

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

**SEDE QUITO**

**CARRERA:  
PSICOLOGÍA**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:  
PSICÓLOGA**

**TEMA:  
ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ALTERACIONES EN LA IMAGEN  
CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD  
POLITÉCNICA SALESIANA, A PARTIR DE LA PANDEMIA POR COVID-  
19**

**AUTORA:  
CRISTINA GABRIELA GAIBOR SÁNCHEZ**

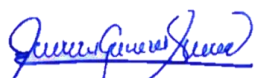
**TUTOR/A:  
MARÍA BELÉN HUILCA ORTIZ**

**Quito, enero del 2022**

### **Cesión de derechos de autor**

Yo, Cristina Gabriela Gaibor Sánchez, con documento de identidad N°1723704449 manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana, la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del trabajo de titulación con el tema: “ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ALTERACIONES EN LA IMAGEN CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA, A PARTIR DE LA PANDEMIA POR COVID-19”, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Psicóloga, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autora me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Cristina Gabriela Gaibor Sánchez

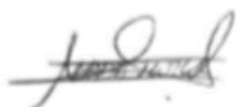
1723704449

Quito, enero del 2022

### **Declaratoria de coautoría de la docente tutora**

Yo María Belén Huilca Ortiz, declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el proyecto de investigación, “ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ALTERACIONES EN LA IMAGEN CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA, A PARTIR DE LA PANDEMIA POR COVID-19”, realizado por Cristina Gabriela Gaibor Sánchez, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, enero del 2022



María Belén Huilca Ortiz

0604082008

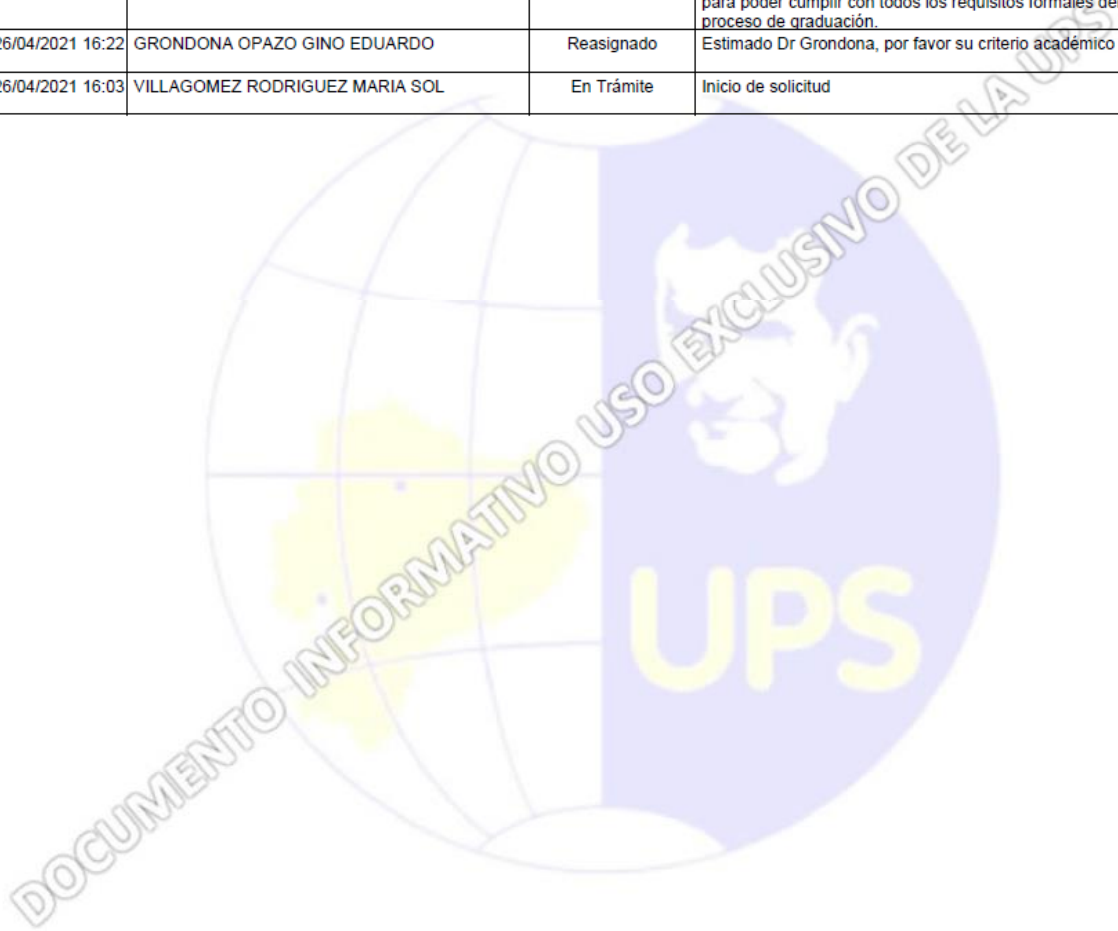
**UNIVERSIDAD POLITECNICA SALESIANA**  
**DETALLE DE SOLICITUD**

18-ene-2022 10:31:48  
PÁGINA 1 DE 1

**SOLICITANTE:** GAIBOR SANCHEZ CRISTINA GABRIELA  
**NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:** 1723704449  
**CORREO INSTITUCIONAL:** cgaibors@est.ups.edu.ec  
**FECHA DE REGISTRO:** 26/04/2021 16:03  
**CARRERA - POSGRADO:** PSICOLOGÍA [UNIFICADA]  
**DESTINATARIO INICIAL:** VILLAGOMEZ RODRIGUEZ MARIA SOL  
**TIPO DE SOLICITUD / ASUNTO:** Carta de AVAL Institucional para uso de Información.

**NRO. SOLICITUD** 001023167

FECHA	ASIGNADO	ESTADO	OBSERVACIONES
26/04/2021 21:49	VILLAGOMEZ RODRIGUEZ MARIA SOL	Aprobado	Se aprueba el pedido según recomendación de la Dirección de Carrera. A la estudiante se recomienda el manejo ético, confidencial y con fines únicamente académicos de la información
26/04/2021 21:41	VILLAGOMEZ RODRIGUEZ MARIA SOL	Reasignado	Se recomienda autorizar la emisión de la carta solicitada, para poder cumplir con todos los requisitos formales del proceso de graduación.
26/04/2021 16:22	GRONDONA OPAZO GINO EDUARDO	Reasignado	Estimado Dr Grondona, por favor su criterio académico
26/04/2021 16:03	VILLAGOMEZ RODRIGUEZ MARIA SOL	En Trámite	Inicio de solicitud



## **Dedicatoria**

A Dios, por mostrarme cuán grande es su amor por mí. En cada proceso de mi vida has sacado lo mejor de mí. Eres mi fortaleza y te amo.

A mi Mamá, quien ha sido incondicional con su amor, paciencia, esfuerzo y su incansable ayuda en todo momento, me has ensañado a trazar mi camino y caminar con mis propios pies, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo, dedicación y valentía.

A mis hermanos, Daniel y Diana tan increíbles y únicos, son un preciado regalo que Él Señor me ha dado, sin duda mi ejemplo de amor y trabajo duro, gracias por estar siempre conmigo.

A mis sobrinos, Daniela y Matías soy muy afortunada de tenerlos, son un regalo cuyo valor no puede medirse sino por el corazón. Soy dichosa de verlos crecer y aprender, luchen siempre por lo que quieren.

## **Agradecimiento**

A ti, Dios, te doy gracias, porque me das fuerza y sabiduría en cada momento de mi vida. Gracias por escuchar los anhelos de mi corazón y por todas las formas en las que me muestras tu inmenso amor.

## Índice de contenido

Introducción.....	1
1. Planteamiento del problema .....	2
2. Justificación y relevancia .....	5
3. Objetivos .....	6
3.1. Objetivo general .....	6
3.2. Objetivos específicos .....	6
4. Marco conceptual.....	6
4.1. ¿Qué es la Imagen Corporal? .....	6
4.2. Trastornos de la Imagen Corporal .....	8
4.3. La imagen corporal y Género .....	11
4.4. COVID-19 y La Imagen Corporal.....	12
5. Variables o dimensiones .....	13
6. Hipótesis.....	14
7. Marco metodológico .....	14
7.1. Perspectiva metodológica.....	14
7.2. Diseño de investigación .....	14
7.3. Tipo de investigación.....	14
7.4. Instrumentos y técnicas de producción de datos.....	14
7.5. Plan de análisis .....	15
8. Población y muestra.....	16
8.1. Población.....	16
8.2. Tipo de muestra .....	16
8.3. Criterios de la muestra .....	16
8.4. Fundamentación de la muestra .....	16
8.5. Muestra.....	16
9. Descripción de los datos producidos .....	17

10.	Presentación de los resultados descriptivos .....	19
11.	Análisis de los resultados .....	34
12.	Interpretación de los resultados .....	36
	Conclusiones.....	37
	Referencias bibliográficas .....	40
	Anexos .....	43



## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Variables y dimensiones de la IC .....	13
<b>Tabla 2.</b> Población entrevistada .....	18
<b>Tabla 3.</b> Respuestas ATLAS.TI.....	19
<b>Tabla 4.</b> Componente perceptivo .....	21
<b>Tabla 5.</b> Componente cognitivo.....	23
<b>Tabla 6.</b> Componente afectivo .....	27
<b>Tabla 7.</b> Componente conductual .....	30

## **Abreviaturas**

IC	Imagen Corporal
TCA	Trastornos de la Conducta Alimentaria
TDC	Trastorno Dismórfico Corporal
UPS	Universidad Politécnica Salesiana

## Resumen

La investigación tiene como objetivo analizar las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana a partir de la pandemia por COVID-19. La metodología fue de tipo descriptivo, para la obtención de datos se entrevistó a 4 grupos focales de 7 a 10 personas cada uno con la finalidad de analizar las dimensiones perceptivas, cognitivas, afectivas y conductuales relacionadas con la imagen corporal. La muestra estuvo conformada por 29 estudiantes universitarios, el 48,27% fueron mujeres y el 51,73% fueron hombres. Los participantes de cada grupo focal se encuentran en un rango de 20 y 30 años de edad. Los principales resultados muestran una modificación en la percepción de la imagen corporal de los estudiantes debido al COVID-19, se evidencian pensamientos negativos y valoraciones distorsionadas de sus cuerpos. En base a las respuestas obtenidas en las entrevistas se muestra que, los grados de insatisfacción corporal son altos, debido a esto los estudiantes carecen de habilidades para poder contrarrestar la presión de la sociedad de la “imagen corporal ideal”, lo que provocaría efectos negativos en su salud mental, por esta razón se debería prestar atención al tema de la imagen corporal en los estudiantes debido a que la mayoría de los entrevistados mencionaron no contar con un espacio para hablar acerca de estos temas.

**Palabras clave:** imagen corporal, alteraciones, percepción, COVID – 19.

## **Abstract**

The research aims to analyze the alterations in the perception of body image in students of the Salesian Polytechnic University from the COVID-19 pandemic. The methodology was descriptive, to obtain data, 4 focus groups of 7 to 10 people each were interviewed in order to analyze the perceptual, cognitive, affective and behavioral dimensions related to body image. The sample consisted of 29 university students, 48.27% were women and 51.73% were men. Participants in each focus group are in the 20 to 30 year age range. The main results show a modification in the perception of the students' body image due to COVID-19, negative thoughts and distorted evaluations of their bodies are evidenced. Based on the answers obtained in the interviews, it is shown that the degrees of body dissatisfaction are high, due to this the students lack the skills to be able to counteract the pressure of society for the "ideal body image", which would cause negative effects in their mental health, for this reason attention should be paid to the subject of body image in students because most of the interviewees mentioned not having a space to talk about these issues.

**Keywords:** body image, alterations, perception, COVID - 19.

## Introducción

De acuerdo con Tucker y Maxwell (1992), en torno al término imagen corporal, se han emitido a lo largo del tiempo, una variedad de conceptos que se podrían considerar equivalentes en la literatura, como por ejemplo: satisfacción corporal, cathexis corporal, atención corporal, esquema corporal, cathexis corporal, estima corporal.

Según Salaberria et al. (2007), señalan que la imagen corporal se construye de manera evolutiva, a través del curso de la vida, las cuales se van interiorizando, entre las cuales mencionan:

- Un recién nacido de apenas 5 meses puede llegar a diferenciar entre ellos los objetos de su entorno y a sus cuidadores (p. 172).
- En el primer año empiezan a caminar y explorar sus alrededores (p. 172).
- Con 3 años desarrollan habilidades motoras y pueden controlar sus esfínteres, experimentando la relación entre el cuerpo y el ambiente (p. 172).
- De 4-5 años, los niños comienzan a describirse a sí mismo de forma vivencial, integrándose así el sentido del tacto, vista, sistema motor y sensorial (p. 172).
- Al llegar a la adolescencia perciben el cuerpo como fuente de identidad, de autoconcepto y autoestima (p. 172).

La imagen corporal es un elemento del autoconcepto que afecta en la vida de cada persona, no sólo en el aspecto físico sino en lo emocional, intelectual y social, esto es, de manera integral, de lo contrario, es posible que afecte a dicha persona con problemas de insatisfacción corporal, disformia corporal desórdenes alimenticios graves, y distorsión perceptiva corporal (Montero & Moncada, 2008).

En la sociedad actual, el cuidado del cuerpo se traduce como un negocio, ya que la enorme preocupación por tener una apariencia física perfecta e impecable, hace que el consumo de productos químicos de dudosa procedencia y cirugías estéticas con personal no facultado para aquello, cada día estén en constante aumento, como una manera de contrarrestar la frustración y ansiedad por cumplir ciertos estándares de belleza, por ejemplo: cuerpos esbeltos y tonificados, nariz y rostro perfilados, cintura delgada, entre otros.

Avanzando en el tema, en cuanto a los trastornos de la imagen corporal y de alimentación en tiempos de COVID- 19, mismos que podrían deberse a la ansiedad y estrés debido al confinamiento y el cambio abrupto en la cotidianidad de las personas, De La Serna (2020) menciona que, es importante conocer cómo, el estado de ánimo influye

en la elección sobre lo que las personas comen, tanto en cantidad como en calidad. El incremento de comidas calóricas, los "atracones" como forma de "rellenar" la vida o la "mala" alimentación, que afecta en la autoestima y salud física de las personas lo que puede desembocar en una insatisfacción por la imagen corporal.

El aislamiento social, la ansiedad y la histeria colectiva tienen un impacto en la salud mental. Para Xaviera Gómez (2020), los sentimientos más comunes debido a la pandemia por COVID-19 son: "miedo, incertidumbre, ansiedad, tristeza, falta de control y frustración, y como consecuencia el aparato psíquico entra en un desequilibrio emocional" (p. 2).

El COVID-19, ha modificado inesperadamente la cotidianidad de las personas y el adaptarse a un conjunto de nuevas rutinas hace notar que el ser humano no está equipado para hacer frente a cambios repentinos, por ejemplo, en el cuidado del cuerpo, es posible que estas rutinas de "cuidado personal" hayan quedado pendientes y debido a esto se genera estrés, lo que ha llevado a muchos sujetos a recurrir a distintos mecanismos de afrontamiento, algunos de los cuales son dañinos para la salud física y mental.

## **1. Planteamiento del problema**

En la sociedad actual, la inconformidad con la apariencia corporal es muy evidente, la cultura ha glorificado la belleza, la juventud y la salud, como algo primordial; de hecho, las personas pueden llegar a despilfarrar millones de dólares al año con el único propósito de perfeccionar su aspecto físico. Esto lo ha convertido en un negocio redondo dentro de las áreas de la medicina donde crean y promocionan diferentes tratamientos para mejorar el aspecto físico. Esta preocupación exagerada según Raich (2004), llega a ser una experiencia desastrosa, perturbadora e incapacitante para muchas personas.

Estos problemas con la imagen corporal tienen que ver con varias alteraciones en el estado de ánimo, los individuos se sienten inapropiados como personas, tienen una baja autoestima y manifiestan el deseo constante por cambiar su aspecto físico. Las repercusiones de esta forma negativa de auto percibirse puede afectar la conducta de las personas llegando a causar ansiedad interpersonal, asumiendo que si el individuo no puede aceptarse, su entorno tampoco lo aceptarán (Raich, 2004).

A los 11 días de marzo, finalizando el primer trimestre de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró pandemia mundial. Se desató un estado de alarma para sobre guardar los sistemas sanitarios, quienes se encargaban de mantener a salvo la

salud de cientos de personas, frenar los contagios y reforzar los críticos sistemas de salud pública (Balluerka et al., 2020).

Luego, durante el periodo de alarma, todos los países limitaron las actividades a las estrictamente necesarias, empezaron a cambiar la modalidad del trabajo, se vio limitado el transporte de viajeros, donde se debió disminuir su aforo, asimismo, los lugares dedicados a eventos culturales, artísticas, deportivas y similares permanecieron cerrados; se implementó el teletrabajo y se suspendió la asistencia presencial de los estudiantes, de esta forma, se recurrió a la posibilidad de realizar las clases en línea (Balluerka et al., 2020).

Es así como, la crisis generada por la pandemia de COVID-19, se convirtió en la mayor alarma mundial de la historia actual de la humanidad, esto fue un reto político de las naciones que sucumbían ante el número de casos que registrados que en pocas semanas se habían desplazado por todo el mundo. Son múltiples los efectos de índole económico y social incluyendo el inevitable deterioro en la salud mental de las personas que, a corto o largo plazo, tendrán que ser tratados en los mismos sistemas de salud de cada nación.

El estilo de vida que mantenían las personas fue modificado por el tiempo de confinamiento, Wang (2020) menciona que, se incluyeron hábitos poco saludables durante este período. Entre ellos el uso excesivo de dispositivos de comunicación y entretenimiento que conllevó a desarrollar conductas sedentarias, incluyendo malos hábitos alimenticios que causaron problemas psicológicos y físicos.

De esta forma, el estilo de vida sedentario fue en aumento, esto se evidencia significativamente por el tiempo que las personas permanecen recostados o sentados, debido a la premisa de no salir de casa. Con el tiempo estos hábitos se transforman en problemas de falta de condición física que pueden llegar a convertirse en enfermedades crónicas como obesidad, diabetes, y problemas cardiovasculares, entre otras. Actualmente, estas enfermedades se acunian a la pandemia que estamos sobrellevando, pues se incrementó la morbilidad general, que induce además hacia una imagen corporal negativa y bajo autoestima. (Mera et al., 2020, p. 168)

Más aún, en un estudio realizado por la Universidad de Barranquilla respecto a la percepción de la imagen corporal en tiempos de COVID-19, se evidenció que, el confinamiento obligatorio influyó en la forma que los estudiantes perciben su imagen corporal, la preocupación excesiva por su peso, ha provocado un impacto en su autopercepción y autoestima. En consecuencia, se debe tomar en cuenta los sentimientos

que genera esta época de incertidumbre y encierro tales como la ansiedad, la depresión y, especialmente, la falta de autocontrol en la alimentación y desinterés por la práctica de actividad física (Nieto et al., 2020).

El estudio fue realizado con estudiantes de la Universidad de Atlanta en Colombia, la muestra estuvo conformada por 180 universitarios masculinos con una edad de 20 años, para obtener la información utilizaron el Body Shape Questionnaire (BSQ) cuestionario de la figura corporal, en español y como principales resultados obtenidos fue la extrema atención por la imagen corporal y peso, que pasó a alcanzar un 65% en tiempos de COVID-19, lo cual se hace notorio en la insatisfacción corporal ya que se muestran muy preocupados en relación a su figura (Nieto et al., 2020).

Es importante mencionar que, los principales pensamientos que suelen presentarse en la mayoría de los jóvenes son: seguir una dieta estricta sin supervisión de un profesional, realizar ejercicio físico todos los días, sentir que su piel no está tonificada, y que su grasa abdominal se debe a la falta de autocontrol en la ingesta de alimento, todos estos pensamientos a menudo conllevan a tener una mala percepción de la imagen corporal y en algunos casos se derivan en trastornos alimenticios o de la imagen corporal.

En la Universidad Politécnica Salesiana la carrera de Psicología de la Sede Quito a través del grupo de investigación de Prácticas de Externado, aplicó una encuesta piloto sobre la salud mental y el COVID-19 a estudiantes de noveno nivel de la carrera de Psicología en el periodo 2020-2021, se obtuvo un total de 45 respuestas. El 80% de las respuestas corresponden a mujeres mientras que el 20% pertenecen a hombres, como principales resultados de la encuesta se obtuvieron: estados de ánimo variables, virtualidad y aprendizaje afectados, vínculos familiares afectados, vínculos familiares reforzados, factor alimenticio inestable, aumento y disminución en actividades físicas.

El factor alimenticio y la actividad física han sido de mayor interés para realizar la presente investigación, debido a que en un 73.3% los estudiantes encuestados respondieron que durante la pandemia han llevado un estilo de vida sedentario, el 54.2% han aumentado de peso debido a este sedentarismo, mientras que el 73.3% ha percibido cambios en su alimentación y el 54.5% menciona que su ingesta de alimentos ha aumentado, estos resultados que han variado tanto se los considera como principales elementos dentro de los cambios generados por la pandemia. Por tal motivo, se ha visto la importancia de conocer el papel que tienen las percepciones corporales y la adopción de comportamientos dirigidos a cuidar el aspecto físico.



¿Existe alguna alteración en la percepción de la imagen corporal de los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana a partir de la pandemia por COVID 19?

## **2. Justificación y relevancia**

El siglo XXI ha experimentado un aumento significativo en la investigación académica y el interés popular por la imagen corporal. En el ámbito académico, los investigadores de varias disciplinas se han interesado en los factores que afectan las experiencias de aumento de peso y de grasa corporal de las personas y el impacto de la imagen corporal en el comportamiento (Grogan, 2017, p. 1).

Así es como González (2013), menciona que la presencia de un prototipo de belleza, infundido entre la sociedad, implica una presión significativa para la población en general. Si una persona tiene un cuerpo delgado y esbelto, existen motivos para tener una autopercepción positiva; no obstante, los sujetos que se alejan de este modelo padecen el estigma de no apegarse al estereotipo de belleza socialmente establecido, lo que implica sentimientos de rechazo y fracaso.

Así mismo, los medios de comunicación cumplen un papel significativo para difundir estos prototipos de belleza ideales. Sin duda, en los anuncios publicitarios, se exhiben imágenes que pueden inducir a la preocupación por alcanzar las medidas “perfectas”, inconformidad corporal, rechazo social y de esta forma se incrementa el riesgo de sufrir algún trastorno de la imagen corporal (Vaquero et al., 2013).

Bajo este contexto y debido a la pandemia mundial por COVID-19, se demuestra que los estudiantes emplean la mayor parte de su tiempo en ejercer funciones como: clases virtuales, teletrabajo, quehaceres domésticos, dejando de lado la actividad física y una alimentación balanceada, provocando un posible sedentarismo y aumento en sus niveles de ansiedad y estrés, lo que puede inducir en una preocupación por su imagen corporal y el deseo constante de mejorar su aspecto físico.

Si bien es cierto, la imagen corporal es la percepción interna que las personas tienen de sí mismas, la cual contiene sentimientos, percepciones, pensamientos y creencias, sobre su cuerpo. Los sujetos pueden desarrollar una preocupación obsesiva por su apariencia física, por lo que pueden presentar distorsiones en los pensamientos, emociones y percepción de la imagen corporal y esta “preocupación obsesiva” posiblemente incrementó debido a la pandemia ya que las rutinas han sido alteradas.

Ante lo expuesto, es importante desarrollar la investigación con el fin de obtener una perspectiva macro de las posibles alteraciones y cambios en la imagen corporal,

indagando en esos aspectos que preocupan a los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana, de esta manera prevenir posibles trastornos de la imagen corporal, impartiendo talleres, capacitaciones y programas de prevención que cuenten con alternativas de detección temprana para servir de apoyo a los estudiantes que así lo requieran, ya que los trastornos en la imagen corporal identificados tempranamente permiten llevar una adecuada salud mental.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo general**

Analizar las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana a partir de la pandemia por COVID-19.

#### **3.2. Objetivos específicos**

- 3.2.1. Examinar el componente perceptual, cognitivo, afectivo y conductual de la imagen corporal de los estudiantes.
- 3.2.2. Indagar los aspectos de la imagen corporal que preocupan a los estudiantes y las causas del problema.
- 3.2.3. Proponer alternativas de detección temprana de trastornos de la imagen corporal orientadas a la prevención de esta clase de problemas psicológicos dentro de la salud mental de los estudiantes.

### **4. Marco conceptual**

En base a los objetivos planteados y la pregunta de investigación establecida, se considera que, la mejor manera de enfocar esta problemática es mediante la investigación, ya que en la actualidad a nivel mundial existen estándares de belleza que pueden llegar a interiorizar los jóvenes, al suponer un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones de la imagen corporal.

#### **4.1. ¿Qué es la Imagen Corporal?**

“La imagen que forma la mente del propio cuerpo, es decir, el modo en que el cuerpo se nos manifiesta. Por ende, la imagen corporal no es precisamente correlacionada con la apariencia física real, siendo claves las actitudes y valoraciones

que el individuo hace de su propio cuerpo” (Vaquero et al., 2013, p. 28).

Así es como lo menciona Salazar (2008), la imagen corporal describe a la autopercepción de la forma, tamaño y figura corporal, es decir, como los sujetos ven su cuerpo y cómo piensan que otros ven su cuerpo; mientras que Cash & Pruzinsky (1990) mencionan que, es posible analizar dos aspectos de la imagen corporal: *el perceptivo*, que hace alusión a la referido a la apreciación del tamaño corporal; y el *subjetivo*, que añade la actitud frente al peso, tamaño, partes del cuerpo y al aspecto físico.

Por consiguiente Cash & Pruzinsky (1990), enlistan las siguientes características de la imagen corporal:

- Es una concepción diversa.
- Está conectada con los sentimientos de autoconciencia.
- Se instaura social y culturalmente.
- Está en continuo desarrollo, donde es anexo a la experimentación de un sujeto, y de los influjos sociales.
- Influye principalmente en el comportamiento de un sujeto.

Según (Raich, 2004), la imagen corporal constituye una representación mental del conocimiento corporal del sujeto. Mientras que algunos puntos de vista psicoanalistas determinan que el término imagen corporal hace alusión al límite corporal observado de cada persona; por ejemplo Dolto (1986) menciona que, la imagen corporal es siempre inconsciente y está formada por la articulación dinámica de tres modalidades de imagen: una funcional, una de base y una imagen de las zonas erógenas, en las que se expresa la tensión de las pulsiones. Por tanto, estas tres particularidades: funcional, de base y de las zonas erógena constituyen la imagen del cuerpo, sujeto de vivencias y el narcisismo del individuo en cada estadio de su evolución.

Por otro lado para Thompson (1990), quien presenta un enfoque de base empírica para la alteración de la imagen corporal, se centra en métodos cognitivo-conductuales de evaluación y tratamiento señala que, la imagen corporal está constituida por los siguientes componentes:

- *Componente perceptual*: precisión con que se percibe el tamaño corporal de diferentes segmentos corporales o del cuerpo en su totalidad. La alteración de este componente da lugar a la percepción del cuerpo en unas dimensiones mayores a las reales o a la percepción de un tamaño corporal inferior al que realmente corresponde (Thompson, 1990).

- *Componente subjetivo (cognitivo-afectivo)*: actitudes, sentimientos, cogniciones y valoraciones que despierta el cuerpo, principalmente el tamaño corporal, peso, partes del cuerpo o cualquier otro aspecto de la apariencia física, por ejemplo: satisfacción, preocupación, ansiedad (Thompson, 1990).
- *Componente conductual*: conductas que la percepción del cuerpo y sentimientos asociados provocan conductas de exhibición, conductas de evitación de situaciones que exponen el propio cuerpo a los demás (Thompson, 1990).

Según el análisis de las diferentes corrientes psicológicas se muestra que, este constructo es un tanto complejo, debido a que existe una representación mental conformada por un esquema corporal perceptivo, conductas asociadas, emociones y pensamientos. Además, la imagen corporal no siempre es el reflejo de la situación actual de las personas, por esta razón es importante abordar las distorsiones que pueden aparecer en la imagen corporal de los sujetos, por ello se citará al DSM-V.

#### **4.2.Trastornos de la Imagen Corporal**

Se conoce que, una imagen corporal negativa está relacionada en muchos casos a una baja autoestima, así como al sentimiento de incapacidad, frustración, tristeza incluso impotencia por no poder alcanzar el estándar de belleza o cuerpo perfecto. Hoy en día, existe una excesiva atención por la apariencia física y esta sobrevaloración del cuerpo afecta tanto a hombres como mujeres.

Así es como, “la preocupación por el aspecto físico, unido a las creencias de los beneficios del cuerpo perfecto, conlleva a nuevas necesidades que van dirigidas a la consecución de ideales estéticos que socialmente se han establecido” (Muñoz, 2014, p. 13). “En el caso de las mujeres se ha canalizado en los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) como: la anorexia y la bulimia, mientras que en los hombres en el Trastorno Dismórfico Corporal (TDC)” (Muñoz, 2014, p. 13). En todos estos aspectos, las personas buscan sentirse satisfechos con sus cuerpos, y de esta manera sienten que pueden para alcanzar la felicidad.

Es importante mencionar que “la imagen corporal y su alteración en los trastornos alimenticios han dado lugar a un gran número de investigaciones, los resultados no han sido muy consistentes, por lo que todavía no se ha logrado un consenso sobre su naturaleza” (Sepúlveda et al., 2001, p. 13).

#### 4.2.1. *Trastorno Dismórfico Corporal*

Según el DSM-V APA (2014), los criterios diagnósticos son:

“A. Preocupación por uno o más defectos o imperfecciones percibidas en el aspecto físico que no son observables o parecen sin importancia a otras personas” (APA, 2014, p. 147).

“B. En algún momento durante el curso del trastorno, el sujeto ha realizado comportamientos (p. ej., mirarse en el espejo, asearse en exceso, rascarse la piel, querer asegurarse de las cosas) o actos mentales (p. ej., comparar su aspecto con el de otros) repetitivos como respuesta a la preocupación por el aspecto” (APA, 2014, p. 147).

“C. La preocupación causa malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento” (APA, 2014, p. 147).

“D. La preocupación por el aspecto no se explica mejor por la inquietud acerca del tejido adiposo o el peso corporal en un sujeto cuyos síntomas cumplen los criterios diagnósticos de un trastorno alimentario” (APA, 2014, p. 147).

Según un estudio realizado por García (2014), menciona las principales obsesiones a las que una persona presta mayor atención, entre ellas son: la piel, cara, genitales, arrugas, dientes, pecho, nalgas, cicatrices, asimetría facial, vello facial, labios, nariz; esto causa en la vida cotidiana un deterioro en los escenarios laboral, educativo, relaciones interpersonales y otras áreas de su vida, lo que incluye, en ocasiones, las personas pueden evitar aparecer en público e ir a la escuela o a trabajar. En casos extremos, se pueden producir intentos de suicidio. (p. 140)

#### 4.2.2. *Vigorexia*

Es una alteración de la imagen corporal por la que el paciente presenta una preocupación excesiva hacia su cuerpo. Se busca obsesivamente aumentar la masa muscular a través de ejercicio, dietas desequilibradas e incluso consumo de diversas sustancias potencialmente nocivas y sin control sanitario. Por ejemplo: esteroides anabolizantes, hormonas, suplementos alimentarios, son fácilmente adquiridos en gimnasios y páginas web, por lo que no hay control en su prescripción y administración (Moreno et al., 2018).

### 4.2.3. Trastornos de la Conducta Alimentaria

#### 4.2.3.1. La bulimia nerviosa

“Es un trastorno alimentario caracterizado por atracones, seguido de comportamientos compensatorios inapropiados diseñados para prevenir el aumento de peso. Además, la autoevaluación de las personas con bulimia nerviosa está excesivamente influenciada por el peso y la forma del cuerpo” (APA, 2014).

Según el DSM-V APA (2014), los criterios diagnósticos son:

“A. Episodios recurrentes de atracones. Un episodio de atracón se caracteriza por los dos hechos siguientes” (APA, 2014, p. 193).

“1. Ingestión, en un periodo determinado (p. ej., dentro de un período cualquiera de dos horas), de una cantidad de alimentos que es claramente superior a la que la mayoría de las personas ingerirían en un período similar en circunstancias parecidas” (APA, 2014, p. 193).

“2. Sensación de falta de control sobre lo que se ingiere durante el episodio (p. ej., sensación de que no se puede dejar de comer o controlar lo que se ingiere o la cantidad de lo que se ingiere)” (APA, 2014, p. 193).

“B. Comportamientos compensatorios inapropiados recurrentes para evitar el aumento de peso, como el vómito auto provocado, el uso incorrecto de laxantes, diuréticos u otros medicamentos, el ayuno o el ejercicio excesivo” (APA, 2014, p. 193).

“C. Los atracones y los comportamientos compensatorios inapropiados se producen, de promedio, al menos una vez a la semana durante tres meses” (APA, 2014, p. 193).

“D. La autoevaluación se ve indebidamente influida por la constitución y el peso corporal” (APA, 2014, p. 193).

“E. La alteración no se produce exclusivamente durante los episodios de anorexia nerviosa” (APA, 2014, p. 193).

#### 4.2.3.2. La anorexia

Es un trastorno grave que se presenta principalmente en mujeres y se caracteriza por la pérdida excesiva de peso.

Según el DSM-5 APA (2014), sus criterios diagnósticos son:

“A. Restricción de la ingesta energética en relación con las necesidades que conduce a un peso corporal significativamente bajo con relación a la edad, el sexo, el curso del desarrollo y la salud física. *Peso significativamente bajo* se define como un peso que es

inferior al mínimo normal o, en niños y adolescentes, inferior al mínimo esperado” (APA, 2014, p. 191).

“B. Miedo intenso a ganar peso o a engordar, o comportamiento persistente que interfiere en el aumento de peso, incluso con un peso significativamente bajo” (APA, 2014, p. 191).

“C. Alteración en la forma en que uno mismo percibe su propio peso o constitución, influencia impropia del peso o la constitución corporal en la autoevaluación, o falta persistente de reconocimiento de la gravedad del peso corporal bajo actual” (APA, 2014, p. 191).

En el siguiente tema, se revisará la relación entre imagen corporal y género.

### **4.3.La imagen corporal y Género**

A pesar de la evidencia mostrada por la literatura, es necesario mencionar cuáles son los riesgos específicos que presentan de modo diferencial hombres y mujeres en relación con su imagen corporal, ya que son de gran utilidad, para orientar mejor las estrategias de prevención en los posibles trastornos a presentarse (Ramos et al., 2010).

De esta manera se relaciona la “insatisfacción de la imagen corporal con la identidad de género o los sentimientos de feminidad o masculinidad. Algunas personas creen que no poseen las cualidades que deberían por pertenecer a uno u otro género” (Ramos et al., 2010). Por ejemplo, “un hombre, aunque no de manera tan exagerada como una mujer, si no es alto, tiene la espalda estrecha, las caderas algo anchas o pectorales desarrollados, puede considerarse muy poco masculino y sufrir en consecuencia” (Raich, 2004, p. 20-21).

Para Ramos, Rivera de los Santos y Moreno (2010), las diferencias de sexo definidas no tienen importancia únicamente en la estimación de la imagen corporal, sino también en el comportamiento que los jóvenes realizan para controlar su peso. En el estudio realizado a 21.811 chicos y chicas adolescentes de 11-18 años en España, mencionan concretamente que, “la conducta de hacer dieta para adelgazar es mucho más frecuente en las mujeres (15%) en comparación con los hombres (9,5%), así como el hecho de no hacer dieta, pero creer que deberían perder algo de peso (31,39 y 21,03%)” (Ramos et al., 2010).

Bajo este contexto todas estas creencias han influenciado en los individuos en su autoestima, pues tienen una baja valoración de sí mismos. En una sociedad que encaja muy concretamente la feminidad y la masculinidad no es de extrañarse que los jóvenes

puedan llenarse de dudas sobre su cuerpo, en el momento en que no reúnan todos los “requisitos” que se supone deberían tener.

#### **4.4. COVID-19 y La Imagen Corporal**

Los efectos de la pandemia por COVID-19 están presentes en diversas áreas de la vida de los individuos. Los cuadros de estrés y ansiedad son altos debido a la falta de límites entre la vida personal, clases virtuales y el teletrabajo, ahora se ha sumado un nuevo elemento que es la preocupación por su aspecto físico, el mismo que puede deberse al poco tiempo dedicado a realizar actividades físicas, cambios bruscos en la ingesta de alimentos y dedicar mucho tiempo a las redes sociales.

“La sociedad occidental, ha transformado al cuerpo y sus cuidados en un negocio” (Salaberria et al., 2007, p. 173). “La preocupación por el cuerpo y, la apariencia física se ha convertido en una fuente de consumo y en una industria. La consecuencia es que la atención de mucha gente está centrada en el aspecto físico” (Salaberria et al., 2007, p.173). Esta insatisfacción con el cuerpo, pueden partir desde una preocupación normal hasta llegar a ser patológica afectando la salud mental de las personas.

Existe una investigación realizada por Sanday, Scappatura y Rutzstein en Argentina en la ciudad de Buenos Aires, en la cual se estudió el impacto de la pandemia por COVID-19 en los hábitos alimenticios y la imagen corporal. El estudio fue realizado a través de la plataforma Google Forms. La muestra estuvo conformada por 1033 mujeres edad media 28 años, que residían en Argentina. Los instrumentos utilizados fueron: Contour Drawing Rating Scale, Beck Depression Inventory II, Stait-Trait Anxiety Inventory y un cuestionario en el que se incluyeron preguntas sobre el impacto percibido del aislamiento. Como principales resultados encontraron que la mayoría de las participantes (91%) afirmó haber percibido cambios en la alimentación. Se halló un incremento de atracones (51%) y picoteo entre comidas (64%). El 55% de la muestra refirió hacer actividad física para bajar/mantener el peso. El 58% del total de la muestra refirió haber percibido un cambio en su imagen corporal, siendo mayoritariamente definido como un cambio negativo en un 71% (Sanday et al., 2020, pp. 302-303).

Las alteraciones de la percepción de la imagen corporal de las personas son parte de la experiencia en la pandemia, es notorio el incremento en la preocupación por el peso, la forma de su cuerpo y sentimientos hacia el cuerpo.



## 5. Variables o dimensiones

**Tabla 1**

*Variables y Dimensiones de la IC*

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>
<i>Imagen Corporal</i> : la manera en que las personas se perciben a sí mismas y cómo piensan que son vistas por las demás personas (constructo en continua formación, dependiente de las experiencias personales y de las influencias sociales y culturales) (Thompson, 1990).	<i>Componente perceptual</i> : puntualidad con que se percibe el peso y forma del cuerpo en su totalidad o en alguna de sus partes dando lugar a subestimaciones.  <i>Componente cognitivo</i> : valoraciones respecto al tamaño, peso y forma del cuerpo o una parte de éste, produciendo efectos de satisfacción o insatisfacción.  <i>Componente afectivo</i> : sentimientos ligados a estados de ánimo con respecto a la corporeidad o parte de ella.  <i>Componente conductual</i> : conductas que proceden de la percepción y los sentimientos relacionados con el cuerpo: su exhibición, evitación y conductas rituales enlazadas a la modificación del cuerpo.

*Nota.* Componentes de la IC. Fuente: Thompson (1990).

## **6. Hipótesis**

- La imagen corporal es un constructo en continuo desarrollo, que depende de las vivencias de la persona y de las influencias sociales y culturales.
- La imagen corporal es un concepto multifacético que incluye una parte perceptual, cognitiva, afectiva y conductual que puede ser identificada.
- Existen alteraciones significativas en la percepción de la imagen corporal en los estudiantes de la UPS a partir de la pandemia por COVID 19 y los cambios en los modelos de vida que ella implicó.
- Los trastornos en la imagen corporal identificados tempranamente permiten una posibilidad de llevar una adecuada salud mental.

## **7. Marco metodológico**

### **7.1. Perspectiva metodológica**

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo, el cual busca describir las características del fenómeno, de manera que, a partir de la información obtenida de los instrumentos, se puede realizar una descripción de las posibles alteraciones en la imagen corporal de los estudiantes en la Universidad Politécnica Salesiana debido a la crisis sanitaria causada por el COVID-19 y los cambios sociales que esta situación implicó.

### **7.2. Diseño de investigación**

El diseño de la investigación es de tipo no experimental, aquí se observarán los fenómenos dentro de su contexto natural para luego poder analizarlos, dentro de esta investigación cualitativa se realizará un diseño de investigación fenomenológica el objetivo primordial es examinar, relatar y entender las experiencias de los estudiantes con relación a su imagen corporal y revelar los elementos comunes dentro de sus experiencias.

### **7.3. Tipo de investigación**

La investigación tiene un alcance descriptivo.

### **7.4. Instrumentos y técnicas de producción de datos**

Se ha realizado 4 grupos focales de 7 a 10 personas cada uno para analizar las dimensiones perceptivas, cognitivas, afectivas y conductuales asociadas con la imagen corporal, a la vez se ha identificado aquellas preocupaciones y alteraciones que los

estudiantes puedan tener con relación a su imagen corporal. Dentro del presente proceso investigativo es esencial la operativización de la variable se ha construido los ítems que fueron la base de las preguntas que guiaron a los grupos focales.

### **7.5. Plan de análisis**

Para el plan de análisis la investigación se ha apoyado en la teoría fundamentada, la cual se presenta como “un método de investigación cuyo soporte epistemológico radica en la vinculación entre un sujeto que busca la comprensión de un objeto a investigar mediante las acciones y significaciones de los participantes de la investigación” (Charmaz, 2013, p. 272).

La teoría fundamentada se caracteriza “como un proceso metódico, sistemático e interpretativo, propio del paradigma cualitativo” (Bonilla & López, 2016, p.306). El proceso se inicia con la elección de la técnica y del instrumento que se considere adecuado, en este caso la entrevista guiada; se ingresa a campo y se recaban los datos.

“La recolección se realiza a través de dos procedimientos: el ajuste y el funcionamiento. El ajuste es la generación de categorías conceptuales a partir de los datos y el funcionamiento es la capacidad de las categorías conceptuales para explicar lo investigado” (Bonilla & López, 2016, 307).

En la presente investigación, para analizar los datos, se ha realizado una codificación abierta, para luego describir la muestra, unidades y categorías. Para Charmaz (2013), partiendo de la codificación abierta fue posible contemplar una codificación axial y se ha seguido los siguientes pasos:

1. Se ha realizado la descripción completa de la categoría (codificación selectiva).
2. Se ha analizado la significación de la categoría para los participantes (codificación selectiva).
3. Se ha identificado la frecuencia con que aparecen los elementos de la categoría en los materiales analizados.
4. Se ha encontrado vinculaciones, nexos y asociaciones entre las dimensiones de la categoría.
5. Al utilizar la selección de los temas y el establecimiento de las relaciones de las dimensiones de la categoría, se ha interpretado los resultados, para comprender el fenómeno.

## **8. Población y muestra**

### **8.1. Población**

Estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana.

### **8.2. Tipo de muestra**

No probabilística intencional o por conveniencia voluntaria. Para la investigación no se ha requerido de una determinada representatividad de estudiantes, sino de una controlada y cuidadosa elección de personas.

Para la elección de personas se ha realizado dos procedimientos:

1. Muestreo de participantes voluntarios: para lo cual se ha realizado 4 talleres de sensibilización con los estudiantes respecto a la problemática y se ha solicitado personas voluntarias que deseen ser parte de los grupos focales de este estudio.
2. Se ha utilizado la técnica “bola de nieve”, la cual ha identificado sujetos potenciales en la población universitaria, con el propósito de ser un informador clave que ha permitido generar nuevos contactos de personas que cumplan con los criterios que requiere la investigación.

### **8.3. Criterios de la muestra**

Los criterios de inclusión: estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana de 18 a 30 años de edad.

Los criterios de exclusión: estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana que han sido diagnosticados con algún tipo de trastorno por el que hayan tenido que recibir o estén en tratamiento psicológico o psiquiátrico, y estudiantes que sean miembros de grupos ASU – deportes.

### **8.4. Fundamentación de la muestra**

En un estudio previo sobre el estado de salud de los estudiantes de la UPS, se ha podido identificar que la inquietud por la imagen corporal podría ser un elemento importante dentro de las preocupaciones que presenta esta población debido al cambio de vida que ha implicado la pandemia por COVID 19.

### **8.5. Muestra**

Se ha trabajado con 4 grupos focales de 7 a 10 estudiantes cada uno. En cada grupo, se ha llevado a cabo una entrevista general dirigida por el moderador, a través de un guion de temas en base a ítems identificados dentro de las dimensiones de la variable en estudio.

## **9. Descripción de los datos producidos**

Los datos que se alcanzaron en la investigación provienen de la muestra establecida, que corresponde a los estudiantes de la UPS. En primer lugar, se realizó cuatro talleres de sensibilización acerca de la imagen corporal, los cuales fueron difundidos a la comunidad universitaria, por medio de redes sociales y correos electrónicos, además se contó con la ayuda de 2 docentes de cultura física de la UPS, quienes otorgaron 20 minutos al final de su hora de clase para impartir el taller a sus alumnos.

A los talleres asistieron un total de 37 estudiantes, 21 fueron mujeres (55,7 %) y 16 fueron hombres (44,4%). La mayoría de los asistentes pertenecen a las carreras de ingenierías de la Universidad Politécnica Salesiana.

Al final de cada taller los estudiantes llenaron una ficha de datos, la cual fue enviada mediante enlace de Google Forms, y después se contactó a los estudiantes interesados en participar en la investigación. Los talleres se llevaron a cabo los días 23 de abril, 05 y 11 de mayo del 2021 a las 19:00 y el 15 de mayo del 2021 a las 09:00am, mediante la plataforma Zoom. Es importante mencionar que, en los talleres de sensibilización se ha podido conocer las distintas opiniones y experiencias de cada uno de los participantes acerca de cómo perciben y valoran su cuerpo.

Luego, se contactó a los estudiantes y se conformó los grupos focales, al iniciar cada sesión se envió el consentimiento informado a todos los asistentes mediante el enlace de Google Forms. Se entrevistó a 4 grupos focales mediante la plataforma Zoom, el primer grupo se constituyó por 4 mujeres y 3 hombres, donde se abordó preguntas sobre la imagen corporal (componente perceptual), el segundo grupo se conformó por 3 mujeres y 5 hombres, donde se planteó preguntas sobre la imagen corporal (componente cognitivo), el tercer grupo se integró por 2 mujeres y 5 hombres, donde se enunció preguntas sobre la imagen corporal (componente afectivo), finalmente, el cuarto grupo focal se formó por 5 mujeres y 2 hombres, donde se llevó a cabo preguntas sobre la imagen corporal (componente conductual). Siendo así un total de 29 participantes, 14 fueron mujeres (48,27%) y 15 fueron hombres el (51,73%).

Los participantes de cada grupo focal estuvieron en un rango de edad entre los 20 y 30 años. Las sesiones se realizaron los días 19, 21 y 25 de mayo del 2021 a las 19:00 y el día 29 de mayo del 2021 a las 09:00am. Las personas seleccionadas para estos grupos focales fueron aquellas que desearon voluntariamente participar en la investigación.

**Tabla 2***Población entrevistada*

<b>Estudiante</b>	<b>Género</b>	<b>Carrera</b>
1	Masculino	Computación
2	Masculino	Computación
3	Masculino	Computación
4	Masculino	Computación
5	Masculino	Computación
6	Masculino	Computación
7	Masculino	Biotecnología
8	Masculino	Biotecnología
9	Masculino	Electricidad
10	Masculino	Electricidad
11	Masculino	Electricidad
12	Masculino	Sistemas
13	Masculino	Electrónica
14	Masculino	Electrónica
15	Masculino	Administración de Empresas
16	Femenino	Gestión Local para el Desarrollo Sostenible
17	Femenino	Gestión Local para el Desarrollo Sostenible
18	Femenino	Computación
19	Femenino	Computación
20	Femenino	Computación
21	Femenino	Electricidad
22	Femenino	Biotecnología
23	Femenino	Biotecnología
24	Femenino	Biotecnología
25	Femenino	Biotecnología
26	Femenino	Gerencia y Liderazgo
27	Femenino	Gerencia y Liderazgo
28	Femenino	Sistemas
29	Femenino	Administración de Empresas

*Nota.* Fuente: Gaibor (2021).

La dinámica de los 4 grupos focales ha consistido en una técnica que privilegia el habla, y su interés fue captar la forma de vivir, pensar y sentir de los estudiantes referente a las alteraciones de su imagen corporal a partir de la pandemia por COVID-19. Los grupos focales se realizaron bajo el marco de protocolos de investigación e incluyeron el consentimiento informado, una temática específica, preguntas planteadas acorde a cada componente de la imagen corporal, existió objetivos claros, justificación y lineamientos.

Además, se ha realizado una sesión por cada grupo focal, con una duración de 60 minutos, se transcribieron las entrevistas, que posteriormente se utilizaron para el análisis de la información, con la ayuda del programa ATLAS.TI se organizó las respuestas y se contabilizó el número de citas obtenidas.

El ATLAS. TI, “un software especializado para la elaboración de Teoría Fundamentada, hace la diferencia de códigos, los cuales están previamente identificados dada la teoría existente (deducción)” (Bonilla & López, 2016, p. 308). El aporte del paradigma cuantitativo se establece en que los códigos pueden contabilizarse, sacando la frecuencia de aparición de los mismos.

### 10. Presentación de los resultados descriptivos

Los resultados corresponden a las entrevistas de los 4 grupos focales, contienen el discurso de cada uno de los participantes, los cuales se presentan a partir de las categorías que muestran sus características principales y ayudan a entender las experiencias relacionadas por los estudiantes entrevistados.

**Tabla 3**

*Respuestas ATLAS.TI*

<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Número de Respuestas</b>
Componente Perceptual	Autopercepción de la IC	16
Componente Cognitivo	Satisfacción con la IC	23
	Insatisfacción con la IC	30
Componente Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC	26
Componente Conductual	Experiencias asociadas con la IC	15
<b>Total</b>		<b>110</b>

*Nota.* Fuente: Gaibor (2021).

En la *Tabla 3*, se muestra el total de respuestas que se obtuvo de las entrevistas, asimismo el total de cada categoría se señala en la columna de la derecha e indica el número de veces que hicieron referencia los entrevistados a esa categoría, es decir, la cantidad de citas obtenidas. Se obtuvo un total de 110 citas y a continuación, se presentan las respuestas más relevantes de la investigación.



**Tabla 4***Componente Perceptual*

<b>Descripción de la muestra</b>	<b>Unidades</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>
Estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana de 20 a 30 años. (mujeres y hombres)	U1: “Mmmm soy una persona delgada y pequeña, tengo el cabello castaño y bastante largo y ondulado, considero que no soy bien proporcionada, mi cara es pequeña también, mis cejas son pobladas, mi nariz es fea, eso no sé qué más decir”	Perceptual	Autopercepción
	U2: “soy de estatura normal, ojos claros bueno nunca me había puesto a pensar en esta pregunta de describirme físicamente, puedo decir que también estoy un poco gordito mi cuerpo ha cambiado mientras he ido teniendo más años”	Perceptual	Autopercepción
	U3: “creo que me considero mal porque mi cuerpo es muy pequeño y flaco, a veces creo que me veo como una niña y considero que no me desarrolle bien.”	Perceptual	Autopercepción
	U4: “me siento muy grande y alto pero la verdad es no me acompleja más bien lo veo como un atributo, como que me veo fuerte”	Perceptual	Autopercepción
	U5: “me siento como que muy pequeña y hay partes de mi cuerpo que quisiera que fueran un poco más grandes por ejemplo mis nalgas y mis piernas que sean más tonificadas”	Perceptual	Autopercepción

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
	U6: “yo estoy bastante frustrado porque he subido de peso me veo más gordo veo que tengo esas como lonjitas alrededor de mi abdomen en todo esto de la pandemia y he pasado bastante tiempo sentado por las clases y los deberes y todo eso entonces si me preocupan mi peso”	Perceptual	Autopercepción

*Nota.* Respuestas más relevantes que se obtuvo de las entrevistas, dentro de la categoría perceptual. Fuente: Gaibor (2021).

**Tabla 5***Componente Cognitivo*

<b>Descripción de la muestra</b>	<b>Unidades</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>
Estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana de 20 a 30 años. (mujeres y hombres)	U1: “algo que jamás me ha gustado físicamente es mi sonrisa, siempre tuve ese problema de que nunca me gusto, es algo que si te frustra full te sientes mal, tu autoestima baja y volver a recuperar la autoestima en súper complicado y difícil, aunque luego encontraste una manera de mejorarlo en este caso usando brackets o haciéndote alguna operación que ayuda a que te sientas un poco más segura bueno eso ha sido mi caso”	Cognitivo	Insatisfacción
	U2: “considero que estoy mal porque no puedo subir de peso se me hace muy difícil, trato de comer más veces al día, pero nada resulta, hasta he tomado suplementos, pero no puedo subir de peso y eso me frustra mucho. En este tiempo de confinamiento quise cuidarme más, pero nada funciona, hago ejercicio y no veo resultados, soy muy flaca”	Cognitivo	Insatisfacción
	U3: “quisiera tener un poco más de cintura y menos grasa abdominal”	Cognitivo	Insatisfacción
	U4: “me gustaría tener curvas parezco una niña me veo un cuerpo sin forma y me martirizo mucho”	Cognitivo	Insatisfacción

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
<p>U5: “me ha afectado en mi rostro ya que me han salido muchas espinillas el pasar mucho tiempo con la mascarilla y la verdad eso me ha generado bastante estrés y frustración ver mi piel así no se si les ha pasado a ustedes también, pero es algo molesto bueno para mí se ha convertido también en algo de todos los días me veo a cada rato en el espejo esperando el día de que cada grano se seque”</p>	Cognitivo	Insatisfacción	
<p>U6: “a mí no me gusta mi nariz no me gusta y nunca me ha gustado desde que tuve un problema a veces veo fotos o veo a chicos que tienen una nariz a si bien perfilada me digo porque no poder tener una nariz así, me sé encerrar y bueno he sufrido bastantes cosas por eso. Tengo una giba muy pronunciada a veces en el colegio me molestaban, no me gustaba me llegaban a decir apodos y yo llegaba a mi casa a encerrarme supuestamente para ya no sentirme tan mal me llegaba a dormir prefería seguir durmiendo para no seguir en esa realidad ahora en la universidad cuando me dicen algo si me duele un poco, pero digo cuando logre juntar dinero me operare”</p>	Cognitivo	Insatisfacción	
<p>U7: “no me siento bien con mi cuerpo todo me parece negativo tengo ahora un panorama como que oscuro”</p>	Cognitivo	Insatisfacción	

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
U8: “visto con ropa holgada, para que no se me note mucho mi peso o bueno mi barriga”		Cognitivo	Insatisfacción
U9: “me ha comenzado a salir acné en la cara y en zonas que nunca me ha salido, yo tenía la piel seca, pero desde todo lo del COVID y usar mascarilla todo el día y también creo que el estrés mi piel ha cambiado y se ha hecho bastante grasosa y con acné cosa que me hace sentir fatal ni ganas de salir de mi casa me sabe dar”		Cognitivo	Insatisfacción
U10: “siento que estoy mucho pasado de peso nada de mi cuerpo me hace sentir conforme o bien”		Cognitivo	Insatisfacción
U11: “la verdad no me importa lo que piensen las personas, cada una está como quiere estar.”		Cognitivo	Satisfacción
U12: “me considero que estoy bien porque este tiempo de pandemia me he podido cuidar y hacer ejercicio y alimentarme más sano no como antes que comía cada vez que podía o solo comía salchipapas”		Cognitivo	Satisfacción
U13: “mis pensamientos son que estoy en un punto medio y me hace sentir excelente como que no tengo de que preocuparme no estoy constantemente pensando en mi cuerpo o como quisiera que estuviera”		Cognitivo	Satisfacción
U14: “pienso que mi cuerpo representa mi ser mi cuidado mi dedicación”		Cognitivo	Satisfacción

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
	U15: “para mí, mi cuerpo es un templo plasma cualquiera de nuestras ideas es donde podemos implementar tatuajes o cualquier tipo de perforaciones además nosotros también podemos ir puliendo el cuerpo para sacar el máximo esplendor ya sea un cuerpo chiquito o grande siempre podemos sacar beneficios de”	Cognitivo	Satisfacción

*Nota.* Respuestas más relevantes que se obtuvo de las entrevistas, dentro de la categoría cognitiva. Fuente: Gaibor (2021).

**Tabla 6***Componente Afectivo*

<b>Descripción de la muestra</b>	<b>Unidades</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>
Estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana de 20 a 30 años. (mujeres y hombres)	U1: “subí un poco de peso la verdad, como que me veo más rellenita ha sido cambios muy grandes desde la parte emocional hasta la parte física a veces uno no se pone a pensar en que no más se ve afectado por la pandemia y son muchas cosas a todos nos cambió mucho la vida, y saben es bueno hablar de estos temas porque muchas veces pensamos que no son importantes pero la verdad que si”	Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC
	U2: “por una u otra cosa debo salir me pongo esa mascarilla y vuelve toda mi piel se pone grasa me sale espinillas gigantes y me duele eso la verdad es super decepcionante me hace sentir mal conmigo misma, pero bueno que se le va hacer es algo que también nos está dejando esta pandemia.”	Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC
	U3: “que no debo estar preocupada por subir de peso que me veo bien que debo aprovechar ahora que estoy flaca, pero también hay otras personas que me dicen: que flaca que estás, pareces desnutrida y ¿si comes bien? y cosas así, que me hacen sentir mal”	Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
<p>U4: “últimamente uuuh creo que esta pandemia me he hecho pensar mucho sobre mí misma como cuidarme porque he tenido un poco más de tiempo, pero a veces tengo mucho desgano de hacer cosas o de prepararme algo, una comida sana, para que mi peso está bien en lo personal creo que si me afecta mucho este encierro en la pandemia en si porque me he sentido más triste me he sentido más de aislada y eso hace que no me importa el peso del cuerpo”</p>	<p>U5: “me ha afectado por que como tengo que estar frente a un computador en clases sentado por mucho tiempo y casi no salgo de mi casa: entonces uno se vuelve bastante sedentario he querido mejorar mi cuerpo porque en todo este encierro uno se ha incluido mucho en las redes sociales y se ven cuerpos esculturales y creo que el encierro emocionalmente afecta mucho entonces te metes a la cabeza muchos pensamientos de que quieres cambiar de que quieres mejorar el cuerpo de que querías verte así pues ahora en esta época se vive de apariencias”</p>	Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC
<p>U6: “salió mucho acné y había mucha gente que me veía feo o me decían comentarios que tal vez por querer ayudar, no miden lo que dicen, pero también hay gente que no se es muy directa pero te dicen cosas como que lo que te está pasando es algo fatal mis pensamientos constantes era el desaparecer el no querer que nadie me vea y ocultarme tenía bastantes pensamientos no sé cómo decir los pensamientos feos mi culpa va a mí misma de que porque me paso esto”</p>		Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC



Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
U7: “me siento como que un poco desganada con todo mi cuerpo esto de la pandemia si me ha cogido feo siento que me estoy engordando mucho y eso me desespera y me siento mal con mi cuerpo porque pienso que he comido mucho todo este tiempo y no he regulado eso con nada.”		Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC
U8: “me siento triste y me frustró mucho porque empiezo a compararme, también me siento culpable de no hacer realmente algo para no sentirme así, muchas veces como que planifico una rutina para empezarme a cuidar, pero la pereza me gana, no se es algo raro, y la pandemia tampoco ayuda eso me ha hecho sentir más ansiosa con respecto a mi cuerpo.”		Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC
U9: “depende mucho del ánimo en el que este, hay veces que si me frustró y me enojo y otras veces mejor respiro y como que lo dejo pasar, o también lo que me sabe pasar es que siento un rechazo por mí mismo y no puedo pensar bien sobre mí mismo”		Afectivo	Emociones y sentimientos referentes a la IC

*Nota.* Respuestas más relevantes que se obtuvo de las entrevistas, dentro de la categoría afectiva. Fuente: Gaibor (2021).

**Tabla 7***Componente Conductual*

<b>Descripción de la muestra</b>	<b>Unidades</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>
Estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana de 20 a 30 años (mujeres y hombres)	U1: “recuerdo que cuando tenía 16 años y me enferme el doctor que me reviso empezó hablar de mi cuerpo me dijo que para la edad que tengo ya debería estar desarrollada, pero nada que parezco una niña de 10 años, esas palabras me quedaron siempre en mi cabeza, a veces la gente solo hace o lanza comentarios así y no se da cuenta cuanto puede traumar a la otra persona”.	Conductual	Experiencias asociadas con la IC
	U2: “he subido un poco de peso antes estaba un poco más flaca, hay muchos factores que me han hecho subir de peso por ejemplo el estrés, el trabajo las clases y la casa, mi cambio más drástico que he percibido en mi cuerpo es el subir de peso todo este tiempo de encierro”		
	U3: “con mi actual pareja yo soy una persona bastante alta y con mi actual pareja ella mide más o menos 1 metro 55 pasa la gente por la calle nos queda viendo y me han molestado diciendo que parezco su papá, nos dejamos llevar por los estereotipos de esta sociedad de lo que el mundo piensa más de lo que nosotros bueno lo que nosotros en serio pensamos y sentimos creo que estamos pendientes más de lo que el mundo hace y dice”	Conductual	Experiencias asociadas con la IC imagen corporal

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
<p>U4: “corres el riesgo de hacer dieta de extremas de hacer cualquier locura por tratar de alcanzar esa perfección y obsesionarte con el ejercicio comparado con los años atrás no era tanto no importaba tanto si eras media gordita o media flaquita pero ahora es todos los días se recibe muchas críticas incluso dentro de la familia o con tus propios amigos, y las críticas y te llegan a afectar bastantísimo”</p>	Conductual	Experiencias asociadas con la IC	
<p>U5: “Cuando era más joven trataba de ocultarlo en adolescencia sufrí acné feo entonces busque la forma de tratarme esas cosas era un poco más de quedarse en casa y no quería salir para que no me vieran pero llegue al punto de te cansas de intentar aparentar entonces de eso aprendí de que si no les gusta algo tal vez me siento un poco receloso ese momento pero bueno a la final a alguien le va a gustar jaja porque siempre va a haber alguien siempre que te va a querer como eres”</p>	Conductual	Experiencias asociadas con la IC	
<p>U6: “cuando yo estaba en el colegio era bastante introvertida me costaba hacerme amigos y peor cuando me ponían apodos por mi nariz, ahora en la universidad considero que he generado más confianza en mí misma y la gente parece un poco más madura no tan superficial”</p>	Conductual	Experiencias asociadas con la IC	

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
<p>U7: “la verdad cuando era bien flaquita no sabía querer estar mucho tiempo con mucha gente porque sentía que todos me miraban me sabia poner un poco roja y me latía el corazón muy rápido, podía estar con las personas de confianza luego ya con el ejercicio me dio más seguridad.”</p>	<p>U8: “tiendo a compararme con algo bueno con los maniqués, porque siempre que voy a comprarme ropa quiero que me quede como al maniquí y pienso que me va a quedar igual o parecido y cuando eso no pasaba me frustró y me siento mal”</p>	<p>U9: “Creo que es parte del sistema porque, el sistema nos ha empujado a que nos estemos comparando permanentemente porque la publicidad siempre está enfocada en mujeres flaquísimas por ejemplo yo no estoy de acuerdo con las operaciones estéticas creo que hay que envejecer dignamente cuidarse si pero tampoco que se vuelva algo enfermizo de siempre querer verse perfectos, y luego terminar con la cara y el cuerpo arruinados cuando ya estemos viejos, hay ver lo que está detrás problemas de anorexia, bulimia esa distorsión de nuestra propia imagen y un montón de cosas justamente por esa presión social hace que también las demás personas tratemos de imitar. Sin embargo, si es que vamos racionalizando las cosas y vamos más allá y las contradicciones que tiene el sistema podemos ya ir aceptándonos como somos e ir dejando de</p>	<p>Conductual Experiencias asociadas con la IC</p> <p>Conductual Experiencias asociadas con la IC</p> <p>Conductual Experiencias asociadas con la IC</p>

Descripción de la muestra	Unidades	Categoría	Subcategoría
<p>lado el tema físico porque finalmente lo que importa es lo que tenemos dentro del corazón, por esas razones y también por cómo me siento conmigo misma no me he comparado con nadie siempre lo voy a repetir cada uno es un ser distinto y tiene sus particularidades y eso es lo que nos hace únicos y especiales”</p>			

*Nota.* Respuestas más relevantes que se obtuvo de las entrevistas, dentro de la categoría conductual. Fuente: Gaibor (2021).

## **11. Análisis de los resultados**

De acuerdo con lo anterior, se mencionan las características que nacieron en base al análisis descriptivo derivada de la codificación de las entrevistas realizadas a los grupos focales conformados por los estudiantes de la UPS, cabe resaltar que las categorías se ejemplifican partiendo de algunos discursos elegidos.

### **11.1. Categoría Perceptual**

Dentro de lo perceptual se describe la forma en la que los estudiantes perciben el tamaño, peso y forma de su cuerpo o de alguna de sus partes, dando lugar a sobreestimaciones o subestimaciones con respecto a su imagen corporal. La manera en la que los estudiantes se auto perciben en términos de descripción física, se puede conocer la valoración y el grado de satisfacción con respecto a su cuerpo por ejemplo, el 50% del total de los entrevistados coincidieron en considerarse “promedio” en cuanto a sus características físicas, y el otro 50% de los discursos apuntó a una cierta insatisfacción por todo su cuerpo o una parte de éste, en la entrevista se describieron las diferentes partes del cuerpo que no les agrada y que les llega a incomodar. Así, la estatura fue un aspecto que con frecuencia se mencionó como de interés, asimismo la inconformidad con su peso actual. Además, en la mayoría de los casos expresaron su deseo por bajar de peso y en unos pocos señalaron su deseo por subir de peso. Más aún, fue repetitivo el deseo por tonificar algunas áreas de su cuerpo.

En términos generales, la preocupación por el cuerpo propio se presentó como centro de interés en la mayoría de los discursos, Así, se mostró preferencia hacia determinadas partes del cuerpo, como, por ejemplo: abdomen, cintura, piernas, nariz. Estos aspectos físicos funcionaron como un causante para que su malestar e insatisfacción acerca de su cuerpo se incrementa. Cabe indicar que, la mayoría de discursos referente al peso corporal van de la mano con la situación actual que vive el mundo, la pandemia por COVID- 19, ya que, en reiteradas ocasiones, los estudiantes mencionaron los cambios que han percibido en su cuerpo desde este suceso debido a la falta de actividad física y a que su cotidianidad cambió por completo.

### **11.2. Categoría Cognitiva**

Dentro de lo cognitivo se describen las valoraciones respecto al tamaño, peso y forma del cuerpo o una parte de éste, generando sensaciones de satisfacción o disgusto. Entre aquellos indicadores que influyen de forma negativa en el grado de satisfacción, se destaca la forma corporal y el peso debido a los ideales de un “cuerpo perfecto”.

En cuanto los aspectos físicos que más molestan a los entrevistados es el peso, ya que la mayoría indica haber subido de peso, pues expresan el deseo de poseer mayor volumen muscular y tonificado. Además, enfatizaban en la necesidad de tener un abdomen marcado y sin grasa. Más aún, comentaban también que, las proporciones de sus cuerpos no les parecían adecuadas, otros manifestaron su anhelo de ser más altos, mostraron inconformidad por tener problemas de acné, una nariz grande y pronunciada.

Cabe destacar que, entre los factores que influyen de manera negativa la forma en que las mujeres perciben su cuerpo, se destacan: las prendas de vestir. Esto en relación al hecho de no poder usar la ropa que les agrada y sentirse bien consigo mismas, pues la mayoría concuerda que se sienten influenciadas por los ideales corporales de la sociedad y en ocasiones, las mujeres se comparan con los estereotipos sociales y se generan sentimientos de desesperanza.

Por otra parte, los aspectos que a los entrevistados les hacían sentir satisfechos con relación a su cuerpo y valorarse más positivamente a sí mismos, fueron: la aceptación de sí mismos, la valoración de sus capacidades, habilidades y pensamientos positivos. Estos aspectos de carácter interno de algunos entrevistados evidenciaron una apreciación mejor de cada uno.

Cuando se realiza una comparación de género con respecto a la imagen corporal, la mayoría de los discursos de insatisfacción relatados por las mujeres son por su peso y la forma de su cuerpo. Se busca un cuerpo simétrico y proporcionado. Mientras que, en cuanto a los hombres sus discursos de insatisfacción se basan en su musculatura, estatura y una piel acnéica.

### **11.3. Categoría Afectiva**

Dentro de la categoría afectiva se describen los sentimientos ligados a estados de ánimo inhibidos o expansivo respecto al cuerpo o a una parte de éste y sentimientos hacia el cuerpo.

Los estudiantes compartieron las emociones que experimentaron como resultado de los cambios físicos que han percibido en sus cuerpos debido al COVID-19, ya que en el tiempo de confinamiento sus rutinas diarias se vieron afectadas. Así, la incertidumbre y ansiedad se incrementó en todo aspecto de sus vidas, la mayoría de ellos expresaron su miedo a engordar, inconformidad, desanimo e inseguridad por su cuerpo. Además, mencionaron que estos sentimientos crecieron debido a la pandemia ya que pasaban mucho tiempo en casa sin tener contacto con sus amigos. Más aún, algunos de ellos aumentaron el uso de redes sociales, pues mencionaron que esta conducta hizo que en

cierto grado se obsesionaran con los “cuerpos perfectos”. En fin, los sentimientos que experimentan son factores que repercute en gran medida en la valoración hacia su imagen corporal.

#### **11.4. Categoría Conductual**

Dentro de la categoría conductual se detallan conductas que provienen de la percepción y de los sentimientos ligados con el cuerpo: exhibición, evitación, la comprobación de la percepción, conductas rituales ligadas a la transformación del cuerpo.

Los estudiantes manifestaron la inconformidad que llegaban a sentir hacia algunas partes de su cuerpo, referían el anhelo de modificar determinadas características a través de sus hábitos alimenticios “comer sano”. Algunos hacían énfasis en querer cuidar de sí mismos y realizar ejercicio físico, mostrando en algunos casos la preocupación por el deseo de practicar alguna actividad física y tener una rutina saludable. En algunos casos, se mencionó el deseo de realizarse operaciones estéticas.

Para diferenciar el género femenino y masculino, el primero se centra en el deseo de tener un cuerpo proporcionado y delgado, mientras que el género masculino aspira llevar una vida saludable para que mantener su cuerpo en forma. Sin embargo, tanto hombres como mujeres mencionan tener una inconformidad con su rostro (nariz y acné).

### **12. Interpretación de los resultados**

Como se conoce, la imagen corporal está formada por diferentes componentes: el componente perceptual, cognitivo y afectivo, lo cual ha permitido ubicar ciertas alteraciones en la imagen corporal de los estudiantes de la UPS.

Los resultados de la presente investigación corroboran que la imagen corporal es un dominio altamente influido para ambos géneros. En hombres y mujeres estuvieron marcados los pensamientos negativos, se percibió distorsiones en las valoraciones de sus cuerpos. Esto sugiere que a pesar de que las mujeres y hombres pueden enfocarse en diferentes aspectos con respecto a su cuerpo, ambos tienen pensamientos negativos; por tanto, podrían desarrollar una baja autoestima y trastornos de la imagen corporal.

Asimismo, uno de los hallazgos interesantes fruto de la investigación, consiste en la manifestación de la inconformidad por su cuerpo o una parte de éste, como una constante en las vivencias dentro de la pandemia por COVID-19, ya que al pasar más tiempo en casa y pausar su cotidianidad, les ha inducido a pensar en sí mismos y en algunos casos, retomar aspectos de su salud que se encontraban olvidados. Esto ha ocurrido en los dos géneros femenino y masculino.



El género masculino, por su parte, la mayor ansiedad se relacionó con la insatisfacción de la grasa corporal, mientras que el estrés y la frustración fueron causadas por el deseo de tener un cuerpo con mayor musculatura, mientras que en el género femenino se destaca la tendencia a desear un cuerpo más delgado, esbelto y proporcionado.

También se percibió que, la mayoría de los estudiantes viven con la presión de aumentar los niveles de satisfacción consigo mismos, por ejemplo: realizar actividad física para verse mejor, recurrir a operaciones estéticas y alimentarse más sano. En el contexto de la pandemia por COVID-19, los temas relacionados con el cuerpo cobran aún más importancia, especialmente entre los jóvenes, pues tienen la necesidad de permanecer visibles en el mundo de las redes sociales, además de mantener sus relaciones interpersonales; por tal razón, su cuerpo es considerado un vehículo fundamental para la ascensión social.

### **Conclusiones**

La imagen corporal de los estudiantes de la UPS se ha visto transformada debido a la pandemia por COVID-19, ya que sus hábitos en cuestión de alimentación y actividad física han sido alterados. Es necesario mencionar que, en las entrevistas realizadas a los grupos focales se observó que, los hombres presentaron dificultad al momento de hablar acerca de su cuerpo, mientras que las mujeres expresaron con más detalles esos aspectos que les desagradan de su imagen corporal, estos discursos han permitido identificar los factores de riesgo de las posibles alteraciones de la imagen corporal en los entrevistados, por ejemplo, el temor a subir de peso y la simetría en el rostro.

En cuanto a la alteración de la imagen corporal, es indiscutible que el confinamiento obligatorio influyó en la manera en que los estudiantes se ven y se sienten con su cuerpo. Además, se resalta los sentimientos que les ha generado la pandemia que son: ansiedad, miedo, depresión, falta de autocontrol en la ingesta de alimentos y el desinterés por la práctica de actividad física.

Estas alteraciones en los entrevistados suponen un cambio en la forma de su cuerpo, lo cual resulta significativo considerando que la mayor parte de los casos se trató de una crítica negativa, y se incrementó el deseo por mejorar su apariencia física. La imagen corporal se ve influenciada por varios factores que están alterados debido a la pandemia, entre ellos se mencionan: el sedentarismo e incremento del uso de las redes sociales; los cuales, podrían ser los principales responsables de los cambios en la

percepción de la imagen corporal.

En cuanto a la conectividad en las redes sociales es de suma importancia mencionar que, su uso se ha incrementado durante el confinamiento lo que significa que, es probable que los estudiantes estuvieran más expuestos a publicaciones, en las cuales, se muestran cuerpos atléticos, curvilíneos, delgados y esbeltos, creando así su “cuerpo ideal”, y como resultado se ve afectada su autoestima.

Por lo tanto, es necesario prestar atención al tema de la imagen corporal en los estudiantes universitarios de la UPS, debido a que la mayoría de los entrevistados mencionaron no contar con un espacio para expresar estos temas, por esta razón se evidencia la escasa confianza y autonomía de hablar acerca de lo que les gusta y les desagrada de su cuerpo, pues en los talleres y grupos focales realizados, la gran parte de los participantes expresaron que era la primera vez que interactuaban abiertamente de su cuerpo.

Como consecuencia, los estudiantes carecen de habilidades para equilibrar la presión social y aún más, en la sociedad de la “imagen corporal perfecta” en la que viven, pues se incrementa la actitud a aislarse y hacer caso omiso a sus emociones y no saber cómo expresar sus inquietudes acerca de su cuerpo.

En la actualidad, la percepción de la imagen corporal tiene mucha importancia en hombres y mujeres. Las mujeres como principales protagonistas han adoptado una imagen delgada, esbelta y proporcionada como “figura ideal”, mientras que los hombres se han acogido una imagen tonificada y de estatura alta. La inconformidad de la imagen corporal es una cuestión de género ya que se da con una frecuencia significativamente superior en mujeres que en hombres.

Es por ello que surge la necesidad de desarrollar talleres, capacitaciones y programas de prevención, para conocer más acerca de estas distorsiones en las percepciones corporales de los estudiantes, con la finalidad de contrarrestar las distintas complicaciones que puedan surgir dentro de su salud mental.

Si bien es cierto, la salud mental es un tema fundamental en la vida de cada ser humano, pero no tiene la importancia que debería, la precariedad del sistema de salud en el Ecuador y sus inadecuadas políticas de salud mental agravan esta situación y ahora la pandemia por COVID-19, está dejando efectos indeseables como enfermedades mentales y trastornos psicológicos en la población.

Por esta razón, se proponen alternativas de detección temprana de trastornos de la imagen corporal orientadas a la prevención de esta clase de problemas psicológicos dentro

de la salud mental de los estudiantes de la UPS, a continuación, se mencionan las siguientes:

- Realizar talleres de divulgación que contenga información sobre los trastornos de la Imagen Corporal.
- Elaborar infografías con información sobre la importancia de seguir unos hábitos saludables como, por ejemplo: establecer horarios regulares de comida, evitar saltarse las comidas, realizar ejercicio físico, evitar el consumo excesivo de sustancias como el alcohol, dar importancia a la salud mental.
- Efectuar grupos de apoyo con los estudiantes de la UPS que cuenten con la guía de un profesional calificado, donde se expongan temas sobre la imagen corporal, autoestima, opiniones sobre estética, alimentación (por ejemplo: dietas extremas y productos milagrosos para bajar de peso) que algunos medios de comunicación y redes sociales los promocionan. Estos grupos deberán contar con la promoción de un ambiente que favorezca el diálogo y la confianza.
- En cuanto a la práctica de ejercicio físico en los gimnasios de la UPS, se deberá realizar a través de actividades grupales, en lugar de hacer entrenamientos excesivos. Los responsables de los gimnasios deberán indicar a cada estudiante los ejercicios que se adecúen a su nivel físico y así evitar actividades que requieran sobreesfuerzos innecesarios.
- Proponer talleres de expresión corporal mediante el arte por medio del baile y la pintura con el objetivo de facilitar la comunicación entre pares y apoyar la valoración personal, fomentar la autoestima y autoconfianza, de esta manera vencer el miedo a ser rechazados, además de potencializar sus habilidades y destrezas.

## Referencias bibliográficas

- APA. (2014). *Manual Diagnóstico y estadístico de trastornos mentales DSM-5* (E. M. Panamericana (ed.); 5th ed.).
- Balluerka, N., Gómez, J., Hidalgo, D., Gorostiaga, A., Espada, J., Padilla, J., & Santed, M. (2020). Las Consecuencias Psicológicas de la COVID-19 y el Confinamiento. *Servicio de Publicaciones de La Universidad Del País Vasco*, 209. [https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu\\_eines/noticies/docs/Consecuencias\\_psicologicas\\_COVID-19.pdf](https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu_eines/noticies/docs/Consecuencias_psicologicas_COVID-19.pdf)
- Bonilla, M., & López, A. (2016). Ejemplificación del proceso metodológico de la teoría fundamentada. *Cinta de Moebio*, 57, 305–315. <https://doi.org/10.4067/s0717-554x2016000300006>
- Cash, F., & Pruzinsky, T. (1990). Body images: Development, deviance, and change. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body images: Development, deviance, and change*. Guilford Press.
- Charmaz, K. (2013). La teoría fundamentada en el siglo XXI: Aplicaciones para promover estudios sobre la justicia social Charmaz, K. (2013). La teoría fundamentada en el siglo XXI: Aplicaciones para promover estudios sobre la justicia social. *Estrategias de Investigación Cual. Estrategias de Investigación Cualitativa*, 3, 270–325.
- De La Serna, J. (2020). *Aspectos Psicologicos Del COVID-19* (Tektime (ed.); Vol. 7, Issue 1).
- Dolto, F. (1994). *La imagen inconsciente del cuerpo* (Barcelona: Paídos (ed.); 3a ed).
- García, D., Ojeda, M., & Ferrer, E. (2014). Trastorno dismórfico corporal- Body dysmorphic disorder. *Revista Científica Villa Clara.*, 18(3), 140–143.
- Gómez, X. (2020). Cuidando Mi Salud Mental Durante El Covid 19. *Asociación Mexicana de Psicología Hospitalaria*, 1, 1–24. <http://difzapopan.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Cuidados-de-Salud-Mental-en-tiempos-del-COVID-19-1-compressed.pdf>
- González, Y. (2013). *Imagen corporal de las mujeres y su desarrollo personal*. Universidad Veracruzana.
- Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* ((3rd ed.)). <https://doi.org/10.4324/9781315681528>
- Mera, A., Tabares, E., Montoya, S., Muñoz, D., & Vélez, F. (2020). Recomendaciones prácticas para evitar el desacondicionamiento físico durante el confinamiento por

- pandemia asociada a COVID-19. *Universidad y Salud*, 22(2), 166–177.  
<https://doi.org/10.22267/rus.202202.188>
- Montero, M., & Moncada, J. (2008). La imagen corporal, percibida e imagen corporal deseada en estudiantes universitarios Costarricenses. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*.
- Moreno, M., Tejada, E., & Tejada, M. (2018). Diagnóstico de vigorexia (dismorfia muscular) a raíz de trastornos de conducta: consumo de diversas sustancias potencialmente peligrosas y sus consecuencias. *Medicina General y de Familia*, 7(1), 35–37. <https://doi.org/10.24038/mgyf.2018.012>
- Muñoz, A. (2014). La imagen corporal en la sociedad del siglo XXI [Universitat Internacional De Catalunya]. In *Universitat Internacional De Catalunya*.  
<http://www.recercat.cat/handle/2072/242794>
- Nieto, I., Nieto, D., & Pardo, G. (2020). Percepción de la Imagen Corporal De Universitarios Barranquilleros En Tiempos De Covid 19 a Través Del Body Shape Questionnaire (BSQ). *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(4), 1423–1439.  
<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol23num4/Vol23No4Art2.pdf>
- Raich, R. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 22, 15–27.  
<http://dialnet.unirioja.es/download/articulo/2741880.pdf>
- Ramos, P., Rivera de los Santos, F., & Moreno, C. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 22(1), 77–83.
- Salaberria, K., Rodríguez, S., & Cruz, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Osasunaz. Cuadernos de Ciencias Médicas*, 8, 171–183.
- Salazar, Z. (2008). Adolescencia e Imagen Corporal en época de la delgadez. *Reflexiones*, 87.
- Sanday, J., Scappatura, M., & Rutzstein, G. (2020). Impacto de la pandemia por COVID-19 en los hábitos alimentarios y la Imagen Corporal. *Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires*, 301–307.
- Sepúlveda, A., Botella, J., & León, J. (2001). La alteración de la imagen corporal en los trastornos de la alimentación: Un meta-análisis. *Psicothema*, 13(1), 7–16.
- Thompson, J. (1990). Body image disturbance: Assessment and treatment. In *Body*

*image disturbance: Assessment and treatment.* Pergamon Press.

Tucker, L. A., & Maxwell, K. (1992). Effects of Weight Training on the Emotional Well-Being and Body Image of Females: Predictors of Greatest Benefit. *American Journal of Health Promotion*, 6(5), 338–371. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-6.5.338>

Vaquero, R., Alacid, F., Muyor, J., & López, P. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutricion Hospitalaria*, 28(1), 27–35. <https://doi.org/10.3305/nh.2013.28.1.6016>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C., & Roger, C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1–25. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309226055004>

## Anexos

### 1. Afiche



**Te invitamos a participar en el  
Taller de Sensibilización  
sobre la Imagen Corporal**

23 de abril  
05, 11 y 14 de mayo  
del 2021

**DIRIGIDO A ESTUDIANTES  
DE LA  
UNIVERSIDAD SALESIANA**

**A LAS 19:00**

**Comunícate al  
0998787009**

**POR LA PLATAFORMA  
ZOOM**







## **2. Taller de sensibilización de la Imagen Corporal**

### **1. Objetivo**

Sensibilizar a los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana sobre los temas acerca de la Imagen Corporal.

### **2. Bienvenida / Breve explicación del Taller.**

### **3. Dinámica de presentación con los asistentes.**

### **4. Desarrollo**

#### *4.1. Actividades*

##### **Mentimeter**

- ¿Qué me gusta de mi aspecto físico?
- Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo ¿Qué cambiarías?
- Espacio para conversar
- Pregunta para reflexionar ¿Cuándo fue la última vez que nos sentimos seguros en nuestra propia piel?

##### **Árbol de logros**

- Realizaremos dos listas. En una de ellas anotarás tus logros, pasados y presentes, aquello de lo que estén orgullosos de haber conseguido.
- No hace falta que sean logros espectaculares, solo cosas de las que te sientas orgulloso, como, por ejemplo, haber aprobado determinada asignatura, haber dejado de fumar
- En la otra lista se anotarán las cualidades, tanto físicas como psicológicas, que te han permitido alcanzar los logros anotados. Aquí se pueden incluir cualidades como constancia, paciencia, buena salud, inteligencia
- Tras haber hecho los dos listados, cada participante dibujará un gran árbol.



- En este árbol se dibujarán los frutos, que se corresponderán con los logros, así como las raíces, que se corresponden con las cualidades.
- El último paso será unir cada uno de los logros con las cualidades que han permitido su consecución. Después se comentarán los distintos árboles en el grupo.

## **5. Cierre**

¿Qué me llevo del taller?

### 3. Consentimiento Informado

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA GRUPOS FOCALES. ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ALTERACIONES EN LA IMAGEN CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA, A PARTIR DE LA PANDEMIA POR COVID-19

##### I. INFORMACIÓN

Usted ha sido invitado(a) a participar en la investigación ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ALTERACIONES EN LA IMAGEN CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA, A PARTIR DE LA PANDEMIA POR COVID-19. Cuyo objetivo es analizar las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana a partir de la pandemia por COVID-19.

Este estudio es realizado por Cristina Gabriela Gaibor Sánchez con número de cédula 1723704449, estudiante de la Carrera de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana quien será el moderador.

Es importante que considere la siguiente información. Siéntase libre de preguntar cualquier asunto que no le quede claro:

**Participación:** Su participación consistirá en ofrecer sus opiniones, puntos de vista, creencias, percepciones en relación a las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana a partir de la pandemia por COVID-19, para lo cual estará participando junto con otros participantes en un grupo focal, durante 60 a 90 minutos aproximadamente. Durante el desarrollo del grupo focal se tomará anotaciones, se hará uso de una grabadora de voz y/o video con el fin de revisar en detalle la información discutida en el grupo, sin embargo, esta grabación podrá ser interrumpida y/o retomada en el momento que

usted lo considere, sin que esto conlleve algún perjuicio para usted o la institución que representa.

**Riesgos:** El estudio que se desarrollará ha sido clasificado como una investigación sin riesgo; sin embargo, siempre existe el riesgo de violación de la confidencialidad y por ello hemos adoptado todos los mecanismos necesarios para minimizar este riesgo, con la firma de los respectivos acuerdos de confidencialidad.

**Beneficios:** Usted no recibirá ningún beneficio directo, ni recompensa alguna, por participar en este estudio. No obstante, su participación permitirá generar información para conocer las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en los estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana a partir de la pandemia por COVID-19.

**Voluntariedad:** Su participación es absolutamente voluntaria. Usted tendrá la libertad de contestar las preguntas que desee, como también de detener su participación en cualquier momento que lo desee. Esto no implicará ningún perjuicio para usted.

**Confidencialidad:** Todas sus opiniones serán confidenciales, y mantenidas en estricta reserva. En las presentaciones y publicaciones de esta investigación, su nombre no aparecerá asociado a ninguna opinión particular. Hasta donde nos es posible, sus respuestas serán confidenciales y minimizaremos los riesgos asignando un código a su formulario y limitando el acceso a sus datos personales únicamente al investigador principal.

**Conocimiento de los resultados:** Usted tiene derecho a conocer los resultados de esta investigación. Para ello, una vez sean sistematizados y publicados los resultados de la investigación, se le hará llegar una copia del enlace que le permitirá acceder a la misma a la dirección de correo electrónico por usted aportada.

## II. FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, \_\_\_\_\_ acepto participar en el ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ALTERACIONES EN LA IMAGEN CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA, A PARTIR DE LA PANDEMIA POR COVID-19, en los términos aquí señalados.

Declaro que he leído y comprendido, las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas.

No tengo dudas al respecto.

*Nombres y Apellidos del Participante:* .....

*Cédula:* .....

*Cuidad:* .....

*Fecha:* .....

#### 4. Preguntas para entrevista guiada

Dimensiones	Preguntas
<i>Componente perceptual</i>	GRUPO FOCAL 1 <ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Cómo se describe físicamente?</li><li>2. Físicamente ¿cómo se considera en relación con el tamaño de su cuerpo?</li><li>3. ¿Cómo se considera en la relación a su peso?</li><li>4. ¿Cómo se considera en la relación a la forma de su cuerpo?</li><li>5. ¿Ha percibido algún cambio en su cuerpo o una parte de éste debido a la pandemia mundial por covid-19?</li><li>6. ¿Cómo cree o considera que otras personas perciben su cuerpo?</li><li>7.</li></ol>
<i>Componente cognitivo</i>	GRUPO FOCAL 2 <ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Cuáles son los pensamientos más frecuentes con respecto al tamaño de su cuerpo?</li><li>2. ¿Cuáles son los pensamientos más frecuentes con respecto a su peso?</li><li>3. Para usted ¿Qué representa su cuerpo en relación con sus pares?</li><li>4. Para usted ¿Qué representa su cuerpo en relación con su pareja?</li><li>5. Para usted ¿Qué representa su cuerpo en relación con la época en que vivimos?</li><li>6. Para usted ¿Qué representa su cuerpo en relación con las generaciones anteriores?</li><li>7. ¿Cuándo alguien mira partes de su aspecto físico que a usted no le gusta, qué es lo que piensa de usted mismo?</li><li>8. ¿Cuándo piensa en una definición de persona, que considera usted que es importante: el trabajo, sus</li></ol>

---

hobbies, pareja, la familia, su apariencia física, que piensa de cada área, cual es más importante como cree que se relacionan?

---

*Componente afectivo*

GRUPO FOCAL 3

1. ¿Cómo se siente con respecto a tu cuerpo? ¿Por qué?
2. ¿Cuándo se siente más vulnerable con respecto a su cuerpo se siente triste, llora, no le importa, hace ejercicio compulsivamente, se frustra? ¿Qué siente?
3. ¿Qué es lo que le hace sentir bien con su físico? Con todo su cuerpo o una parte de este.
4. ¿Qué es lo que le hace sentir mal con su físico? Con todo su cuerpo o una parte de este.
5. ¿Se siente a gusto con su propio cuerpo? Con todo su cuerpo o una parte de este.

---

*Componente conductual*

GRUPO FOCAL 4

1. ¿Considera que la apariencia física es importante para ser una persona más sociable con los otros, extrovertida, que interactúa más con los otros o una persona más inhibida, más tímida?
  2. ¿Si pudieran cambiar alguna parte de su cuerpo, qué cambiaría? ¿Por qué? ¿Y cómo lo haría?
  3. ¿Cuándo se siente inseguro con su cuerpo qué hace, qué comportamientos tiene?
  4. ¿Para sentirse más seguro de su cuerpo qué hace?
  5. ¿Cómo cuida su cuerpo? ¿Qué rutinas tiene?
  6. ¿Ha comparado su cuerpo con el de alguien más? ¿Y qué ha hecho luego de esa comparación?
-