



**Universidad
de Valparaíso**
CHILE

Facultad de
Ciencias Sociales
Escuela de Sociología
Carrera de Sociología

El reflejo de la sociedad en tu espejo: Una aproximación a la percepción imagen corporal de los jóvenes chilenos/as

VALERIA RENATA PÉREZ FLORES.

Memoria para optar al Título de Socióloga.

Profesora guía: Alejandra Ramm.

Valparaíso, Chile.

2022

Dedicatoria

A Jacqueline y Ricardo, mis padres.

Agradecimientos

Agradezco a las mujeres que siempre me han inspirado y que son parte de mi familia. Mi mamá Jacqueline, y mis hermanas Claudia, Lorena y Lidia, por hacer posible mis años de estudio fuera de casa, por apoyarme en este camino y dejarme elegir mi destino, por criarme con amor y cariño.

A mi sobrina Josefa, por enseñarme a ser hermana mayor, espero verte crecer y acompañarte siempre.

A mis amigos Lau, Bruno y Nacho por esas tardes de risas y reflexiones juntos.

A mi pareja Tito, por ser mi hogar lejos de casa.

Gracias a todos los profesores que fueron parte de mi formación académica, especialmente a las profesoras Mónica Iglesias y Alejandra Ramm por guiarme en este largo proceso.

Resumen: La imagen corporal y los estándares que lo rodean tienen un importante componente social, el cual ahondaremos en esta investigación, que tiene como principal objetivo Identificar la percepción de la imagen corporal de jóvenes de la comuna de Valparaíso, teniendo en cuenta las categorías de familia, hábitos alimenticios, redes sociales y autoconcepto.

La muestra contiene un total de 184 encuestados con un rango etario que va desde los 18 a los 25 años. Este estudio es transversal cuantitativo, no experimental, aplicado en el primer semestre del año 2022 a jóvenes que viven en la comuna de Valparaíso, tiene un carácter descriptivo, ya que se busca especificar las características de un grupo sobre las variables relacionadas a la percepción de la imagen corporal.

Como conclusiones podemos destacar que entre los jóvenes existe insatisfacción corporal, la cual es mayor en las mujeres que en los hombres. Sobre la imagen corporal percibida se identifican diferencias sobre el género, mientras los hombres tienden a subestimar su peso, las mujeres lo sobreestiman. Acerca de las demás variables, como el entorno familiar y las redes sociales, no se establecen contundentes resultados.

Palabras clave: Imagen corporal, autoconcepto, estándares de belleza.

Tabla de contenido

Introducción	7
Capítulo 1: Formulación y contextualización del problema	8
Formulación del problema de investigación	13
Capítulo 2: Marco Teórico	14
Construcción social del cuerpo	14
La imagen corporal	15
Influencia social relacionada con los estándares corporales y de belleza.....	17
Capítulo 3: Marco Metodológico	20
Enfoque metodológico	20
Tamaño de la muestra	20
Técnicas de producción de datos	20
Selección de casos/informantes	22
Consideraciones éticas en la investigación	23
Capítulo 4: Presentación y análisis de resultados.....	24
1.1 Caracterización de la muestra	24
2.1 El peso: una cuestión de perspectiva	27
2.2 El cuerpo y el espejo	31
2.3 Hogar dulce hogar.....	35
Discusión de resultados	38
Conclusiones	43
Bibliografía.....	46
Anexo	48

Índice de gráficos

Gráfico 1: Género de los jóvenes de la muestra	24
Gráfico 2: Nivel de educación alcanzado del principal sostenedor/a del hogar	25
Gráfico 3: Nivel socioeconómico de los/as encuestados	26
Gráfico 4: Índice de masa corporal de los/as jóvenes	26
Gráfico 5: Silueta que mejor representan la imagen corporal actual de los/as encuestados/as	28
Gráfico 6: Silueta que mejor representan la imagen corporal deseada.....	30
Gráfico 7: Satisfacción con el aspecto físico.....	31
Gráfico 8: Considero que soy poco atractivo/a físicamente	32
Gráfico 9: Comparo mi cuerpo con el de los demás.....	33
Gráfico 10: Comparo mi apariencia con la de las personas de Instagram.....	33
Gráfico 11: Siento deseos de seguir una dieta cuando veo a alguien en redes sociales hablando sobre la pérdida de peso.....	34
Gráfico 12: Hablo con mis amigos acerca de productos o actividades para adelgazar publicados en redes.....	34
Gráfico 13: Cuando estoy con mi familia prefiero comer saludable.....	35
Gráfico 14: Mi familia critica de forma negativa mi aspecto físico.....	36
Gráfico 15: Para que mi familia me acepte, debo tener un cuerpo delgado	36
Gráfico 16: Algunos miembros de mi familia se preocupan por las calorías de los alimentos que consumen	37
Gráfico 17: Me afectan los comentarios de mi familia sobre mi cuerpo.....	37

Introducción

Esta investigación presenta un análisis descriptivo de la percepción corporal de los jóvenes en la ciudad de Valparaíso, principalmente a través de variables: género, redes sociales, entorno familiar, enmarcado en el contexto de exigencias sobre el cuerpo de las últimas décadas. Utilizando los conceptos mencionados, el propósito de este estudio es identificar la autopercepción del cuerpo, las posibles concordancias entre lo percibido y lo real.

En el primer capítulo de esta tesis se desarrolla el problema de investigación y la contextualización del problema con el fin de exponer los antecedentes que permiten darle forma a esta propuesta de académica, lo que corresponden a la realidad chilena y las ideas respecto al cuerpo relacionadas a los estándares de belleza,

El segundo capítulo contiene el marco teórico, donde se profundizan los elementos conceptuales de la investigación.

El tercer capítulo es el marco metodológico, donde se detalla la muestra estudiada, el procedimiento de selección y el cuestionario aplicado.

El cuarto capítulo engloba los resultados del análisis de datos y la discusión de estos, a luz de los estudios y conceptos presentados durante los capítulos anteriores.

Finalmente se elaboran las conclusiones de la investigación, donde se abordan las limitaciones y a raíz de aquello, las orientaciones para futuros estudios sobre el tema.

Capítulo 1: Formulación y contextualización del problema

A lo largo de la cuarentena por COVID-19 hemos sido testigos de la gordofobia a través de nuestras pantallas: “por una libertad sin polera”, “no puedo salir gordo de esta pandemia” postean algunas personas junto con sus fotos ejercitándose en sus casas, otras llaman a cuidar la alimentación y no obsesionarse haciendo tortas y sopaipillas porque podemos engordar, les da miedo engordar. Me veo a mí misma en esas situaciones y me pregunto si yo también tengo miedo de engordar, me pregunto si hago deporte porque es saludable, para sentirme mejor y mantenerme activa o si esas son solo excusas para ocultar mi gordofobia, ¿estaría más triste si mi cuerpo cambiara? ¿el fin de amar mi cuerpo es para cuidarme? Qué pasaría si cuido mi salud, pero aun así no me gusta, si cuido mi salud, pero no me gusta mi cuerpo. Muchas de estas inquietudes tienen su génesis en lo esperado por otros sobre nuestros cuerpos dentro de la sociedad. Si el cuerpo se ajusta mucho o muy poco para los cánones de belleza. Durante las últimas décadas hemos sido testigos de un creciente interés por la apariencia física, por cómo debemos lucir, y los requisitos que proponen las distintas sociedades, tanto orientales como occidentales, estándares y modelos que deben ser alcanzados, propiciando un auge de las cirugías plásticas, las dietas extremas y de cualquier práctica que permita alcanzar el fin estético deseado. Según la Sociedad Internacional de Cirugía Plástica (ISAPS)¹ durante 2020 las cirugías estéticas crecieron un 7,4% en todo el mundo.

El discurso moderno de acuerdo con Le Breton (2002) sobre el cuerpo parece caracterizado por una ambivalencia fundamental: por un lado, hay quienes sostienen que la nuestra es la era de la “liberación del cuerpo”, por el otro, muchos denuncian nuevas prácticas de control y esclavitud del cuerpo mientras algunos incluso hablan de la “desaparición” o “olvido del cuerpo”.

Se menciona que dentro de las fronteras del cuerpo se despliegan cuestiones sociales y culturales. Le Breton en su libro *La sociología del cuerpo*, propone que el cuerpo está completamente impregnado de cultura, porque es la cultura, la educación y la socialización que hacen de cada uno de nosotros personas que están insertas dentro del entramado social. Entonces cuando un niño/a llega al mundo, es acogido no solo por el lenguaje, sino también por ciertas maneras en que sus padres se vinculan con su cuerpo y hablan de este.

¹ <https://www.isaps.org>

La sociología del cuerpo muestra la importancia de los demás en el modelado de la corporalidad, en este sentido, se muestra que existen diversos estereotipos de lo que debe ser el cuerpo, donde la cuestión de género es una variable importante.

Para el estudio del cuerpo que se abordará en esta investigación, nos interesa la perspectiva de Le Breton sobre el funcionamiento social y cultural del cuerpo, a través del comportamiento colectivo en el mundo de la información, de las imágenes e iconos de la carne. Le Breton marca un importante punto en separar la biología del cuerpo, ya que considera que ignoran la dimensión social y cultural del cuerpo.

Es importante hablar sobre estos temas, belleza, estética, corporalidad, ya que, a través de estos tópicos, se evidencian prácticas culturales que vamos adoptando como propias. La discordancia entre la percepción corporal percibida y la real puede conllevar a la aparición de enfermedades o trastornos, los cuales tienden a aparecer debido a la disconformidad que tiene la persona con la percepción de su propio cuerpo. Estas problemáticas, como, por ejemplo: bulimia, anorexia, ansiedad, dismorfia corporal, son un tema importante al cual prestarle atención, ya que los datos indican que, en Chile, aproximadamente un millón de personas sufre algún desorden de la conducta alimentaria a lo largo de su vida. Se trata de cerca de un 6% de la población y, generalmente, comienza a ser afectada entre los 18 y 21 años (Clínica Las Condes – Líder en Atención, s. f.).

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son enfermedades de salud mental serias que se asocian a una significativa morbilidad y mortalidad biomédica y psiquiátrica. Tanto es así, que la anorexia nerviosa es el trastorno psiquiátrico relacionado con una mayor mortalidad (Gaete, López, & Matamala, 2012).

Los datos muestran que entre los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), Chile se ubica en el sexto lugar con mayor obesidad, presentando un 25% de obesidad para la población mayor de 15 años (OCDE, 2013). Junto con la obesidad, los trastornos alimenticios han ido progresivamente en aumento.

Los trastornos alimenticios se han convertido en una de las principales enfermedades que afectan a la población juvenil en Chile. Según datos del Colegio Médico al año 2011, 500.000 jóvenes entre 14 y 30 años sufrían anorexia y/o bulimia, con un 20% de mortalidad. A pesar del incremento observado en este estudio, no hay datos estadísticos oficiales del Ministerio de Salud sobre trastornos alimenticios.

El aporte desde la sociología es evidenciar el peso de lo social en estos asuntos, y por lo mismo, la necesidad de intervenir o de actuar no solo sobre las variables médicas, sino también sobre las variables sociales.

Los principales puntos a investigar serán la insatisfacción corporal del individuo, además de la exigencia social y su impacto en el cambio de las prácticas alimentarias y de ejercicio.

Entenderemos la exigencia social y su impacto en el cuerpo, a través de dinámicas y prácticas por las cuales optamos por nuevos hábitos. Por ejemplo, si es que la persona ha realizado cambios en su alimentación debido a una recomendación que vieron en las redes sociales, si comenzaron a sentirse incómodos con su propio cuerpo, después de un comentario hecho sobre este por parte de alguien dentro del entorno familiar. Este tipo de elementos asociados a cambios conductuales y/o corporales, algo que antes no era parte de la preocupación del individuo y que, debido a eso, pasa a ser un tema importante del cual preocuparse.

Justificación y relevancia

La sociedad moderna trajo tiempo libre y de goce, se generaliza el hedonismo, el disfrute de lo corporal, en este tiempo también hay movimientos sociales muy importantes que están determinando que la parte material del cuerpo está jugando un papel fundamental, estos fueron los movimientos feministas de los años setenta, que ponen en debate y discusión el cuerpo de las mujeres en torno a la despenalización del aborto, el derecho al placer, reconocer el cuerpo y apropiarse de él.

Son en su mayoría mujeres quienes se ven expuestas al daño que puede provocar la alteración de la percepción de la imagen corporal. Las mujeres continuamente memorizan en sus cuerpos la sensación y la convicción de la falta, de la insuficiencia (Córdoba, 2010). Desde pequeñas las mujeres experimentan una presión social sobre cómo deben comportarse, pero también sobre cómo deben verse. Puede sonar a veces incluso narcisista la estimación obsesiva sobre la autoimagen, pero esta obsesión nace de la complejidad de lo que significa hacer una imagen propia en un mundo rodeado de concepciones ajenas. Bajo la mirada de los demás, las mujeres están condenadas a experimentar de forma constante la distancia entre el cuerpo real, al que están encadenadas, y el cuerpo ideal al que intentan incesantemente acercarse (Bourdieu, 2000). Las personas en aplicaciones de redes sociales tienen facilidad y encuentran herramientas para editar sus fotos y utilizar filtros para verse “perfectas”. Un

estudio realizado en 2017 por la *Royal Society for Public Health* sobre redes sociales y salud mental en personas jóvenes del 2017 menciona que 9 de cada 10 niñas y adolescentes ingleses no se sienten felices con su cuerpo (Crame & Inkster, 2017).

Con las redes sociales y el aumento de su uso transversal durante estos años de confinamiento, en Yto Mamani y Flores Benique (2021) se menciona que, según la revista española *Expansión Economía Digital* (2021), en la pandemia a nivel mundial aumentó el uso de las redes sociales en un 27% más que años anteriores. Mientras que el diario *La República* (2020) menciona datos estadísticos en la cual se demuestra que en América Latina el acceso a las redes sociales aumentó un 82% en el año de la pandemia.

A medida que las personas crecen son otras las inquietudes referentes al cuerpo. Bordo (1993) menciona que estamos rodeados de imágenes homogeneizadoras y normalizadoras, imágenes cuyo contenido está lejos de ser arbitrario, sino que está impregnado del dominio de iconografía de género, raza, clase y otras culturas. Las revistas y la televisión nos muestran constantemente los estándares requeridos, esto se agudiza en las redes sociales, porque la publicidad y los mensajes detrás de ellas llegan de forma instantánea. En un estudio realizado en Chile por Uribe et al. (2015) donde analizaron la publicidad gráfica, identificaron que esta relaciona a las mujeres a productos de cuidado personal y belleza, a exhibir más el cuerpo que los hombres y ser más jóvenes que ellos. En otra investigación sobre análisis de discursos en la publicidad de alimentos difundidos en medios de la televisión chilena (Godoy et al., 2019) se concluyó que los rasgos asociados a las mujeres eran: ser madres, jóvenes, delgadas y bellas.

En conjunto con la llegada de las redes sociales, muchos jóvenes se ven sometidos a la intensidad de estímulos en diversas aplicaciones de internet, las más conocidas y masivas entre adolescentes son Tiktok e Instagram, ambas con varias similitudes, pues el fin primordial es el aumento de *likes* y visitas mediante la interacción visual. Según Noriega Londoño (2019) existe una exaltación del cuerpo, ya no como herramienta que permite integrarse con los pares, sino que existe la presión de alcanzar el estándar aclamado en estas redes, para tener un valor social dentro de esta era digital. Las personas que van marcando la pauta son muy similares a las modelos que lo hacían en las revistas en los años noventa, pero con otro nombre (los llamado *influencers*) pero ¿tienen el mismo rol?

Una tesis que habla específicamente sobre los estándares de belleza femeninos en Instagram concluye que, a pesar de vivir en una sociedad avanzada, estas *influencers* han crecido bajo el dominio de la norma patriarcal que hace que los nuevos modelos femeninos difundidos a través de las redes sociales sigan centrándose en la belleza como valor personal (Ortega Ruiz, 2020). Es cierto que hay que evidenciar en este punto los cambios que se han dado debido al feminismo, específicamente la irrupción de los cuerpos abyectos en la publicidad, en los distintos espacios comunes, en lo social, donde existen campañas y voces que ponen estos temas sobre la mesa, como la necesidad de tener más tallas dentro del mercado de la vestimenta. Pero el mensaje más claro y potente es aquel que te invita a cuestionarte, a pesar de que han aparecido *influencers* de todo tipo, las que siguen teniendo más éxito son las que se centran en la persecución de la belleza por encima de todo (Ortega Ruiz, 2020).

Creemos dentro un círculo familiar o primario de cuidadores que le van otorgando significados al cuerpo, desde que debemos mantenernos aseados/as, con una vestimenta adecuada, ropas usadas o nuevas, asuntos que en su mayoría van a asociadas a un estatus social. Lo que podemos entregarle a ese niño/a, va a depender muchas veces del medio social donde se esté. Dejando eso de lado, el niño/a también experimentará situaciones donde su cuerpo se va a vincular con el ambiente, instintiva e inicialmente entenderemos el mundo, a través de nuestros sentidos, podríamos decir que este es un acto biológico puro, pero los significados que le daremos al mundo son dados por los adultos que nos rodeen. En un estudio colombiano sobre niños/as, jóvenes y adultos/as y los conceptos que tienen del cuerpo, a través de tres ítems: sentidos, sensibilidades y sensaciones, observaron el cuerpo en las diversas etapas generacionales, llegando a conclusiones como que en niños el cuerpo está asociado a la belleza, a la limpieza y a la identificación con el padre (Burbano & Jiménez, 2017).

Es dentro de las familias en donde el individuo aprende a interactuar, a expresar sus emociones e inquietudes, aprende a comunicarse con el resto de la sociedad y, de cierta manera, a participar dentro de la misma, también es en el entorno familiar donde vive las primeras experiencias de rechazo, discriminación, etc. Por lo mismo, es probablemente en las familias donde se viven primeras experiencias de rechazo/censura en torno al cuerpo y también se inculcan exigencias para cumplir con ciertos estándares corporales.

Formulación del problema de investigación

Objetivo general:

Determinar si existe una diferencia significativa entre la percepción de la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada de los/as jóvenes.

Objetivos específicos:

1. Identificar la relación entre la satisfacción con el aspecto físico y el género de los/as jóvenes.
2. Identificar la existencia de cambios en las prácticas de alimentación y ejercicio de los/as jóvenes encuestados/as a raíz de lo visto en redes sociales sobre el cuerpo.
3. Identificar la influencia de las familias en la adopción de conductas restrictivas respecto a la alimentación de los/as jóvenes.

Hipótesis general:

Entre los/as jóvenes existe una diferencia significativa entre la percepción de la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada.

Hipótesis específicas:

1. Entre los/as jóvenes existe una asociación entre las variables satisfacción con el aspecto físico y género.
2. Entre los/as jóvenes existen cambios en las prácticas de alimentación y ejercicio a raíz de lo visto en redes sociales.
3. Entre los/as jóvenes existe una influencia de las familias en la adopción de conductas restrictivas respecto a la alimentación.

Capítulo 2: Marco Teórico

Construcción social del cuerpo

La construcción de identidad y autoestima es algo que nos acompaña a lo largo de nuestra vida, en su mayor parte con influencia de nuestro entorno. La autoestima comienza a crearse desde que nacemos; algunos autores mencionan que incluso antes, ya que las expectativas y los deseos de los padres hacia el niño o la niña recién nacidos, producen la seguridad de ser querido(a) o de ser rechazado(a) (Gimenez, Correché, & Rivarola, 2013). Por tanto, el círculo familiar es la primera interacción real que tendremos con la sociedad; cómo nos relacionamos con las normas y expectativas de nuestros tutores repercutirá en la valoración que formemos de nosotros mismos.

Para Behar (2010) la corporalidad ha estado ligada irremisiblemente a lo social y a lo cultural. Es en el cuerpo donde se van impregnando distintas creencias, valores y exigencias sobre lo estético, lo que debiese ser o no el cuerpo. Dentro de las fronteras del cuerpo se despliegan cuestiones sociales y culturales. Las exigencias van a variar dependiendo de la sociedad, el tiempo y lugar donde se encuentre cada persona.

Bourdieu (1986) aborda al cuerpo como:

Un lenguaje a través del cual se es más bien hablado que hablante, un lenguaje de la naturaleza que delata lo más oculto y al mismo tiempo lo más verdadero ya que se trata de lo menor conscientemente controlado y controlable (p. 184)

Para Bourdieu, de las características que producen un impacto en otros, el cuerpo es la más difícil de modificar, y por esta razón, es que considera que revela la naturaleza de alguien, a pesar de que hoy el cuerpo parece más moldeable que nuestras creencias. En este sentido al mostrar lo profundo, constituye un lenguaje, que habla por nosotros sin que nos demos cuenta; pero Bourdieu explica que la identidad que proyecta con su lenguaje no es una identidad natural, sino que es un producto social.

A su vez el sociólogo francés menciona que “no existen signos puramente físicos [...] estos son leídos inmediatamente como indicadores de una fisonomía moral” (p.185).

Con esto se refiere a que hay determinadas características físicas que se asocian a aspectos deseables del cuerpo, por ejemplo, la tonicidad muscular, la delgadez, la altura, el color de piel claro, etc. En cambio, hay otras características físicas que se asocian más a aquellos cuerpos que no son socialmente aceptados.

Las propiedades físicas son interpretadas como un sistema social de clasificación, estos sistemas de clasificación son dependientes de las propiedades de las clases sociales, pues las diferencias que tiene nuestro cuerpo por condiciones de trabajo, hábitos de consumo, disponibilidad de productos cosméticos y vestimenta, elaborará una representación subjetiva del cuerpo.

En el texto de Sossa (2011), que detalla el planteamiento de Foucault; se señala que para este el cuerpo encarna un pequeño poder, un micropoder. El cual se habría podido adquirir si no fuese porque el poder comenzó a ocupar los cuerpos, es decir aparecen distintas técnicas y disciplinas que empiezan a tener discursos sobre el cuerpo. Foucault establece que el biopoder es el poder que se ejerce sobre la biología, es decir sobre el cuerpo de las personas. Cuando es sobre el cuerpo individual da origen a las disciplinas, y cuando es sobre el cuerpo social, da origen a la biopolítica. El poder opera aquí ya no solo para crear, vigilar y normalizar una masa de trabajadores, sino para introducir y disciplinar consumidores. Los individuos son juzgados, destinados a vivir de un cierto modo.

En este sentido, siguiendo a Wolf (2002), la idea de belleza está basada en el poder institucional de los hombres. Así la industria de belleza femenina es empleada como arma política contra el avance de las mujeres de manera similar a otras barreras, como la imposibilidad de trabajar de forma remunerada, de administrar su dinero, no tener derecho a voto, etc. Según Wolf el mito de la belleza, es una forma/medio de dominación de la mujer pues impone un tipo de “belleza” como una “verdad” hegemónica dentro de la sociedad.

La imagen corporal

De la mano de la autoestima va la percepción de la imagen corporal; la imagen corporal consiste en las opiniones, creencias y sentimientos de una persona acerca de su propio cuerpo y de su aspecto físico (Gimenez, Correché, & Rivarola, 2013). Esta representación puede ser más o menos verídica pero saturada de sentimientos positivos o negativos que influyen el autoconcepto corporal de sí mismo e interviene/afecta en la conducta (Aguilar, Barneveld, Gonzalez-Arratia, & Unikel-Santoncini, 2010).

La imagen corporal estará cargada de significaciones y representaciones de lo propio, lo deseado y lo que debiese ser, debido a que estamos dentro del medio social, siendo receptores de lo que este nos entregue. Es importante mencionar que la dimensión biológica es fundamental para comprender el concepto de anomia, ya que el físico dado de forma natural

se contraponen con este estándar corporal cultural que es impuesto. López y Yáñez (2011) establecen una relación entre los conceptos de imagen corporal y belleza: partiendo de la teoría mertoniana de la anomia, deducen que todo fin culturalmente establecido que no implica paralelamente la existencia de accesos, de uno o varios caminos cuyo recorrido conducen a la meta, es irremediamente anómico. El sentido anómico de la imagen corporal se relaciona con la búsqueda de la belleza, la cual es una meta impuesta por cada sociedad, definiendo estas los estándares deseados. La belleza es fundamentalmente un atributo físico de carácter innato que prácticamente no presenta una vía segura para su logro (López Yáñez, 2001), dada esta característica que inicialmente es innata pero que puede modificarse con el tiempo, es que diversas técnicas se posicionarán como caminos para alcanzar el ideal de belleza.

Durante las últimas décadas hemos sido testigos de un creciente interés por la apariencia física, especialmente por el culto a la delgadez, propiciando un auge de cirugías plásticas, dietas extremas y de cualquier práctica que permita alcanzar este fin estético. Esto no siempre fue así, en la antigüedad la mujer y su redondez femenina dentro de Occidente fueron sinónimo de fecundidad, y la delgadez era significado de esterilidad y hambre (Pedraza 1999, en Uribe 2007, p. 75).

Con el tiempo ese ideal estético que se imponía en la antigüedad fue cambiando, para dar paso a una sociedad donde se valora especialmente la delgadez en el caso de las mujeres, y una musculatura definida para los hombres; debemos realizar una diferenciación entre las experiencias corporales vividas por hombres y mujeres.

Para entender mejor esto, las psicólogas y publicistas Groesz, Levine y Murnen (2002) explican las diferencias de visualización propias del cuerpo: los chicos ven su cuerpo como una herramienta para dominar el medio ambiente (así son enseñados), mientras que las chicas aprenden que sus cuerpos deberían ser usados para atraer a los demás.

En este sentido, Viadas (2009) señala que la imposición del ideal de belleza femenina por parte de la sociedad constituye una de las formas de violencia de género, con equivalencia a umbrales de violencia que son posteriormente naturalizados. Por ejemplo, en las intervenciones estéticas, es un cuerpo sano el que se somete a un dolor para satisfacer una necesidad impuesta, esta acción es una transacción entre la aplicación del dolor infligido, que tiene como resultado la posibilidad de ser deseada, mediante el cambio físico que se realiza.

Aclarar que el caso de las personas transgénero, la intervención quirúrgica significa parte fundamental de su identidad de género, las prácticas de modificación manifiestan el espacio fundamental que adquiere el cuerpo en la construcción de identidades diferentes (García & Ramírez, 2018), pese a la relevancia y cercanía que la investigación tiene con esas temáticas, no serán abordadas en este estudio.

Wolf (2002) señala que la belleza es un sistema eficaz para mantener la dominación masculina: el hecho de asignar valor a la mujer, de forma vertical y según pautas físicas impuestas por la cultura es una expresión de las relaciones de poder. Este modelo de belleza despolitizará a las mujeres de tal manera que se convertirá en un tercer tiempo de trabajo, relacionado con el mantenimiento e inversión destinados a alcanzar la meta del cumplimiento del estándar corporal. Este modelo se sistematiza a través de distintos factores socioculturales, que están permanentemente presionando a las mujeres, quienes son conducidas a perpetuar el arquetipo de belleza contemporánea.

Influencia social relacionada con los estándares corporales y de belleza

De acuerdo con Behar (2010), en Europa hay una significativa relación entre niveles de insatisfacción corporal y problemas de salud relacionados con patologías alimentarias; y Chile, como país inmerso en los procesos de globalización, se acerca más a este modelo de sociedad.

Behar (2010) menciona que la alteración de la percepción de la figura corporal puede conllevar patologías alimentarias. Es importante mencionar que una alta insatisfacción corporal no necesariamente se traduce en la adopción de dietas restrictivas, ejercicio excesivo, etc. Como resultado de las dietas extremas y la depresión que puede crear la exposición medial, no solo se obtiene como resultado cuerpos extremadamente delgados, sino también nos encontramos con problemáticas como la obesidad.

Una investigación exploratoria sobre trastornos del hábito del comer realizada en Chile (Behar et al., 2007) demostró que el 15% de un grupo de estudiantes universitarias se encontrarían en riesgo para desarrollar anorexia nerviosa y/o bulimia nerviosa bajo ciertas contingencias propicias; es decir, presentaban un desorden parcial o subclínico.

En un estudio exploratorio realizado por McArthur, Holbert, y Peña (2005) sobre la imagen corporal de adolescentes en seis ciudades latinoamericanas, entre ellas Santiago de Chile, se concluyó que el factor género sobre la satisfacción corporal es significativo ($p < 0,05$), dando

como resultado que en cinco de seis ciudades estudiadas hay un porcentaje importante de mujeres por sobre hombres que tienen el deseo de ser más delgadas. La mayor diferencia de género en el cambio deseado en el tamaño del cuerpo fue en Buenos Aires, donde el 62% de las mujeres deseaban un cambio, pero solo el 28% de los hombres quería ser más delgado.

Wolf (2002) en su libro el mito de la belleza menciona que investigadores comprobaron que los padres en Estados Unidos insistían en que sus hijos varones comiesen sin tener en cuenta su peso, mientras que instaban a las hijas a comer solo si eran relativamente delgadas. Dentro del libro también se menciona un muestreo de bebés de ambos sexos, donde el 99% de los varones eran amamantados, mientras que solo el 66% de las niñas lo eran, quienes además recibían un 50% menos del tiempo para ser alimentadas, y siendo objeto de menos atención y afecto. Las mujeres no se sienten con derecho a recibir alimento suficiente, porque se les ha enseñado a conformarse con menos de lo que necesitan desde que nacen.

Las redes sociales son un medio que contribuyen a la reproducción de estándares de belleza, un reflejo sobre qué cuerpos son visibles y valorados, pueden ser mostrados y validados dentro de la sociedad. Larraín, Arrieta, Orellana y Zegers (2013) sostienen que un medio como la televisión contribuye a la obsesión por la delgadez, al sedentarismo y sobrepeso, a medida que los individuos son expuestos a una industria que reproduce ideales de belleza, se les están vendiendo nuevas formas de consumo y entretenimiento, al dedicar el tiempo libre y de ocio a estar horas frente a una pantalla, lo que reduce los momentos que se pueden destinar a realizar actividad física, posibilitando la aparición de problemas de salud crónicos. Sobre el uso específico de Instagram y su uso como una herramienta de marketing digital en Chile, Torres (2017) identificó indica que la frecuencia de uso de Instagram para la interacción de una marca es bajo, debido a que el 58% de los encuestados suelen omitir el contenido publicitario de una marca en Instagram, y solo un 7% de los encuestados reaccionan a los contenidos publicitarios de las marcas. En el mismo estudio se obtuvo como resultado que el mayor porcentaje de marcas seguidas en Instagram por los encuestados eran afines a las temáticas: deporte y moda, con un 55% y 47% respectivamente.

Las familias pueden intervenir de diversas formas en la insatisfacción corporal del individuo, ya sea de forma verbal en frases como “mi hija come como hombre”, “debes comer menos para verte delicada”, como también en la relación emocional de los hijos con sus padres.

En el contexto chileno Riquelme y Giacomani (2018) estudian las líneas de investigación asociadas al comer en familia, identificando una idealización del comer en familia, especialmente por factores beneficiosos que algunos estudios señalan, por ejemplo, un peso corporal más saludable o las posibilidades que la comida en familia ofrecen, es decir, oportunidades de interacción social, operando la mesa como un espacio para el manejo de relaciones de convivencia y transmisión de valores.

Las temáticas sobre el cuerpo han sido tradicionalmente tratadas por médicos y psicólogos, especialmente en relación a la anorexia. Fox et al. (2005) analizan las redes que animan a seguir estas prácticas alimentarias a quienes las sufren. Estos trabajos continúan con una orientación más centrada en los aspectos sociales que condicionan estas conductas, en general se sustentan en orientaciones teóricas que exploran cómo se construye la identidad a través del cuerpo y tienen un marcado carácter psicosocial. Estos trastornos son, como indican los analistas (Matthews et al. 2012), propios de personas insatisfechas con su vida y su imagen corporal. El elemento teórico común de estos trabajos relacionados con la salud y el género es su gran afinidad con las teorías de Bourdieu, que relacionan las elecciones con las formas en que se forja el gusto y la identidad a través de las prácticas alimentarias aprendidas en los grupos sociales de pertenencia (Díaz y García, 2014).

Capítulo 3: Marco Metodológico

Enfoque metodológico

El estudio fue transversal cuantitativo, no experimental, y realizado durante el primer semestre (mes de julio y agosto) del año 2022. Se aplicó la encuesta tanto a hombres como a mujeres, porque existe una tendencia a enfocarse solo en mujeres en los estudios sobre el cuerpo desde la perspectiva de los estándares de belleza.

Esta investigación tiene trabajo tendrá un carácter descriptivo, ya que busca especificar las características de un grupo sobre las variables relacionadas a la percepción de la imagen corporal.

Tamaño de la muestra

El universo de los sujetos posibles para el estudio es de 41.151 de acuerdo con datos recopilados del último Censo del 2017. Para calcular el tamaño de la muestra se utilizó la fórmula para una población finita, considerando un nivel de confianza del 90% y un error muestral del 5%, se obtuvo como resultado un total de 184 encuestados/as, entre los cuales se dividen en 134 personas del género femenino y 50 del género masculino. Debido a esta diferencia entre los datos recopilados por género, es que debemos dejar en claro que el género femenino está sobrerrepresentado en la muestra, ya que la población de cada género suele rodear el 50% del total dentro de un territorio.

La muestra contiene un rango etario que va desde los 18 a los 25 años, que fue requerido por la investigación misma. Es una muestra representativa, ya que contiene el aproximadamente entre el 5% y el 10% de los datos de la población finita acotado al rango etario elegido. Los encuestados fueron escogidos al azar y se observan las características requeridas para el estudio.

Técnicas de producción de datos

Sobre la técnica de recolección de datos se utilizará un cuestionario² ya validado, el cual es el Instrumento para la Percepción de la Imagen Corporal (Flórez et al., 2019) que permite evaluar la percepción de la imagen corporal en adultos jóvenes con edades comprendidas

² Anexo

entre los 18 y los 35 años. Este instrumento fue aplicado originalmente en la ciudad de Bogotá. Fue elaborado en el año 2018 por las egresados/as del programa de pregrado de Psicología. Debido a la pandemia, se realizará en formato online, informándole a las personas encuestadas sobre el consentimiento informado y el uso de los datos para fines de investigación científica.

Como anteriormente se mencionó, se hará un cuestionario, considerando las apreciaciones de Chasteauneuf (2009) quien menciona que, en fenómenos sociales, el instrumento más utilizado para recolectar los datos es el cuestionario. Se considerará cuestionario al conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir. Las preguntas dentro del cuestionario irán en sentido de ir desglosando las influencias externas en la relación que tienen los jóvenes con su cuerpo. Habrá ítems para poder clasificar cada pregunta en las variables a estudiar.

Los instrumentos empleados en este estudio serán: para las variables independientes, es el cuestionario anteriormente mencionado, el cual contiene una prueba sobre las categorías hábitos alimentarios, autoconcepto, familia y redes sociales. Para la variable dependiente, una prueba de siluetas, basado en los modelos anatómicos de Stunkard y Stellard (1990).

La percepción de la imagen corporal se evaluó a través de modelos anatómicos dados, específicamente tomados de Stunkard y Stellard (1990), además de incluir un instrumento que contenga afirmaciones sobre la percepción de la imagen corporal. Esta escala está estructurada por 9 siluetas de 8 cms de altitud, que representan contornos esquemáticos de la figura humana tanto en hombres como en mujeres, los cuales no disponen de rasgos como; cabello, rostro, definición muscular, ropa, entre otros. La distribución de las figuras se realiza desde la más delgada hasta la más obesa y en el centro se ubica la media para distribución de peso. Los participantes deben seleccionar la silueta que identifique mayormente la propia percepción de su imagen corporal. Al final se pregunta al participante si está cómodo con su percepción de imagen corporal y se solicita una justificación de su respuesta (Cabarcas & Londoño, 2012). El Instrumento para la Percepción de la Imagen Corporal (Flórez et al., 2019) el cual se encuentra originalmente conformado por 60 preguntas que evalúan las categorías de autoconcepto, familia, hábitos alimentarios y medios de comunicación, será la base del cuestionario final que se utilizará, ya que de allí se seleccionaron 20 preguntas de los cuales están repartidos de manera equilibrada en los ítems correspondientes a las categorías anteriormente mencionadas.

Las respuestas del instrumento están estructuradas en escalas tipo Likert (0, 1, 2, 3), en que 0 que corresponde a “totalmente en desacuerdo”, mientras que 3 que significa “totalmente de acuerdo”.

Selección de casos/informantes

Se tomó como muestra a jóvenes entre 18 a 25 años. Global Web Index, una empresa dedicada a proporcionar información sobre agencias de medios y marketing en todo el mundo menciona que la generación Z (jóvenes entre 16 a 24 años) fue la que mayor tiempo les destinó a redes sociales en el 2018. Esto es relevante ya que, uno de los objetivos del estudio es identificar la influencia de las redes sociales en la exigencia social respecto de sus cuerpos. A su vez se elige este rango etario, porque estudios realizados en Inglaterra y Pakistán (Mumford & Choudry, 2000) indican que, a menor edad, mayor es la disconformidad corporal. Plaza (2007) constata que esto es debido a que la insatisfacción entre los 18 y 20 años se relaciona con patrones de delgadez/sensualidad adoptados como parte de la norma y fundamentales en la aceptación social. Además, que en ese rango etario existe un proceso más consciente sobre las decisiones que podemos tomar sobre nuestro cuerpo. Aunque debemos saber que las preocupaciones en torno al cuerpo se dan en distintas edades y en ambos sexos (Grogan, 2008; Myers & Crowther, 2009).

Por esta razón se contempló incluir tanto a hombres como mujeres en el estudio. Es cierto que, en el repaso teórico sobre las problemáticas que involucran al cuerpo y los estándares de belleza, existe una carga de género respecto de las mujeres, quienes son las más afectadas por las consecuencias de la disconformidad corporal. Pero, por otro lado, los hombres también son influenciados por el entorno social, porque en ellos se encarnan también los discursos culturales.

La aplicación del cuestionario se realizó a través de formularios de Google (Google Forms) en el periodo de un mes. El ideal de la duración del instrumento sería de máximo 5 minutos, aunque ya que se aplicó de forma online; las personas tenían el tiempo que desearon para la realización del cuestionario. Este fue difundido por redes sociales y mensajes en grupos de personas de interés que posiblemente cumpliera con los criterios de la muestra, esto tiene la ventaja de que puede ser bastante rápido y fácil reunir una muestra de cuotas localmente.

Consideraciones éticas en la investigación

Consentimiento informado: En este instrumento se presenta el consentimiento informado, en donde se busca garantizar la participación voluntaria de la muestra; asimismo, se le informa al participante que los resultados obtenidos serán totalmente confidenciales y únicamente serán empleados con fines académicos e investigativos.

Esta investigación se rige bajo los principios de confidencialidad, a partir de lo cual la información brindada por los participantes deberá mantenerse en anonimato y no será revelada. Por otra parte, por medio del consentimiento informado, se garantizará la participación voluntaria del sujeto en la investigación, asimismo, se asegurará a dicho participante que los resultados obtenidos sólo serán utilizados con fines académicos e investigativos, y serán tratados únicamente en la institución.

Capítulo 4: Presentación y análisis de resultados

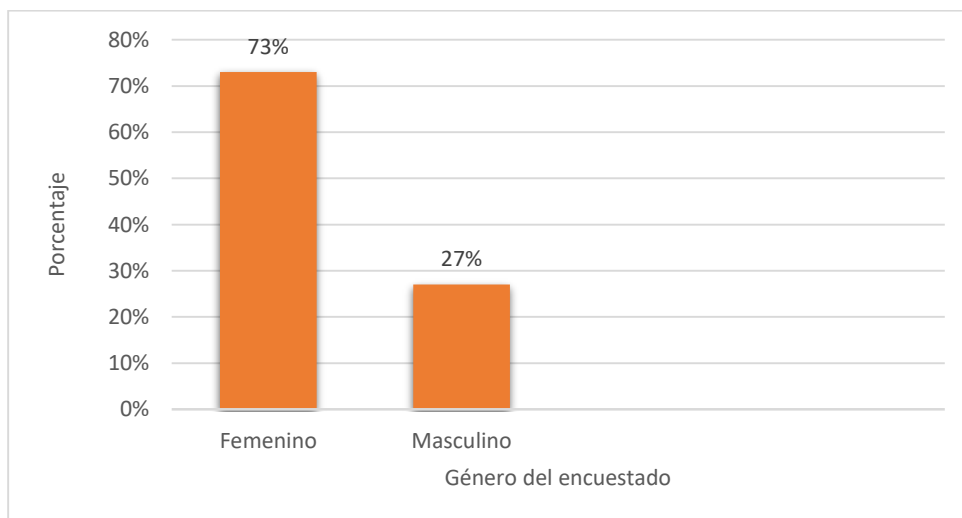
A continuación, se presenta los resultados obtenidos por medio de análisis de frecuencias, tablas cruzadas, y desviaciones típicas. Esta sección se divide en caracterización de la muestra, percepción de imagen corporal, las diferencias y concordancia entre ambos géneros, cuerpo y la incidencia de las redes sociales y el entorno familiar.

1.1 Caracterización de la muestra

La muestra del estudio estuvo conformada por un total de 184 jóvenes de la comuna de Valparaíso cuyas edades fluctúan entre 18 y 25 años, dando un promedio de edad de 22 años, con una desviación estándar de 2,15.

Sobre la variable género, como se puede observar en el primer gráfico, existe una sobrerrepresentación de las mujeres, que constituyen el 73% de la muestra, mientras que los hombres representan el 27% del total.

Gráfico 1: Género de los jóvenes de la muestra

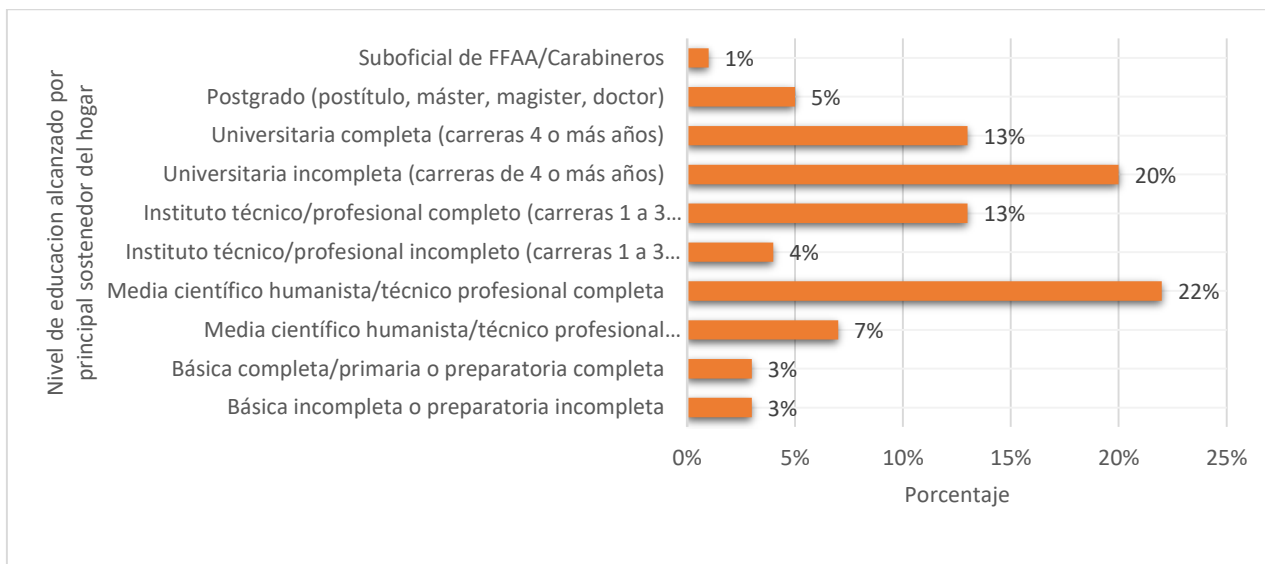


Elaboración propia

Respecto al nivel de educación del principal sostenedor/a del hogar, podemos mencionar que en el caso de la educación universitaria completa y posgrado se llega a un 18%, mientras que un 33% posee educación universitaria incompleta y/o técnica profesional completa. En tanto

el 27% posee una educación técnica superior incompleta y/o educación media completa. Finalmente, un 13% posee una educación media/básica completa o incompleta.

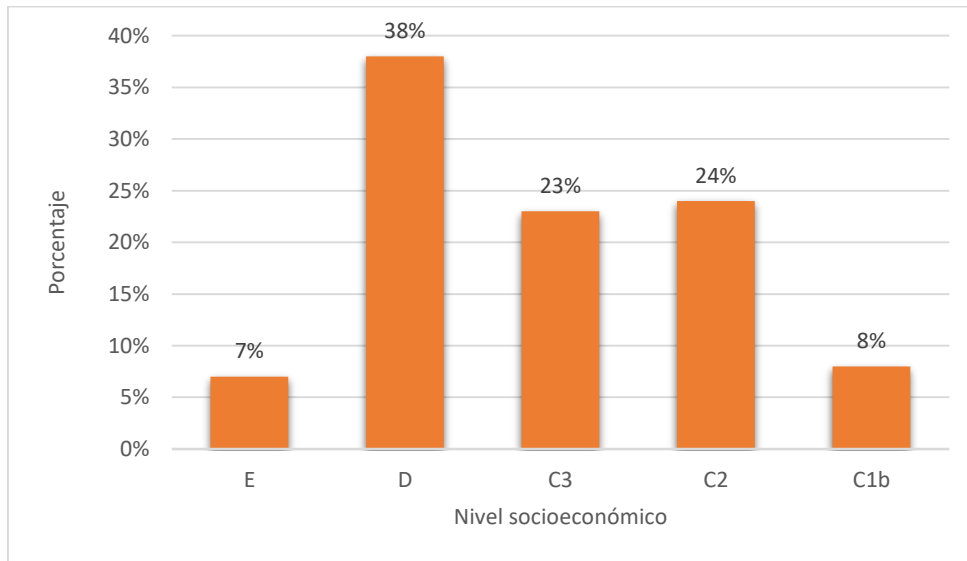
Gráfico 2: Nivel de educación alcanzado del principal sostenedor/a del hogar



Elaboración propia

Con respecto a la variable nivel socioeconómico, los resultados señalan, tal como se pueden apreciar en el gráfico 3, que un 93% de los encuestados pertenece a la clase media, mientras que un 7% de la muestra se encuentra en el grupo E, identificado como un grupo socioeconómico de bajos a escasos recursos.

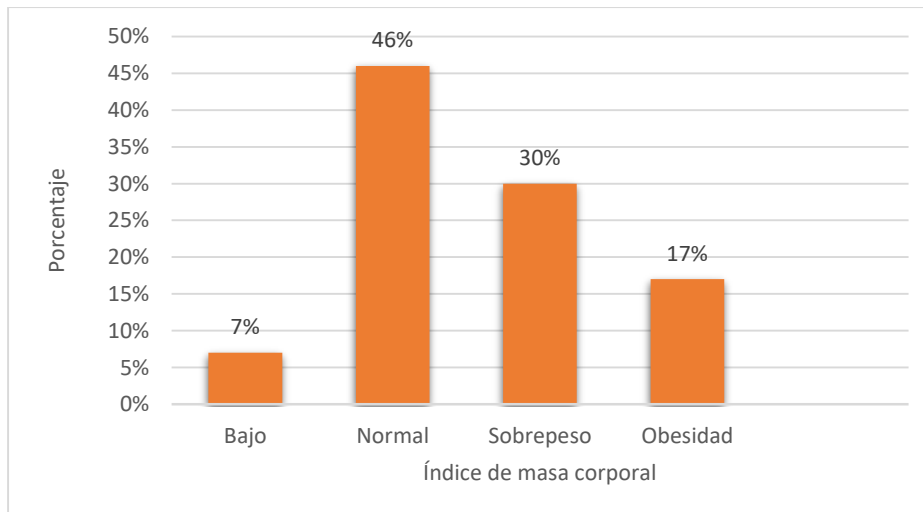
Gráfico 3: Nivel socioeconómico de los/as encuestados



Elaboración propia

El índice de masa corporal, que se define como una medida de asociación entre el peso y la estatura, en general es usado para evaluar el estado nutricional de una persona. En la mayoría se presenta un IMC normal (46% encuestados/as).

Gráfico 4: Índice de masa corporal de los/as jóvenes

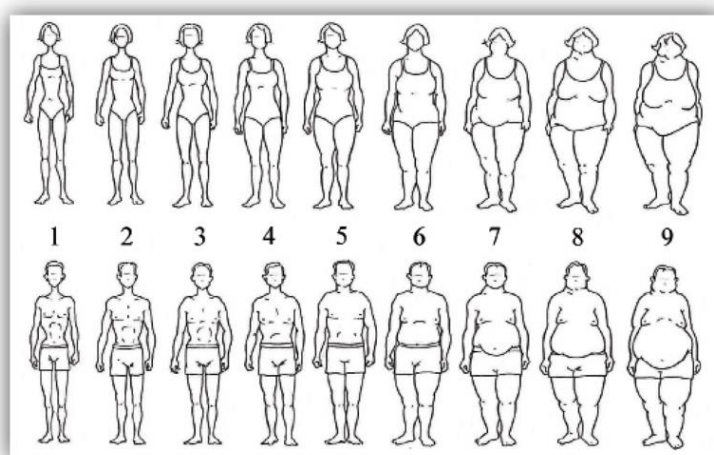


Elaboración propia

2.1 El peso: una cuestión de perspectiva

La percepción de la imagen corporal se construye a partir de pensamientos, valores y sentimientos personales; lo que percibimos de nosotros mismos, de los mensajes que nos transmiten quienes nos rodean y de lo que creemos que los demás perciben de nosotros. En este apartado abordamos la percepción de la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada, para esto se utilizó un test de siluetas, ya que resulta ser muy útil dado estas gráficas se encuentran establecidas en una escala, facilitando la relación del pensamiento con la representación mental plasmada en imágenes. Bulik et ál. (2001) realizaron un estudio donde establecieron la equivalencia entre cada imagen y el IMC, donde silueta 1 se correspondía con bajo peso ($IMC < 18.5$), las siluetas 2 a 4 con peso normal ($18.5 < IMC < 25$), la silueta 5 con sobrepeso ($25 \leq IMC < 30$) y siluetas 6 o superiores con obesidad ($IMC \geq 30$), equivalencias que también serán utilizadas en este trabajo.

Ilustración 1

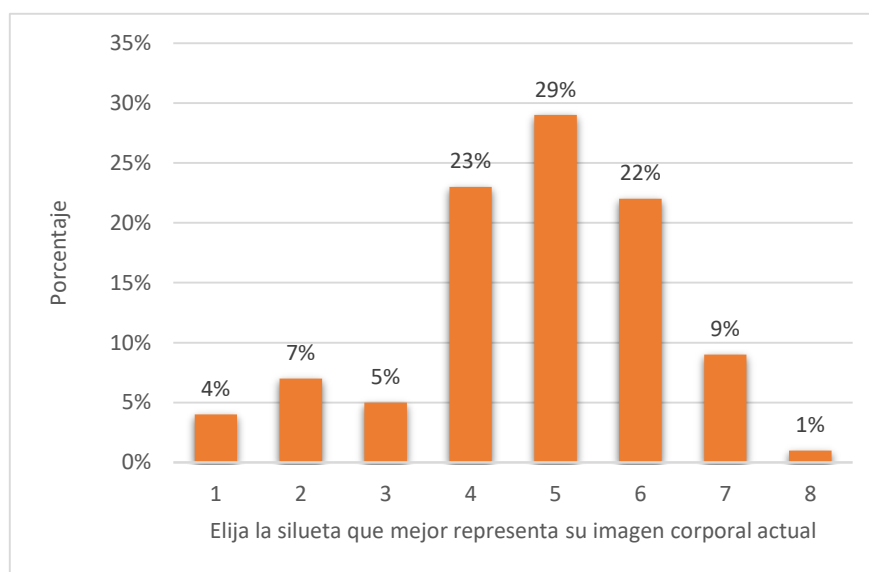


A continuación, se presentan los resultados que se obtuvieron a partir del siguiente enunciado: “elija la silueta que mejor representa su imagen corporal actual”.

En el gráfico 5 se observa que el 35% de los jóvenes encuestados sienten que la imagen de su cuerpo actual está mejor encarnada por las siluetas 2, 3 y 5, podemos decir con relación a la escala de silueta (IMC autopercebido), los/as encuestados/as se identifican mayormente con siluetas que equivalen a un peso normal, mientras que el 29% se concentra en la silueta

5, la cual equivalen al sobrepeso. En tanto un 4% indica que la silueta 1 es quien mejor lo representan, mostrando una correspondencia con el bajo peso, y finalmente la silueta 8 con un 1% que equivale a la obesidad como anteriormente se había mencionado.

Gráfico 5: Silueta que mejor representan la imagen corporal actual de los/as encuestados/as



Elaboración propia

En la evaluación de la autopercepción de la imagen se analizó la concordancia entre ambos criterios (IMC auto percibido mediante las siluetas – IMC real) a través del índice Kappa, considerando una concordancia ínfima el valor $\leq 0,20$; escasa entre 0,21-0,40; moderada entre 0,41- 0,60; y muy buena $\geq 0,61$. Se consideró significativo un valor de $p < 0,05$.

Tabla 1

Concordancia entre el IMC auto percibido y el IMC

	Valor	Error estándar asintótico	T aproximada	Significación aproximada
Medida de acuerdo Kappa	,382	,050	8,253	<,001

Elaboración propia

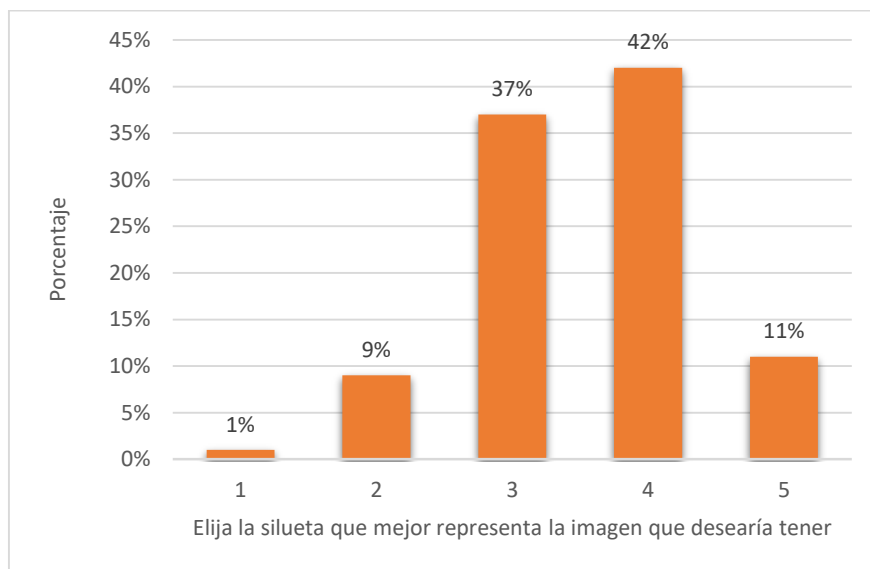
En la tabla 1 se observa una concordancia diagnóstica de un 30% en los/as encuestados/as, lo que refleja un índice kappa de 0,4, lo que se considera como escasa concordancia entre el IMC auto percibido y el IMC real.

Contrastando las respuestas dadas en la elección de siluetas (IMC percibido) y el IMC real, podemos identificar que existe una subestimación y sobrestimación de la imagen corporal. Los resultados arrojaron que un 22% de los encuestados sobreestima su peso al percibirse, mientras un 21% subestima su peso, es decir por auto-percepción consideran que su peso es menor al real. En el 57% de la muestra coinciden los niveles dados entre la prueba de siluetas y el IMC. En cuanto a la variable género, ambos géneros coinciden en más del 50%, pero las diferencias se encuentran en la subestimación o sobrestimación del peso corporal real. Los hombres tienden a subestimar su peso en un 32%, y a sobrestimarlo en un 14%, en comparación a las mujeres que tienden a sobrestimar su peso en un 16%, mientras el 25% lo subestima. Por lo que observamos diferencias en cuanto al género, mientras los hombres en mayor medida subestiman su peso, las mujeres lo sobrestiman.

Sobre la variable nivel socioeconómico, quienes tienen más concordancia entre su IMC percibido y IMC real es el grupo E. A su vez el grupo E con un 39% es quien más tiende a sobrestimar su peso, mientras el grupo D con un 31% son quienes más subestiman su peso. Aclarar que, en esta variable, 4 casillas (26,7%) han esperado un recuento menor que 5. Debido a las condiciones necesarias para aplicar el test de Chi cuadrado, exigen que al menos el 80% de los valores esperados de las celdas sean mayores que 5, no se logró en varias preguntas cruzar las variables de género, edad y clase social.

El siguiente enunciado corresponde al test de siluetas, pero esta vez preguntando sobre cuál es la silueta que desearían tener. Los resultados presentados en el gráfico 6, indican que un 42% de los encuestados desearían tener una imagen como la visible en la silueta 4, luego le sigue la silueta 3 con un 37%, ambas siluetas representan un peso normal, mientras que el 9% respondió que la silueta 2 es su ideal corporal. La silueta 5 corresponde a un cuerpo con sobrepeso y fue elegida por el 11%, la silueta 1 que representa un cuerpo con bajo peso obtuvo el 1% del total de la muestra. Las siluetas 6, 7, 8 y 9 obtuvieron cero porcentajes de preferencia.

Gráfico 6: Silueta que mejor representan la imagen corporal deseada



Elaboración propia

Se ha utilizado la prueba t para muestras relacionadas para comparar la imagen actual con la deseada. A continuación, se ha realizado un análisis de las diferencias estadísticamente significativas, considerando $p < .05$ como nivel de significación estadística.

Tabla 2

Comparación de la imagen corporal actual con la imagen deseada

	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia		Sig.(bilateral)
			Inferior	Superior	
Elija la silueta que mejor representa su imagen corporal actual - Elija la silueta que mejor representa la imagen corporal que desearía tener	1,378	,102	1,001	1,402	<,001

Elaboración propia

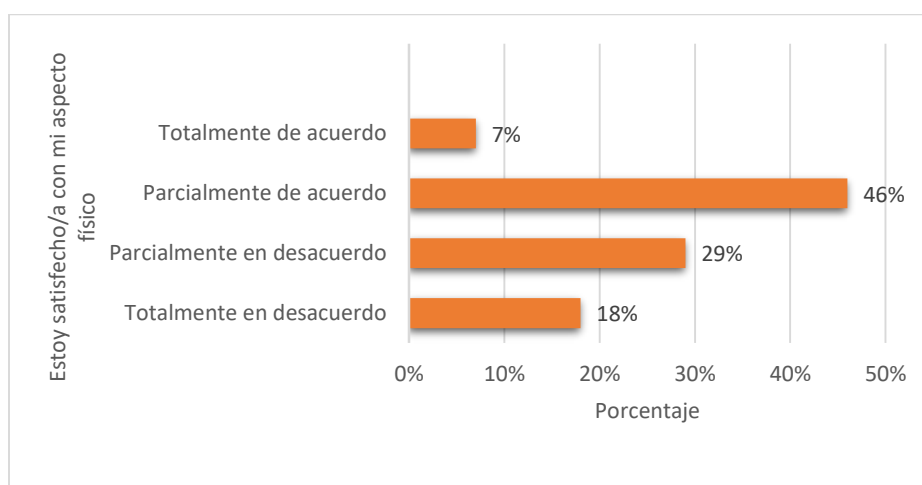
Como se observa en la tabla 2, existe un nivel de significancia de 0,001 respecto de la diferencia entre la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada, es decir que la relación entre ambas variables es estadísticamente significativa.

Por su parte la primera prueba de hipótesis de la investigación intentaba probar lo siguiente: Entre los/as jóvenes de 18 a 25 años de la comuna de Valparaíso existe una diferencia significativa entre la percepción de la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada.

2.2 El cuerpo y el espejo

En esta sección se abordarán las respuestas relacionadas con el autoconcepto y la imagen corporal. Como podemos observar en el gráfico 7, el 46% de la muestra afirma estar parcialmente de acuerdo con la afirmación “Estoy satisfecho/a con mi aspecto físico”, mientras que el 29% está parcialmente en desacuerdo, seguido del 18% que se encuentra en total desacuerdo con la aseveración, y en el lado contrario está el 7% que está totalmente satisfecho con su aspecto físico. Con estos datos podemos aseverar que el 53% de la muestra tiene una experiencia satisfactoria respecto a su aspecto físico, a la vez que el 47% de los encuestados tienen una valoración negativa de su aspecto físico.

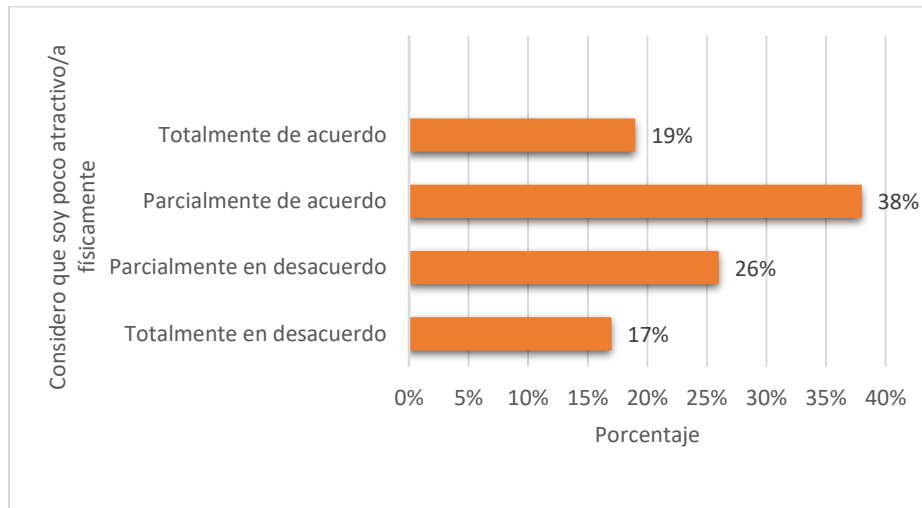
Gráfico 7: Satisfacción con el aspecto físico



Elaboración propia

Si hacemos una comparación entre las respuestas a la pregunta anterior y las representadas en el gráfico 8, que se refieren a la afirmación: Considero que soy poco atractivo físicamente, podemos identificar un aumento en la visión negativa del su aspecto físico, ya que un 57% de los encuestados se consideran poco atractivos físicamente, en tanto hay un 43% que piensa que no son pocos atractivos físicamente.

Gráfico 8: Considero que soy poco atractivo/a físicamente

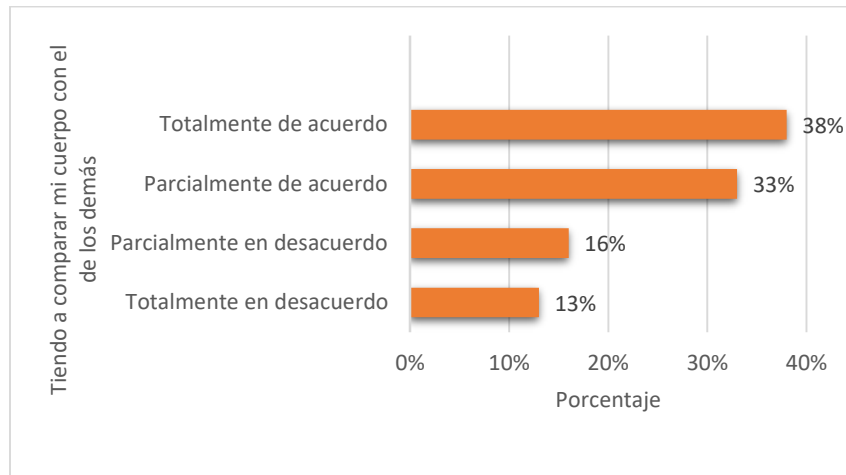


Elaboración propia

Por su parte, la segunda prueba de hipótesis de la investigación intentaba probar lo siguiente: Entre los/as jóvenes de 18 a 25 años de la comuna de Valparaíso existe una asociación entre las variables satisfacción con el aspecto físico y género. Sobre esto, la prueba Chi cuadrado nos muestra la asociación de la variable “estoy satisfecho/a con mi aspecto físico” y la variable “género”, que con un valor de $\chi^2=0,018$ existe una asociación estadísticamente significativa entre estas variables, podemos establecer que hay diferencias significativas respecto de la insatisfacción con el aspecto físico entre hombres y mujeres. Los resultados de esta investigación coinciden con varios estudios que abordan la insatisfacción corporal y su relación con el género.

El siguiente enunciado: “Tiendo a comparar mi cuerpo con el de los demás”, deja ver de forma más clara la realidad al momento de observar el cuerpo de otros, pues un 71% de los/as encuestados/as tiende a comparar su cuerpo con el de los/as demás, mientras que el 29% restante no está de acuerdo con esta afirmación.

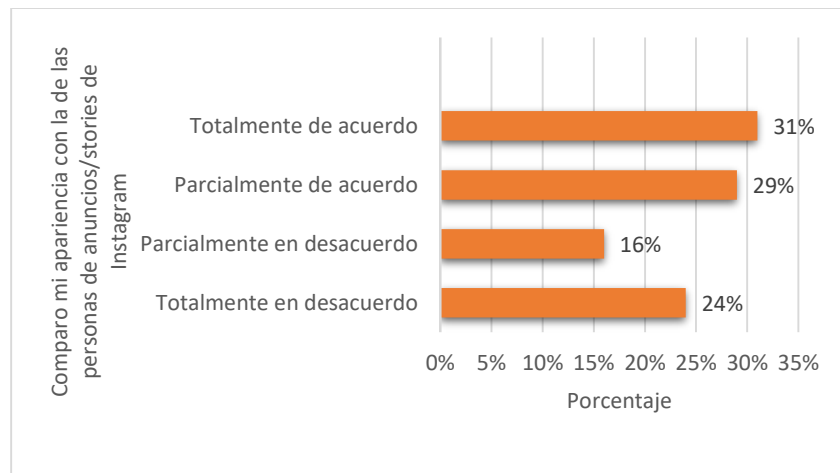
Gráfico 9: Comparo mi cuerpo con el de los demás



Elaboración propia

En relación con la comparación del cuerpo con el de los demás, en el gráfico 10 podemos ver cómo se detalla una pregunta similar, pero con la variante de las redes sociales. En este caso, se desprende que un 60% de los jóvenes encuestados llegan a comparar su apariencia con la de personas que ven en Instagram.

Gráfico 10: Comparo mi apariencia con la de las personas de Instagram

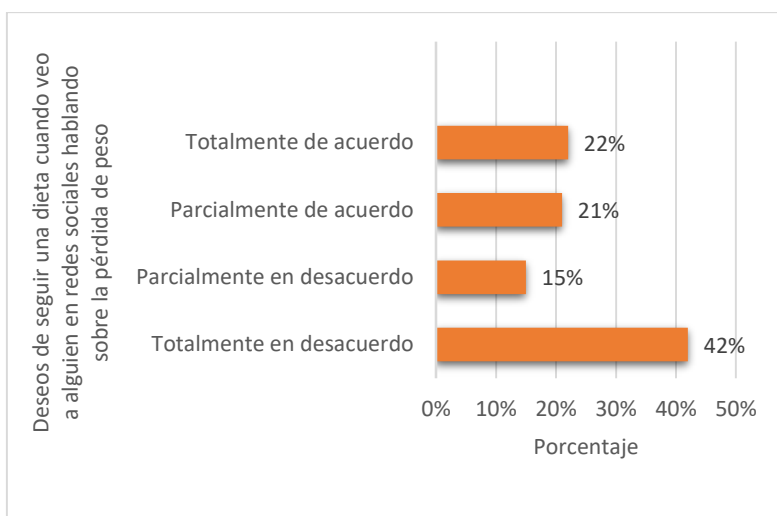


Elaboración propia

Cohen y Slather (2017) concluyen, a partir de su estudio, que existe una correlación positiva entre las actividades basadas en fotos de Instagram y las fotografías de temática *fitspiration* (contenido relacionado con estilos de vida saludable), es decir que estas tienden a aumentar

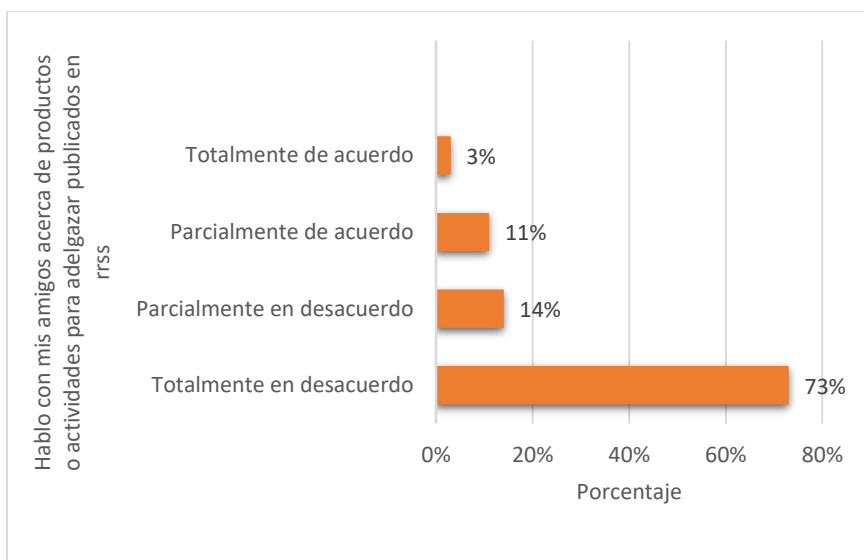
de manera conjunta. En nuestra investigación, en una pregunta realizada a la muestra de jóvenes de la comuna de Valparaíso, donde la afirmación se presentaba como: Siento deseos de seguir una dieta cuando veo a alguien en redes sociales hablando sobre la pérdida de peso, como se muestra el gráfico 11, un 42% está en total desacuerdo con esa idea.

Gráfico 11: Siento deseos de seguir una dieta cuando veo a alguien en redes sociales hablando sobre la pérdida de peso



Elaboración propia

Gráfico 12: Hablo con mis amigos acerca de productos o actividades para adelgazar publicados en redes



Elaboración propia

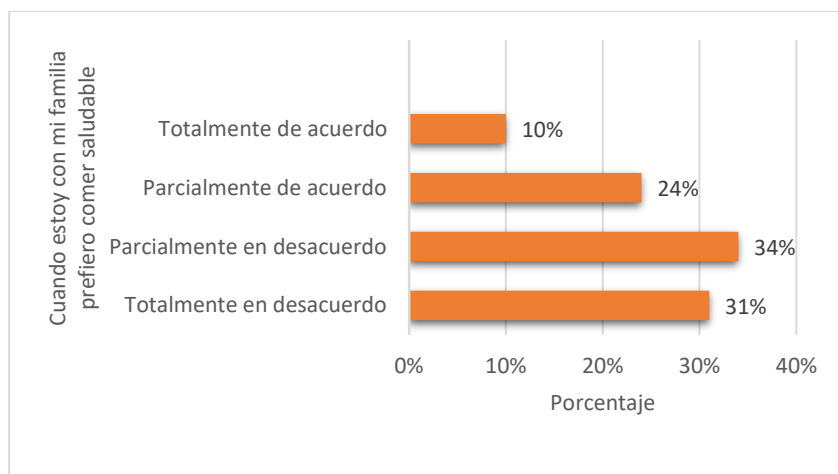
Mientras que el gráfico 12, en respuesta a la afirmación: hablo con mis amigos acerca de productos o actividades para adelgazar publicados en redes sociales, un 73% está totalmente en desacuerdo con ese enunciado.

2.3 Hogar dulce hogar

En esta sección se abordarán las preguntas relacionadas con su entorno familiar más cercano, con aquellas personas que comparte instancias donde se alimenta (desayuno, almuerzo, onces) dentro del hogar, y la percepción de los encuestados frente a distintas dinámicas que pueden darse dentro de esta vinculadas a los hábitos alimentarios.

Como podemos apreciar en el gráfico 13, la mayoría de los encuestados, un 65%, está en desacuerdo con la afirmación: cuando estoy con mi familia prefiero comer saludable. Observamos que el 31% está en total desacuerdo, mientras que el 34% se encuentra en parcial desacuerdo, en tanto que el 24% está en parcialmente acuerdo y solo el 10% está totalmente de acuerdo.

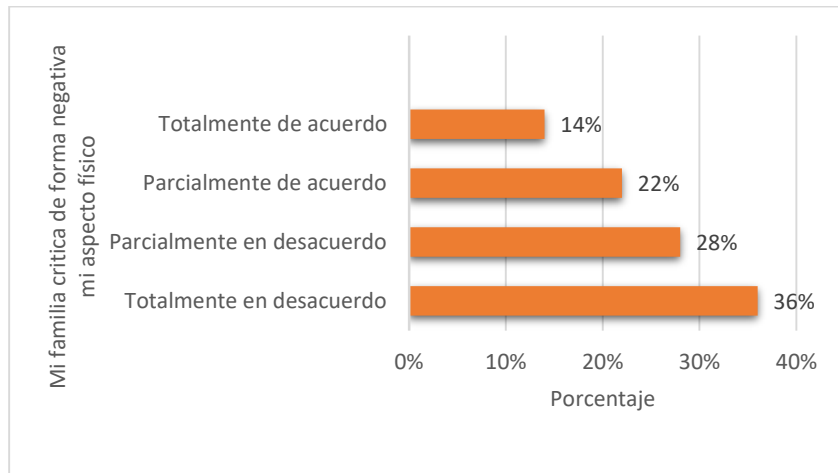
Gráfico 13: Cuando estoy con mi familia prefiero comer saludable



Elaboración propia

Al observar el gráfico 14 podemos ver cómo la distribución mayor se encuentra en las respuestas de desacuerdo en torno al enunciado: mi familia critica de forma negativa mi aspecto físico; las personas encuestadas, en un 64% optaron por las opciones que demuestran desacuerdo, en tanto que el 36% del total de la muestra está de acuerdo con la afirmación.

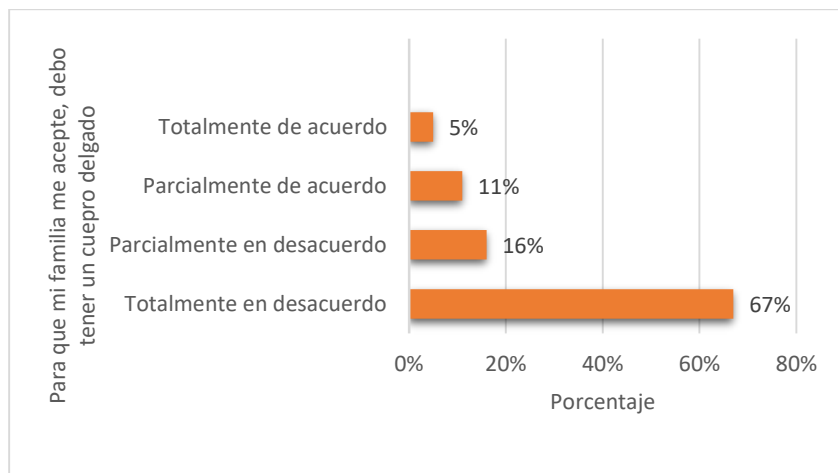
Gráfico 14: Mi familia critica de forma negativa mi aspecto físico



Elaboración propia

El gráfico 15 que se refiere a la afirmación: para que mi familia me acepte, debo tener un cuerpo delgado, es el más categórico en cuanto a la densidad de respuestas que obtuvo la opción totalmente en desacuerdo con un 67%, llevándose un porcentaje de más del 50% de la muestra en solo una elección, también parcialmente en desacuerdo tuvo un 16%, mientras las categorías parcialmente de acuerdo y totalmente de acuerdo, alcanzaron un 11% y 5% respectivamente.

Gráfico 15: Para que mi familia me acepte, debo tener un cuerpo delgado

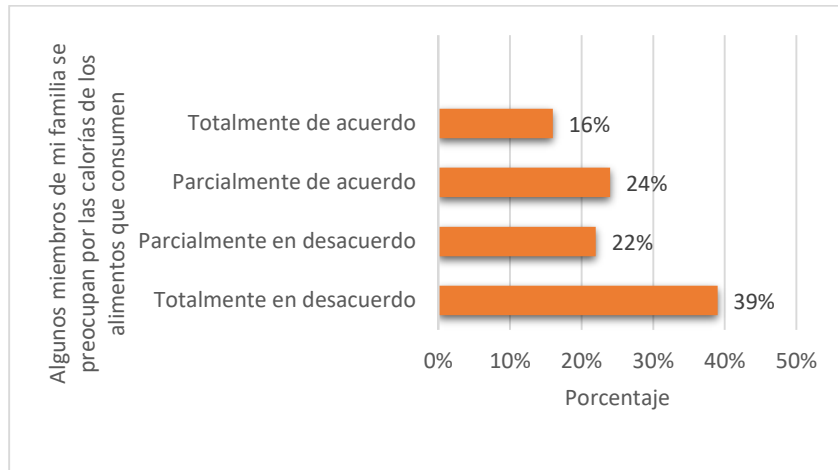


Elaboración propia

En el gráfico 16 la afirmación hacía referencia a si contaban dentro de su familia con miembros que se preocuparan por las calorías de los alimentos que consumían, y el 39% de la muestra contestó estando totalmente en desacuerdo con la afirmación, luego el 24%

respondió que estaba parcialmente de acuerdo, en tanto el 22% respondió que se encontraba parcialmente de acuerdo, finalmente el 16% estaba totalmente de acuerdo.

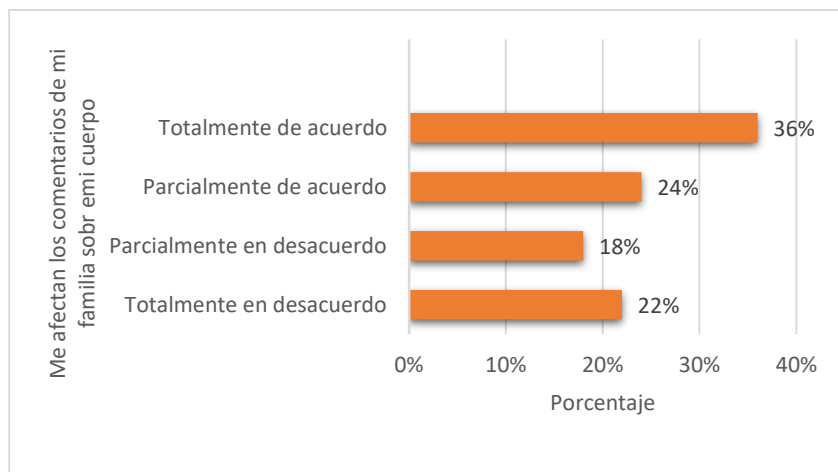
Gráfico 16: Algunos miembros de mi familia se preocupan por las calorías de los alimentos que consumen



Elaboración propia

Respecto de la afirmación: me afectan los comentarios de mi familia sobre mi cuerpo, como podemos observar en el gráfico 17, la mayor cantidad de encuestados se encuentran en las categorías que manifiestan algún grado de acuerdo, sumando un 60%, mientras que las categorías que muestran desacuerdo con la idea presentada suman el 40% de las respuestas entregadas por los jóvenes.

Gráfico 17: Me afectan los comentarios de mi familia sobre mi cuerpo



Elaboración propia

Discusión de resultados

Respecto de la primera hipótesis, se concluyó que en los/as jóvenes encuestados/as existe una diferencia significativa entre la percepción de la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada. La imagen corporal está conformada por la percepción que tenemos del cuerpo y de cada una de sus partes. Se construye histórica y culturalmente y, en el caso de las sociedades occidentalizadas, actualmente la estética corporal idealizada es la esbeltez para las mujeres y la musculatura para los varones, que son difundidas por poderosas industrias del cine, moda y medios de comunicación. En este contexto emerge la inconformidad con la imagen corporal (Jiménez et al., 2013; Mancilla et al., 2012). La inconformidad corporal es importante para comprender el concepto de anomia, dado que el físico concebido de forma natural se contrapone con este estándar corporal cultural que es impuesto. López (2011) establece una relación entre los conceptos de imagen corporal y belleza: partiendo de la teoría mertoniana de la anomia, deduce que todo fin culturalmente establecido, no implica paralelamente la existencia de accesos para lograrlo. Es posible que los jóvenes que respondieron la encuesta se vean afectados en alguna medida por la insatisfacción corporal que se genera al contrastarse con la imagen de un ideal promovido por la sociedad. Las mujeres se sienten menos satisfechas con su aspecto físico que los hombres, tal como Wolf (2011) señalaba se está constantemente presionando a las mujeres, para que ellas sean llevadas a perpetuar ciertos estándares de belleza y verse obligadas en el camino.

En un estudio comparativo (Fernández et al., 2010) entre adolescentes españoles que practicaban deporte y quienes no lo hacían, los autores identificaron que la frecuencia con la que se practicaba el deporte, la duración de la práctica, los años de dedicación, la satisfacción y el gusto por la práctica deportiva se relacionaba positivamente con el autoconcepto físico y general. En este sentido, el estado de salud y la imagen corporal percibida se relacionan significativa y positivamente (Borda Pérez et al., 2016). Es en las actividades recreativas y de especial utilización del cuerpo donde se puede encontrar alguna de las respuestas para contrarrestar los niveles de insatisfacción corporales de los/as jóvenes.

Respecto a la elección de siluetas donde se evidenciaba el IMC percibido, en relación al IMC real, se identificó una mayor subestimación por parte de los hombres y una sobreestimación por parte de las mujeres.

Al comparar los datos de ese estudio, con los observados en otras investigaciones similares hechos en Chile (Mujica et al., 2009; Pino et al., 2010; Durán et al., 2010) se demuestra que

los resultados coinciden. se observó una distorsión en la apreciación del tamaño corporal, notando una subestimación y sobreestimación del peso, aunque en esos estudios algunos tienden a alguna de las dos estimaciones, en este estudio se aprecia un equilibrio entre ambas. La distorsión de la imagen corporal actualmente puede llegar a ser una condición peligrosa, especialmente en las sociedades que alaban la belleza, porque esto puede desencadenar trastornos emocionales y conductuales (Prieto & Muñoz, 2015). La sobreestimación, por ejemplo, podría sugerir un mayor riesgo de desórdenes alimentarios como la anorexia o bulimia (Mujica et al., 2009), al tiempo que, la subestimación del peso corporal puede ser un problema crítico ya que la percepción corporal errónea condiciona una menor respuesta a la reducción del peso y por lo tanto una mayor resistencia al tratamiento de la obesidad, con sus múltiples consecuencias a nivel de la esfera de la salud (De La Cruz et al., 2018).

Respecto de la segunda hipótesis, los resultados de esta investigación coinciden con varios estudios que abordan la satisfacción corporal y su relación con el género.

En un estudio exploratorio realizado por McArthur, Holbert, y Peña (2005) sobre la imagen corporal de adolescentes en seis ciudades latinoamericanas, entre ellas Santiago de Chile, se concluyó que el factor género sobre la satisfacción corporal es significativo ($p < 0,05$), dando como resultado que en cinco de seis ciudades estudiadas hay un porcentaje importante de mujeres por sobre hombres que tienen el deseo de ser más delgadas. Es importante aclarar que una alta insatisfacción corporal no necesariamente se traduce en la adopción de dietas restrictivas, ejercicio excesivo, etc. Como resultado de las dietas extremas y la depresión que puede crear la exposición medial, no solo se obtiene como resultado cuerpos extremadamente delgados, sino también nos encontramos con problemáticas como la obesidad. En el caso de la muestra el 17% presentaba obesidad, y el 30% tenía sobrepeso, dando como resultado que un 47% de los encuestados tienen un peso no saludable, el cual como indican algunos autores puede ser una problemática de salud producto de la disconformidad corporal. Considerando que Chile dentro de los países de la OCDE se encuentra en el segundo lugar con mayor obesidad y sobrepeso, con el 74,2% de su población adulta afectada³. Por lo que el tema de la insatisfacción corporal, no es solo una cuestión estética, sino también un problema de salud pública. En cuanto a la adopción de conductas saludables que pueden ir en pro de disminuir

³ Ministerio del Desarrollo y Familia. Creación De Consejo Asesor Para Enfrentar “Con Urgencia” Los Altos Índices De Obesidad En El País. Gobierno de Chile. 2019.

los índices de obesidad, se recomienda reducir el consumo de alimentos de alto contenido calórico, además de aumentar la actividad física, al implementar estas conductas saludables, se incrementa la satisfacción y disminuye progresivamente la ansiedad social provocada por la inconformidad con el estado físico. El ejercicio físico influye en la imagen corporal y su constante práctica contribuye a prevenir enfermedades tanto fisiológicas como psicológicas, de acuerdo con ello es necesario aclarar que la salud, la imagen corporal percibida y la autoestima se relacionan de manera positiva en las personas (Alejo, 2019).

Para fines de este estudio, la tercera prueba de hipótesis, correspondía a conocer si entre los/as jóvenes de 18 a 25 años de la comuna de Valparaíso existe un cambio en las prácticas a raíz de lo visto en redes sociales. En base a las respuestas dadas, podemos deducir que los jóvenes en su mayoría no toman medidas acerca de realizar dietas en base a lo mostrado en Instagram, ni tampoco conversan sobre sus pares sobre prácticas para adelgazar. Por lo que, la muestra nos permite contradecir en parte a Cohen y Slather (2017), ya que la temática *fitspiration* no forma parte sustantiva del imaginario de los jóvenes, en cuanto se relacionan con su imagen corporal.

Por tanto, en los resultados que se obtuvieron, al realizar una evaluación crítica por parte de los encuestados sobre la información que se entrega a través de las redes sociales, ya sea directamente como publicidad para adelgazar o conversaciones que inciten a realizar una dieta, existe una respuesta contraria a la esperada por quienes promueven este tipo de prácticas. Es importante mencionar que faltó densidad en torno a estas preguntas, para identificar el nivel de utilización de las redes sociales, en este caso Instagram, pero en base a lo observado, identificamos que este tipo de ideas relacionadas con la imagen corporal, no tienen la capacidad de cambiar las prácticas de los jóvenes respecto a su propio cuerpo. Acerca de las redes sociales, los jóvenes en un 60% respondió que si comparaba su apariencia con los cuerpos que se muestran en Instagram. Brea Folgar (2019) dio cuenta que tal y como muestran los estudios, una de las variables que más se ha relacionado con efectos negativos en la imagen corporal ha sido la tendencia a la comparación de apariencia social ascendente. Por su parte la cuarta y final prueba de hipótesis intentaba probar lo siguiente: entre los/as jóvenes de 18 a 25 años de la comuna de Valparaíso existe una influencia de la familia en la adopción de conductas restrictivas respecto a la alimentación.

Al analizar los gráficos descriptivos encontramos claramente una tendencia que muestra que no existe una influencia en la adopción de conductas restrictivas sobre la alimentación. En primer lugar, esto se debe a que, como vimos en el gráfico 13, cuando los/as jóvenes están con sus familias no tienen la presión o la necesidad de comer saludable, por lo que no tienen la preferencia de hacerlo. A su vez, la forma en que la familia se relaciona con la alimentación es principalmente, con una actitud neutral; es decir, no existe toma de acción referente a la cantidad de calorías que se consumen, no se busca disminuir ni aumentar el consumo de estas. El hogar se perfila como un lugar donde los encuestados no tienen la urgencia de sentirse presionados en base a cómo se alimentan, sino que mediante otras formas que mencionaremos luego. En el contexto chileno, la situación de comer en familia se caracteriza por su idealización, además de sus factores beneficiosos al ofrecer oportunidades de interacción social, operando la mesa como un espacio para la transmisión de valores (Riquelme & Giacoman, 2018).

La preocupación de los miembros de la familia por las calorías consumidas, puede deberse, en gran parte, a que Chile tiene altos índices de sobrepeso y obesidad, de ahí que se haya buscado prevenir y reducir la obesidad y el sobrepeso de la población a través de la creación de programas como Elige Vivir Sano y mediante la aprobación de leyes como la Ley 20.606 sobre la composición nutricional de los alimentos y su publicidad. Además, los/as jóvenes en su mayoría (93%) pertenecen a la clase media, considerando que Chile es en un país donde se obtuvo una alta asociación entre el IMC y el nivel socioeconómico, podemos decir que el interés o más bien los recursos disponibles no permiten una preocupación exclusiva por el tipo de alimentación, esta pasa a segundo o tercer plano, prefiriendo destinar la energía y dinero en otras áreas de la vida familiar. Por lo general, los niveles socioeconómicos más altos tienden a tener una condición física de mejor calidad, medida en el IMC (Cabezas & Palma, 2022); por el contrario, las personas con menores recursos tienden a tener un nivel de masa corporal mayor, esto debido al mayor acceso a una alimentación rica en proteínas, vegetales y alimentos de mejor calidad en general, en complemento con el tiempo y el dinero para destinar a la realización de una actividad física, etc.

El hecho de que, dentro del entorno familiar se hacen comentarios sobre el cuerpo ajeno, puede deberse a la internalización de estándares de belleza por parte de la sociedad en general, siendo la familia un lugar donde se replican de igual manera estas ideas relacionadas

con los imaginarios corporales aceptados. En un estudio cualitativo realizado en Chile sobre factores socioculturales que influyen en la imagen corporal en adolescentes se observó que, en la familia, las participantes relataron que se da una dinámica donde se enfatizan enseñanzas enfocadas en una vida saludable para prevenir enfermedades (ejemplo: alimentación equilibrada, práctica deportiva, mantenimiento de un peso adecuado), priorizando la salud por sobre lo estético. A su vez las participantes le atribuyen gran relevancia a la opinión de sus progenitores acerca de su apariencia (Cortez et al., 2016). Es importante destacar que el nivel socioeconómico de las participantes del estudio mencionado anteriormente era medio-alto, por lo que se entiende la preocupación que le otorgan al cuidado de la salud en base a una buena nutrición, y lo dicho antes, en contraste con los jóvenes encuestados en esta investigación que provienen de familias de clase vulnerable-media. El común denominador que podemos identificar es que en ambos estudios existe una relevancia sobre la opinión acerca de la apariencia. Más del 50% de los jóvenes encuestados se ve afectado por los comentarios negativos sobre su cuerpo, en coherencia con lo expuesto por Michael et al. (2014) y Pedersen et al. (2015), quienes señalan que la familia aun cuando deja de ser el núcleo dispensador de sentido durante la adolescencia, puede continuar influyendo notoriamente.

Conclusiones

Los resultados confirman nuestra hipótesis 1, mostrando que, entre los jóvenes de 18 a 25 años de la comuna de Valparaíso, existe una diferencia significativa entre la percepción de la imagen corporal actual y la imagen corporal deseada. Esto puede ser interpretado como que la insatisfacción corporal es una realidad ya instalada en la vida de los jóvenes de esta joven generación. Se evidenció en este punto, que al analizar la variable género se producen diferencias significativas, la autopercepción distorsionada del cuerpo es mayor en el género femenino, resultados que coinciden con investigaciones previas (Jiménez et al., 2013; Mancilla et al., 2012), esto puede deberse a la presión histórica sobre las mujeres, que se les impone a través de diversos medios, donde el entorno sociocultural contribuye en gran parte a la perpetuación de ciertos ideales de belleza asociados, sobre todo, a la delgadez. De acuerdo con un estudio realizado en estudiantes universitarios de Chile y Panamá (Duran et al., 2013), ambos géneros subestiman su peso, en cambio en esta investigación donde observamos diferencias en cuanto al género, mientras los hombres en mayor medida subestiman su peso, las mujeres lo sobreestiman. Lo anterior puede tener repercusiones al no tener concordancias entre la imagen real y la imagen auto percibida, ya que uno de los principales riesgos de subestimar el peso es no ponerle la debida atención a los altos niveles de sobrepeso y obesidad que tenemos en Chile, que pueden derivar en graves patologías, como lo es la diabetes tipo 2, hipertensión, colesterol alto, entre otras. Mientras las personas que tienden a sobreestimar su peso, en este caso las mujeres, tienen son propensas a tener comportamientos restrictivos con la comida y/o excesivo ejercicio físico, resultando en síndromes como la bulimia, anorexia y vigorexia. Siguiendo en esta línea, nuestra apreciación sobre las campañas realizadas por el gobierno como Elige Vivir Sano y la Ley de Etiquetado de Alimentos es que, son insuficientes al solo enfocarse en la problemática de la subestimación del peso y el riesgo que pueden conllevar a enfermedades anteriormente mencionadas, además de mejorar las políticas orientadas a reducir los índices de sobrepeso y obesidad en la población. También deberían desarrollarse políticas públicas focalizadas en evitar la propagación e interiorización de estándares de belleza, a través de regulaciones en la publicidad, estandarización de tallas en el *retail*, que pueden evitar consecuencias como la dismorfia corporal.

Por otro lado, los resultados de esta investigación demuestran también nuestra segunda hipótesis, mostrando que, entre los jóvenes de 18 a 25 años de la comuna de Valparaíso existe una dependencia entre las variables satisfacción con el aspecto físico y género, donde se concluye que el factor género sobre la satisfacción corporal es significativo.

La tercera hipótesis buscaba identificar si exista una influencia por parte de la familia en la adopción de conductas restrictivas respecto de la alimentación, en este punto no se observó tal influencia. El núcleo familiar no incidía directamente en la alimentación de los jóvenes, estos por lo general no tendían a comer sanamente, eso puede deberse a que la población encuestada pertenecía mayormente a la clase media, donde la dieta se define a partir de los recursos económicos que se disponen, por lo que permitirse consumir alimentos de alta calidad es complicado, por lo que la preocupación por las calorías consumidas no era una temática recurrente. Siguiendo con el núcleo familiar como parte de este estudio, se identificó que los comentarios que se realizan sobre el cuerpo generan un impacto en los jóvenes. A la vez que la aceptación de las familias no recae en la necesidad de estar delgados/as. Como límite de esta investigación, se necesita ahondar más en las preguntas sobre la relación que existe con la familia, más allá de las críticas directas que se le puedan hacer a la alimentación o el cuerpo de la persona.

Una de las principales limitaciones de este estudio es dimensionar las diferencias que existen entre la población joven y la adulta. En futuros estudios que sigan esta metodología sería interesante realizar un estudio transversal, donde se puedan observar la dinámica de las variables estudiadas a través de los años, para comprender si la insatisfacción corporal es un síntoma propio de la población adolescente-joven o adulta, si se mantiene en el tiempo la discordancia entre imagen real o imagen percibida.

Sería necesario para evaluar el impacto de los comentarios de la familia respecto al cuerpo, y también evaluar la relación que existe con la familia, y si esta pudiese debilitarse a causa de comentarios negativos sobre el cuerpo, posicionando esta variable como una causa de la insatisfacción corporal. En este sentido se hace necesario estudiar las pautas de insatisfacción corporal entre distintos grupos etarios, más allá del rango representado en este estudio, uno que permita identificar más de una generación.

A partir del estudio de la imagen corporal, esperamos contribuir al entendimiento de las dinámicas que rodean a la persona que pueden alentar el descontento por el propio cuerpo,

como se mencionó anteriormente, la insatisfacción de la imagen corporal puede derivar en diversos problemas de salud, por lo que es importante darle la atención necesaria y a tiempo, investigaciones como estas pueden ayudar a entender el actual estado de la población joven y su relación con el cuerpo. Como sociedad debemos incentivar una sana percepción de la imagen corporal, ya que hay una estrecha correlación entre ella y la autoestima. Para Rice (2000) la autoestima ha sido denominada el ingrediente que proporciona dignidad a la existencia humana.

Bibliografía

Alejo, Ivonne. (2019). Validación de un instrumento para evaluar la percepción de la imagen corporal-IPIC. Universidad Católica de Colombia. Bogotá D.C.

Behar R, Alvina C, González T, Rivera N. Detección de actitudes y/o conductas predisponentes a trastornos alimentarios en estudiantes de enseñanza media de tres colegios particulares de Viña del Mar. *Rev Chil Nutr* 2007; 34 (3): 240-249.

Borda Pérez, Mariela, Santos, Mario Alonso, Martínez Granados, Héctor, Meriño Díaz, Elieth, Sánchez Álvarez, Juan, & Solano Guerrero, Stephanie. (2016). Percepción de la imagen corporal y su relación con el estado nutricional y emocional en escolares de 10 a 13 años de tres escuelas en Barranquilla (Colombia). *Revista Salud Uninorte*, 32(3), 472-482.

Brea Folgar, A.L. (2019). Corporalidad online-offline. Revisión sistemática de la influencia de Instagram en la imagen corporal en los adolescentes. Universidad Autónoma de Barcelona, Cataluña.

Cohen, R., Newton-John, T. y Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image*, 23, 183-187.

Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F., Behar, R., & Arancibia, M. (2016). Influence of sociocultural factors on body image from the perspective of adolescent girls. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 7(2), 116-124.

De La Cruz Yamunaque, E., Abril-Ulloa, V., Arévalo Peláez, C., & Palacio Rojas, M. (2018). Subestimación del índice de masa corporal a través de la autopercepción de la imagen corporal en sujetos con sobrepeso y obesidad. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(3), 235-240.

Durán A, Samuel, Rodríguez, María del Pilar, Record C, Jiniva, Barra R, Rocío, Olivares H, Romina, Tapia A, Alexandra, Moraga B, Andrea, Campos H, Claudette, Mattar A, Pamela, Pérez V, Gabriela, & Neira O, Ana María. (2013). Autopercepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de Chile y Panamá. *Revista chilena de nutrición*, 40(1), 26-32.

Fernández, J. G., Contreras, O. R., García, L. M., & González Villora, S. (2010). Autoconcepto físico según la actividad físicodeportiva realizada y la motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 251-263.

Godoy, Carolina, Denegri, Marianela, Schnettler, Berta, & Alarcón, Mauricio. (2019). La mujer en la publicidad televisiva de alimentos en Chile: una aproximación feminista desde el análisis argumental del discurso. *Comunicación y medios*, 28(40), 68-81.

Jiménez-Moral, J. A., Zagalaz Sánchez, M. L., Molero, D., Pulido-Martos, M., & Ruiz, J. R. (2013). Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes españoles. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 429-436.

López Yáñez, A.D (2001). Aproximación teórica al estudio sociológico de la anorexia y la bulimia nerviosa. *REIS: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 185-200.

Mancilla Medina, A., Vázquez Arévalo, R., Mancilla Díaz, J. M., Hernández, A. A., & Alvarez Rayón, G. (2012). Insatisfacción corporal en niños y preadolescentes: Una revisión sistemática. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 3(1), 62-79.

McArthur, L. H., Holbert, D. y Peña, M. (2005). An exploration of the attitudinal and perceptual dimensions of body image among male and female adolescents from six Latin American cities. *Adolescence*, 40(160), 801-816.

Michael, S., Wentzel, K., Elliot, M., Dittus, P., Kanouse, D., Wallander, J., et al. (2014). Parental and peer factors associated with body image discrepancy among fifth-grade boys and girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(1), 15-29.

Mujica E, Verónica, Leiva M, Elba, Rojas M, Edgardo, Díaz, Nora, Icaza, Gloria, & Palomo G, Iván. (2009). Discordancia en autopercepción de peso en población adulta de Talca. *Revista médica de Chile*, 137(1), 76-82.

Palma, Sofía, & Cabezas, José Miguel. (2022). Relación entre índice de masa corporal elevado y variables socioeconómicas en población chilena: un estudio transversal. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 26(1), 52-60.

Pedersen, S., Gronhoj, A. y Thogersen, J. (2015). Following family or friends: Social norms in adolescent healthy eating. *Appetite*, 86(1), 54-60.

Pino V, José Luis, López E, Miguel Angel, Moreno V, Alicia Andrea, & Faúndez P, Teresita del Pilar. (2010). percepción de la imagen corporal, del estado nutricional y de la composición corporal de estudiantes de Nutrición y dietética de la Universidad del Mar, Talca, Chile. *Revista chilena de nutrición*, 37(3), 321-328.

Prieto Vela, Andrea, & Muñoz-Najar Pacheco, Andrés Omar. (2015). Bienestar subjetivo e imagen corporal en estudiantes universitarias de Arequipa. *Liberabit*, 21(2), 321-328.

Riquelme, Olivia, & Giacoman, Claudia. (2018). La comida en familia: La idealización de un evento social. *Revista chilena de nutrición*, 45(1), 65-70.

Torres Carmona, M. (2017). Instagram y su uso como una herramienta de marketing digital en Chile. Santiago, Chile: Universidad de Chile - Facultad de Economía y Negocios.

Anexo

Sección 1 – Datos personales

Pregunta 1: Género

Pregunta 2: Edad

Pregunta 3: Peso

Pregunta 4: Estatura

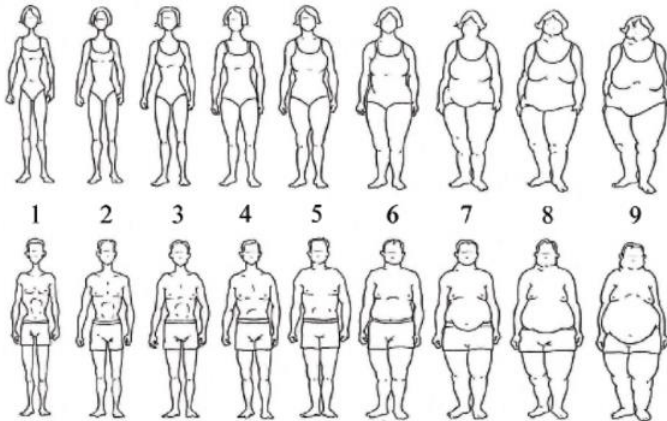
Pregunta 5: ¿Cuál es el nivel de educación alcanzado (último año aprobado) por el principal sostenedor del hogar?

Pregunta 6: Cantidad de miembros que componen su hogar

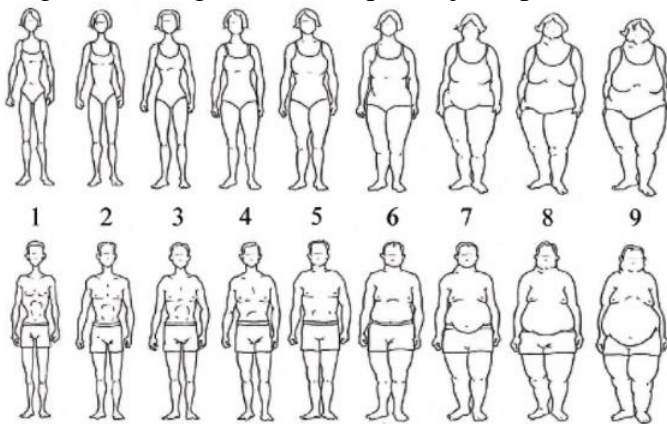
Pregunta 7: Tramos en que se encuentra el ingreso total mensual de hogar

Sección 2 – Escala de satisfacción corporal

Pregunta 8: Elegir la silueta que mejor representa su imagen corporal actual



Pregunta 9: Elegir la silueta que mejor representa la imagen corporal que desearía tener



Sección 3 – Indicar grado de identificación con las siguientes afirmaciones

Escala Linkert: Totalmente en desacuerdo / Parcialmente en desacuerdo / Parcialmente de acuerdo / Totalmente de acuerdo

Autoconcepto

Pregunta 1: Estoy satisfecho/a con mi aspecto físico

Pregunta 2: Considero que soy poco atractivo físicamente

Pregunta 3: Tiendo a comparar mi cuerpo con el de los demás

Pregunta 4: Pienso que mi peso es el ideal

Pregunta 5: Me gustaría que los demás tuvieran un cuerpo como el mío

Hábitos de alimentación

Pregunta 1: Realizaría una dieta para bajar de peso

Pregunta 2: Organizo los alimentos en la despensa de acuerdo con su cantidad de calorías

Pregunta 3: Me preocupo por las porciones de alimentos de consumo

Pregunta 4: Tengo un horario establecido para comer

Pregunta 5: Puedo comer todo tipo de alimentos sin sentir ningún remordimiento

Redes sociales

Pregunta 1: Comparo mi apariencia con la de las personas de anuncios/*stories* de *Instagram*

Pregunta 2: Con frecuencia las redes sociales me sirven para saber cómo alguien debe lucir atractivo/a

Pregunta 3: Hablo con mis amigos acerca de productos o actividades para adelgazar publicados en redes sociales

Pregunta 4: Con frecuencia me atraen las conversaciones o comentarios en redes sociales acerca del peso, las calorías, la silueta, etc

Pregunta 5: Siento deseos de seguir una dieta cuando veo a alguien en redes sociales hablando sobre la pérdida de peso

Situaciones familiares

Pregunta 1: Cuando estoy con mi familia prefiero comer saludable

Pregunta 2: Mi familia critica de forma negativa mi aspecto físico

Pregunta 3: Algunos miembros de mi familia se preocupan por las calorías de los alimentos que consumen

Pregunta 4: Para que mi familia me acepte, debo tener un cuerpo delgado

Pregunta 5: Me afectan los comentarios de mi familia sobre mi cuerpo