forma reveladora en la formación de una imagen corporal negativa, por lo que son motivos de preocupación tanto para el cuerpo, como malestar psicológico (Venegas y González, 2020).

La insatisfacción corporal negativa en los adolescentes se relaciona con varios comportamientos inadecuados significativos que pueden afectar su salud si no realizan prácticas para enfrentar la situación. Autores como Flanagan y Perry, (2018), plantean que la autoeficacia acciona sobre la imagen corporal mediante la participación en prácticas de actividad física, en la salud y como última instancia en situaciones sociales vinculada con el peso corporal.

En cuanto a la relación entre autoeficacia e imagen corporal podemos señalar, que hay diversos estudios que demuestran la efectividad de la capacidad de realizar y mantener comportamientos sanos al ejecutar acciones para tener estilo de vida saludable, en cuanto mejorar conductas alimentarias que pueden afectar la salud (Palacios y Ramirez, 2016; Pellizzer et al., 2018).

En conclusión, la búsqueda permitió hallar diferentes formas de abordaje de la temática, desde diferentes perspectivas de evaluación y de estrategias de intervención, en virtud de restaurar el proceso negativo de percepción de la imagen corporal. Como ya se evidenció, existe poca producción científica en esta

temática, por lo que es posible que haya una variedad de concepción en cuanto a la terminología de insatisfacción de imagen corporal.

La insatisfacción de la imagen corporal constituye el descontento del individuo con las formas generales de su propio cuerpo o bien con aquellas partes del cuerpo que más le preocupan. Los adolescentes son un grupo de población que más se interesa por su imagen y por lo general se encuentran insatisfechos por tener una percepción ideal o real negativa de su cuerpo, llegando a afectar su autoestima y tener discrepancia en el cómo quiero ser (Escandón et al., 2019).

Muchos estudios permiten confirmar los efectos positivos al utilizar una intervención de acciones de autoeficacia para invertir la percepción negativa de la imagen corporal en los adolescentes, a través de la satisfacción de autoestima, autoconcepto, motivación, con el fin de incrementar la participación de actividades deportivas y de realizar prácticas adecuadas para el mejoramiento de su salud.

Por lo que es útil la aplicación de proyectos de promoción de hábitos saludables para educar mediante búsqueda de los favores de un estilo de vida saludable, y con esto incluir la variable de autoeficacia como elemento del proceso motivacional psicológico para tomar decisiones en situaciones positivas o negativas que beneficien a la salud (Del Río, Rodríguez, Rodríguez, y Águila, 2018).

Referencias

Amaya, A., Alvarez, G., Ortega, M., & Mancilla, J. (2019). Influencia de pares en preadolescentes y adolescentes: Un predictor de la insatisfacción corporal y las conductas alimentarias anómalas. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 8(1), 31-39.

Blanco, H., Díaz, A., Ornelas, M., & Mondaca, F. (2019). La Autoeficacia en el Cuidado de la Salud en la Predicción de la Satisfacción con la Vida. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP*, 3(52), 53-65.

Bully, P., Elosua, P., & Jáuregui, A. (2016). Insatisfacción corporal en la adolescencia: Evolución en una década. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 28(1), 196-202.

Caldera, J. F., Reynoso, O. U., Nuño, D., Caldera, I. A., Pérez, I., & Gómez, C. A. (2019). Insatisfacción con la imagen corporal y personalidad en estudiantes de bachillerato de la región Altos Sur de Jalisco, México. *Duazary*, 16(1), 93-103. doi: <http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.2534>

Universidad Autónoma de Chihuahua. Paseos de Chihuahua, 31125 Chihuahua, Chih. (México), tel. (614)158-99-00, correos electrónicos: nnapolesn2@gmail.com, hblanco@uach.mx, pjurado@uach.mx

Da Silva, A. M., & Hasselmann, M. H. (2019). Violência familiar e insatisfação com a imagem corporal entre adolescentes do Programa Bolsa Família tratados numa unidade básica de saúde. *Adolescência e Saúde*, 16(2), 27-37.

De Pinho, L., Santos, M., Ramos, R., Brito, R., De Olivera, C., Barbosa, D., & Prates, A. (2019). Percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72(2), 229-235. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0644>

Duno, M., & Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista chilena de nutrición*, 46(5), 545-553.

Escandón, N., Vargas, J. F., Herrera, A. C., & Pérez, A. M. (2019). Imagen corporal en función de sexo y estado nutricional: Asociación con la construcción del sí mismo y de los otros. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 10(1), 32-41.

Escolar, M., Martínez, M., González, M., Medina, M., Mercado, E., & Lara, F. (2019). Factores de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria entre universitarios: Estimación de vulnerabilidad por sexo y edad. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 8(2), 105-112.

Flanagan, E., & Perry, A. (2018). Perception of physical fitness and exercise self-efficacy and its contribution to the relationship between body dissatisfaction and physical fitness in female minority children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(6), 2-9. doi: 10.3390/ijerph15061187

Franco, K., Díaz, F., & Bautista, M. L. (2019). Estatus de peso, conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción corporal en mujeres adolescentes y jóvenes. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 19(2), 303-312. doi: <https://doi.org/10.30554/archmed.19.2.3283.2019>

Ghahremani, L., Hemmati, N., Kaveh, M., & Fararoei, M. (2018). Effects of an educational intervention targeting body image on self-esteem of Iranian high-school students: a quasi-experimental trial. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 1, 59-66. doi: DOI: 10.12740/APP/81549

Mendoza, M., & Olalde, G. (2019). Autopercepción de la imagen corporal y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios de medicina en Xalapa, Veracruz, México (2014). *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1), 34-52.

Meza, C., & Pompa, E. (2018). Distorsión e insatisfacción con la imagen corporal en una muestra de mexicanos. *Revista de psicología y ciencias del*

comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales, 9(2), 120-131.

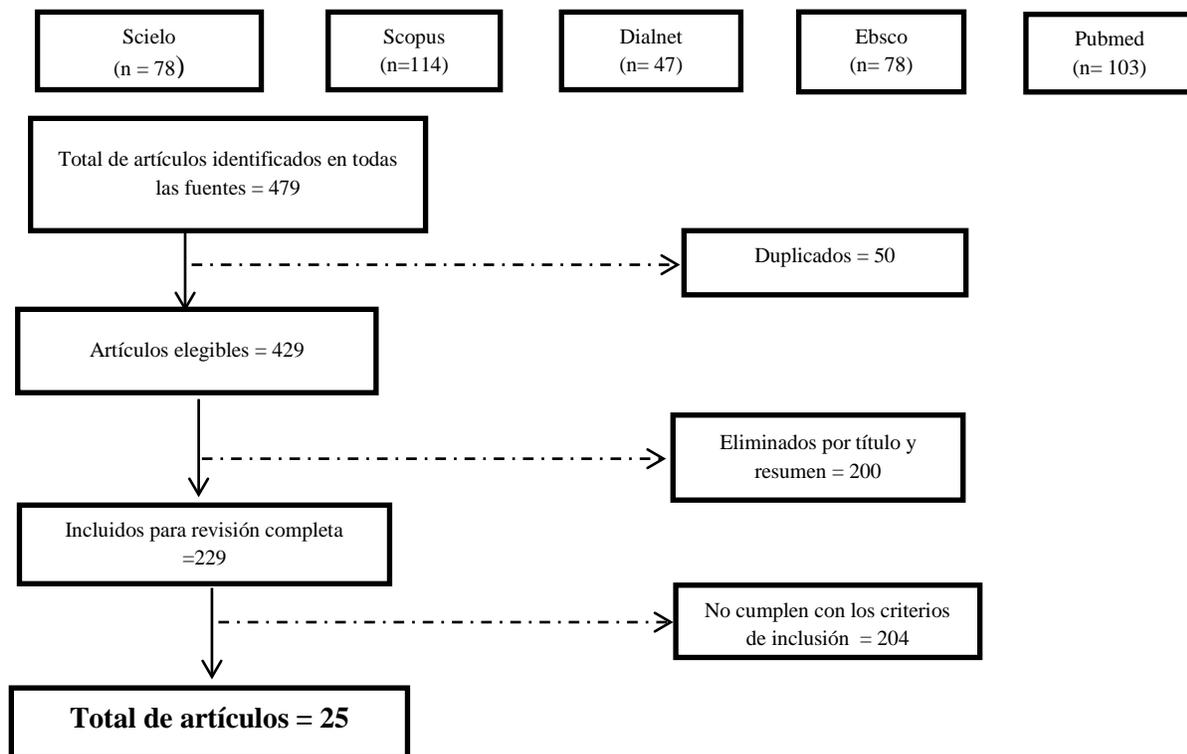
Moffitt, R., Neumann, D., & Williamson, S. (2018). Comparing the efficacy of a brief self-esteem and self-compassion intervention for state body dissatisfaction and self-improvement motivation. *Body Image*, 27, 67-76.

Molina, D. C., Goncalves, S., Guimaraes, G., & Aerts, D. (2018). Body image satisfaction and subjective well-being among ninth-grade students attending state schools in Canoas, Brazil. *Ciencia & Saude Coletiva*, 23(12), 4289-4298. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182312.14742016>

Palacios, J. R., & Ramirez, V. (2016). Estudio comparativo de la autoeficacia saludable en las conductas alimenticias de riesgo en jóvenes. *Psicología Iberoamericana*, 24(2), 17-25.

Verdugo, G., Armas, E., Baños, R., Moncada, J., & Rentería, I. (2020). Distorsión de la imagen corporal y trastornos alimentarios en adolescentes gimnastas respecto a un grupo control de adolescentes no gimnastas con un IMC similar (Body image distortion and eating disorders in adolescent gymnasts vs. a control group of non. *Retos*, 37(37), 297-302.

Anexo 1. Figura 1. Diagrama de flujo de la búsqueda bibliográfica.



Anexo 2.

Tabla 1. Registro de artículos de estudio con autoeficacia y la insatisfacción corporal.

Autor (es)	País	Muestra	Instrumento	Resultados
Duno y Acosta, 2019	Venezuela	n=143 H(n=26) M(n= 117)	Test de Siluetas de Gramerd. Estrato socioeconómico. Test GodinShepard Condición Física genera (CF)	Elevado porcentaje de insatisfacción corporal en ambos sexo, 84,6% (mujeres) y 80,4% (hombres).
Escolar et al., 2019	España	n=561 H (n = 240) M (n = 321)	Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria Cuestionario de Remisión (EDI-3-RF Datos demográficos(sexo, edad, grado, residencia)	Presencia significativa de la insatisfacción corporal más presente en las mujeres (2%) que en los varones (0.7%).
Ramírez, 2017	España	n= 1430 H(n=836) M(n=594)	Imagen Corporal percibida Imagen corporal idea Imagen corporal Social	Baja satisfacción corporal.
Peralta, Emelin, y Quintana, 2016	Perú	N= 108	Entrevistas. Porcentaje de percepción equivocada de peso o talla. Percepción sobre su imagen corporal y prácticas para corregirla	36,1% tenían percepción equivocada de su peso y 50,9% de su talla. En la fase cualitativa tenía percepción equivocada del peso.
Bully, Elosua, y Jáuregui, 2016.	España	n= 4314 H(n=2161) M(n=2153)	Escala insatisfacción corporal	Se observó una disminución no-significativa de los valores medios de insatisfacción corporal en la muestra de mujeres
De Pinho et al., 2019	Brasil	n= 535	Cuestionario: sociodemográficas e imagen corporal	Los adolescentes poseen insatisfacción de la imagen corporal.
Flanagan y Perry, 2018	Estados Unidos	n= 28	Encuesta Collins Body Figure Perception Encuestas evaluando la insatisfacción corporal, la eficacia del ejercicio, la PFP Medidas de aptitud física.	Relación significativa entre insatisfacción corporal (BD) y autopercepción de aptitud física (PDF).
Moffitt, Neumann, y Williamson, 2018	Australia	n= 149	3 intervenciones (autoestima, autocompasión o control de distracción positiva)	La insatisfacción con el peso del estado y la insatisfacción de la apariencia fueron significativamente más bajas y la motivación de superación personal fue significativamente mayor en el grupo de autocompasión que en los grupos de autoestima y control

Autor (es)	País	Muestra	Instrumento	Resultados
Hernández et al., 2016.	México	n= 282 H(n= 38) M(n=144)	Cuestionario de Imagen Corporal Test Infantil de Actitudes Alimentarias Cuestionario de Actitudes Socioculturales hacia la Apariencia	La interiorización del ideal corporal es el principal predictor de la insatisfacción corporal en ambos sexos
Caldera et al., 2019.	México	n=567H (n=279) M (n= 288)	Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal (Body Shape Questionnaire) Inventario de Personalidad NEO	Se identificaron como variables predictoras de la imagen corporal insatisfecha. Se encontraron relaciones significativas entre las dimensiones de la personalidad neuroticismo, extroversión, amabilidad y responsabilidad con la IC.
Verdugo, Armas, Baños, Moncada, y Rentería, 2020.	México. Costa Rica	n= 56	Escala de Factores de Riesgo de Trastornos Alimentarios (EFRATA)	Los gimnastas presentaron un mayor grado de insatisfacción corporal al desear una silueta más gruesa o musculosa para el caso de los varones, mientras que las mujeres quieren ser más delgadas respecto al grupo control.
Platas, Gómez, y Pineda, 2019	México	n= 549 H(n=284) M(n=265)	Batería de pruebas con propiedades psicométrica	Totalidad de la muestra se encontraban insatisfechos y con alteración de la imagen corporal; específicamente, subestimaban su peso corporal (tamaño y forma).
Venegas y González, 2020.	México	n= 206 M(n=206)	modelamiento de ecuaciones estructurales	Modelos propuestos son evidencia de que las variables socioculturales influyen de manera significativa en la creación de una imagen corporal negativa
Franco, Díaz, y Bautista, 2019.	México	n= 487 M(n=487)	Test de Actitudes Alimentarias Cuestionario de Imagen Corporal	El 18,8% de las adolescentes y 19,8% de las jóvenes presentaron insatisfacción corporal.
Mendoza y Olalde, 2019	México	n= 187	Cuestionario Breve de Conductas Alimentarias de Riesgo Sfs-test	Se observó una insatisfacción severa en el 26.7%. Las mujeres con sobrepeso tenían más probabilidades de estar insatisfechas con su imagen corporal.

Autor (es)	País	Muestra	Instrumento	Resultados
Albertson, Neff, y Dill, 2015	Brasil	n= 201	Body Área Scale Escala de violencia psicológica Conflict Tactics Scales Form R (CTS-1).	La violencia psicológica está asociada a la insatisfacción de la imagen corporal solamente en adolescentes de sexo femenino (OR = 4,2; intervalo de confianza de 95%, 1,37 a 12,86).
Sánchez, López, Sgroi, y Díaz, 2019	Italia	n= 335 H (n=198) M (n =137)	Siluetas de Stunkard.	Problema psicológico de la insatisfacción corporal tuvo una mayor prevalencia que el problema fisiológico de la obesidad.
Amaya, Alvarez, Ortega, y Mancilla, 2019	México	n= 175H (n= 80)M (n=95)	Test Infantil de Actitudes Alimentarias (CHEAT) Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ-16) Cuestionario de Actitudes Socioculturales hacia la Apariencia-versión Revisada (SATAQ-R) Inventario de Influencia de Pares sobre la Preocupación Alimentaria(I-PIEC)	Las asociaciones de la influencia de pares y la interiorización del ideal corporal con la insatisfacción corporal fueron más altas que con las conductas alimentarias anómalas y, por el contrario, el IMC fue una de las variables con las correlaciones más bajas con insatisfacción corporal y conductas alimentarias anómalas.
Vurgun, 2015	Turquía	n= 45 H(n=20) M(n=25)	Cuestionario de Satisfacción de Imagen Corporal Escala de Self-efficacy.	Las mujeres que hacen ejercicio están más satisfechas con su imagen corporal en comparación con mujeres sedentarias. El IMC fue encontrado como el predictor más fuerte de satisfacción corporal.
Rostami, Fallahi, Pashaei, y Roshani, 2017	Irán	n= 816 M(n= 816)	Cuestionario (información demográfica) Construcciones de modelos transteóricas Evaluación de imágenes corporales	El efecto de interacción de la autoeficacia y la imagen corporal sobre el comportamiento del ejercicio fue estadísticamente significativo (P <0.05).
Molina et al., 2018.	Brasil	n= 1460	Cuestionario sociodemográfico Criterios de Clasificación Económica Brasil Cuestionario de forma corporal Escala de satisfacción de vida de los estudiantes multidimensionales medidas de felicidad percepción de salud	Los resultados muestran que la mayoría de los participantes estaban satisfechos con su imagen corporal.

Autor (es)	País	Muestra	Instrumento	Resultados
Palacios y Ramirez, 2016	México	n=1012 H(n=531)M (n=481)	Unikel, Bojórquez y Carreño (2004)(conductas alimentarias) subescala del inventario de Palacios (2015)(autoeficacia)	Los resultados mostraron que las mujeres se preocupan más por su peso, en comparación con los hombres.
Ghahremani et al., 2018	Irán	n=150 (72 en el grupo de intervención y 78 en el grupo de control)	Preocupación por la imagen corporal de Littleto cuestionarios de autoestima de Rosenberg	Disminución significativa en el nivel de preocupaciones sobre la imagen corporal en los estudiantes del grupo experimental en comparación con el grupo de control y un aumento de la autoestima de los estudiantes en el grupo experimental en comparación con el grupo control.
Rossi, Trevisol, Dos Santos, Dapieve, y Von, 2020	Brasil	n=296 H (n=127) M(n=169)	Ficha de datos sociodemográficos, Escala de Autoeficacia General Percibida (EAGP) Escala de Motivación para Aprender (EMA-EM)	Correlación positiva entre la autoeficacia y la motivación intrínseca, una correlación negativa entre la autoeficacia y la motivación extrínseca, medias más altas para la motivación intrínseca en las mujeres y para la motivación extrínseca en los hombres, y medias más altas en autoeficacia en los hombres...
Meza y Pompa, 2018	México	n=540 H (n = 132) M (n = 408)	Datos antropométricos (peso, talla, IMC) Autopercepción de imagen corporal actual e ideal	Diferencia entre la imagen corporal real e ideal, también entre la real y el grupo de IMC. Además revelan que a mayor IMC mayor distorsión en la imagen corporal, y mayor insatisfacción con la imagen en mujeres.

Escalas: IMC (índice de masa corporal), n (muestra), M (mujeres), H (hombre).