

Capítulo 2. Percepción corporal y su relación con la obesidad en estudiantes universitarios de Chiapas, México



DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.392.02>

JESÚS GABRIEL CUETO PÉREZ*

ANAHÍ HERNÁNDEZ VÁZQUEZ**

CAROLINA PÉREZ GALLEGOS***

ITZEL ALEJANDRA SÁNCHEZ HERNÁNDEZ****

SONIA ROSA ROBLERO OCHOA*****

ZALLY PATRICIA MANDUJANO TRUJILLO*****

KARINA JEANETTE TOALÁ BEZARES*****

FÁTIMA HIGUERA DOMÍNGUEZ*****

Resumen

Cada año se registran aproximadamente 20 mil casos de trastornos de la conducta alimentaria siendo los adolescentes y jóvenes la población más vulnerable causando problemas en la salud. El objetivo de la investigación es relacionar la obesidad con la percepción corporal presentada en estudiantes universitarios de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. Se realizó un estudio cuantitativo de diseño descriptivo y tipo transversal. La muestra estuvo conformada por 126 estudiantes universitarios de ambos sexos a

* Licenciado en Nutriología. Nutriólogo independiente, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7509-5114> ; correo electrónico: cuetoi91@gmail.com

** Licenciada en Nutriología. Nutrióloga independiente, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2019-5900>

*** Licenciada en Nutriología. Nutrióloga independiente, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-7669-6803>

**** Licenciado en Nutriología. Nutrióloga independiente, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-4858-8424>

***** Doctora en Ciencias para la Salud. Profesora en la Universidad Autónoma de Chiapas, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5175-8362>

***** Doctora en Ciencias de la Educación. Profesor de tiempo completo de la Universidad Autónoma de Chiapas, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0691-7632>

***** Maestra en Tecnología Educativa. Profesora de Asignatura de la Universidad Autónoma de Ciencias y Artes de Chiapas, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8474-9999>

***** Doctora en Ciencias en Ecología y Desarrollo Sustentable. Profesora de asignatura de la Universidad Autónoma de Ciencias y Artes de Chiapas, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-0681-570X>

quienes se les aplicó el Eating Attitudes Test (EAT26), las imágenes de silueta corporal de Stunkard y Sorensen y la medición de la circunferencia de cintura, para determinar si existía una relación significativa entre las variables de estudio al utilizar medidas de tendencia central y de asociación. Los resultados mostraron que 60.3 % de los participantes presentó sobrepeso + obesidad, 48.4 % tuvo obesidad abdominal, 34.1 % tenía una estimación corporal inadecuada. En conclusión, la prevalencia de sobrepeso + obesidad y obesidad abdominal es elevada. Una tercera parte presentaba insatisfacción con su imagen corporal, característica considerada como factor de riesgo para el desarrollo de los trastornos de conducta alimentaria.

Palabras clave: *sobrepeso, obesidad, percepción corporal, trastornos de la conducta alimentaria.*

Introducción

La imagen corporal es la representación mental y consciente que cada individuo construye y percibe de su cuerpo (Rodríguez et al., 2015). En los últimos años se ha observado un incremento en las preocupaciones relacionadas con la salud mental y el bienestar general de los estudiantes universitarios (Worsley et al., 2022). Dicha etapa se caracteriza por la transición hacia la adultez donde se conforma de desafíos académicos y personales (Duche et al., 2020). Dentro de este contexto, las percepciones que los jóvenes tienen sobre su propio cuerpo son importantes para su bienestar general (Tort et al., 2023).

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) se definen como un patrón conductual que implica una alteración significativa y duradera en las prácticas alimentarias, con relación a emociones y pensamientos angustiosos (APA, 2013). Estos trastornos representan un grave problema de salud global, con aproximadamente 20 000 casos anuales, entre los trastornos más comunes destacan la anorexia, bulimia, trastorno por atracón, ortorexia y vigorexia (SSA, 2017). Los jóvenes y adolescentes son los más afectados, experimentan distorsiones en la percepción de su imagen corporal, que a menudo resulta en sobreestimaciones del peso, especialmente entre

quienes tienen un peso normal (64 %), los estudiantes con peso adecuado tienden a sobreestimar su imagen, mientras que los obesos la subestiman (Duran, 2013).

Por lo tanto, si alguien realiza una evaluación favorable de sí mismo y de su entorno se puede deducir que posee una alta autoestima; en cambio, si la evaluación es negativa, sugiere que la persona se ve a sí misma como incapaz y/o insignificante. Así, la autoestima se considera el juicio, la evaluación o la percepción positiva o negativa que una persona establece sobre sí misma, basándose en sus pensamientos, emociones y experiencias (Echeverry et al., 2024).

La imagen corporal es un constructo multidimensional complejo que engloba las percepciones, pensamientos, actitudes y sentimientos del ser humano sobre su cuerpo, la manera en que estima su tamaño, evalúa su atractivo, las emociones asociadas con su forma y apariencia, así como las conductas dirigidas a su manejo (Santos, 2022). De esta discrepancia y de la comparación negativa puede surgir insatisfacción corporal, considerada una de las causas más destructivas de la autoestima de las personas (Cruzat et al., 2016). Es por esto que la imagen corporal se ha convertido en un tema de debate, ya que su influencia puede afectar tanto la salud física como psicológica.

Ligado a la necesidad de conocer esta problemática en universitarios para prevenir futuros problemas en su salud, esta investigación presenta como objetivo determinar la prevalencia de la percepción corporal, trastornos de la conducta alimentaria, sobrepeso, obesidad y obesidad abdominal en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana-CII de la Universidad Autónoma de Chiapas, en la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.

Material y método

La presente investigación se llevó a cabo en estudiantes universitarios que cursan el séptimo semestre de la Licenciatura de Medicina Humana de la Facultad de Medicina Humana-CII (FMH-CII) de la Universidad Autónoma de Chiapas (UNACH). Tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal. La muestra representativa de este estudio fue seleccionada de manera no probabilística a conveniencia.

Se solicitó el consentimiento informado de manera verbal para fines del estudio del objetivo del estudio y se explicó en qué consistía su participación. Se proporcionaron las instrucciones necesarias a los participantes antes de aplicar los instrumentos y de realizar las mediciones antropométricas. Al finalizar, los estudiantes que presentaron alteraciones en sus resultados se les refirió a la clínica de la FMH-CII para llevar un control nutricional y psicológico.

La recolección de datos se realizó mediante una encuesta epidemiológica que constaba de tres secciones: (1) evaluación antropométrica, (2) cuestionario Eating Attitudes Test (EAT26) (Garner, 1979), y (3) el método de siluetas corporales diseñado y validado por Stunkard et al. (1983).

Para la evaluación antropométrica se tomó el peso utilizando una báscula mecánica de piso (SECA 750, Hamburgo, Alemania) con una capacidad de 150 kg; para la medición de la talla se empleó un estadiómetro de pared portátil con un rango de medición 20 – 205 cm (SECA 213 Hamburgo, Alemania). La circunferencia de cintura se midió con una cinta métrica metálica flexible con una longitud de 150 cm y 1 cm de ancho (Body Flex Tape, Eston, Florida); los criterios empleados fueron los de la Federación Internacional de Diabetes (IDF): normal; mujeres < 80 cm y hombres < 90 cm, obesidad abdominal mujeres ≥ 80 cm y hombres ≥ 90 cm (IDF, 2006). La evaluación del índice masa corporal (IMC) fue de acuerdo a los criterios de la Norma Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2017 para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad: normal 18.5 – 24.9 kg/m², sobrepeso 25 – 29.9 kg/m², obesidad ≥ 30 kg/m² (SSA, 2017). Las mediciones fueron realizadas por personal capacitado.

En lo referente al cuestionario de EAT26, el cual consta de 26 ítems (versión abreviada) para evaluar actitudes y comportamientos relacionados con la alimentación, las respuestas se recogieron en una escala Likert de 6 puntos, donde 1 indica “nunca” y 6 significa “siempre”. Un puntaje de 20 o más se consideró clínicamente significativo, que sugiere posibles trastornos de conducta alimentaria [TCA] (Garner, 1979).

En lo referente al método de siluetas corporales (Stunkard et al., 1983), usado tanto para hombres como para mujeres para obtener la información, los participantes eligieron la figura que más se aproximaba a su silueta de acuerdo a su percepción, así como la silueta que les gustaría tener. Los resultados se dividieron en tres categorías: la imagen actual, la imagen deseada

da y la discrepancia (deseada – actual), la cual fue interpretada como una medida de insatisfacción con la imagen corporal.

El análisis estadístico se llevó a cabo utilizando el Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versión 19.0 para Windows. Se utilizaron medidas de tendencia central como frecuencias y prevalencias.

Resultados

De la muestra de estudio participan 45.2 % mujeres y 54.7 % hombres de edades entre 18 y 29 años.

A través de los resultados se observa que el 48.4 % de los participantes presenta obesidad abdominal con base a la circunferencia de cintura. Seis de cada diez estudiantes presentaron sobrepeso+obesidad de acuerdo con el IMC (tabla 1).

Tabla 1. Prevalencia del sobrepeso, obesidad y obesidad abdominal

<i>Evaluación antropométrica</i>	<i>n = 126</i>	<i>%</i>
Circunferencia de cintura (cm)		
Normal	65	51.6
Obesidad abdominal (mujeres ≥ 80 y hombres ≥ 90)	61	48.4
Índice de masa corporal (kg/m ²)		
Normal (18.5 – 24.9)	50	39.7
Sobrepeso (25 – 29.9)	53	42.1
Obesidad (≥ 30)	23	18.2

Fuente: elaboración propia.

Por otro lado, se puede observar que el 4 %, que corresponde a cuatro mujeres y un hombre, presentan riesgo a padecer TCA. Una tercera parte de la población (36.5 %) no se encontró satisfecho con su imagen corporal, y 34.1 % se identificó con una imagen corporal distorsionada de ellos mismos y en 26.2 % destaca la sobreestimación (tabla 2).

Tabla 2. *Prevalencia de riesgo de padecer trastorno de la conducta alimentaria y de la percepción corporal en la población de estudio*

<i>Clasificación</i>	<i>n = 126</i>	<i>%</i>
Riesgo de padecer TCA (EAT-26)		
Sin alteración	121	96
Con alteración	5	4
Percepción corporal		
Satisfacción de la Imagen corporal		
Satisfacción	80	63.5
Insatisfacción	46	36.5
Estimación corporal		
Adecuada	83	65.9
Subestimación	10	7.9
Sobreestimación	33	26.2

Fuente: elaboración propia.

El 54.8 % de los estudiantes muestra inconformidad con su imagen corporal, 58.7 % cree no tener el peso adecuado y 82.5 % informa tener preocupación por subir o bajar de peso; sin embargo, más de dos terceras partes de los universitarios no ha acudido con un nutriólogo para obtener una evaluación del estado nutricional o un tratamiento dietético acorde a sus características y necesidades (tabla 3).

Tabla 3. *Percepción corporal de los estudiantes participantes en el estudio*

<i>Clasificación</i>	<i>n = 126</i>	<i>%</i>
Conformidad con la imagen corporal		
Sí	55	43.8
No	71	56.2
Peso adecuado para su estilo de vida		
Sí	52	41.3
No	74	58.7
Preocupación por subir o bajar de peso		
Sí	105	82.5
No	21	17.5

Uso de dietas para bajar o ganar peso		
Sí	40	31.7
No	86	68.3
Asistencia con un nutriólogo		
Sí	37	29.4
No	89	70.7

Fuente: elaboración propia.

Discusión

En esta investigación los resultados revelaron una alta prevalencia de obesidad central y sobrepeso+obesidad en la población estudiada, junto con insatisfacción corporal y mínimo riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Estos hallazgos destacan la relevancia de abordar tanto los factores nutricionales como los psicosociales en la salud de los jóvenes universitarios. Las prevalencias obtenidas coinciden con estudios recientes realizados en universitarios por Carvajal y Esparza (2017), en donde reportó que el 83.6% de estudiantes con sobrepeso u obesidad subestimaban su imagen corporal mientras su peso iba en aumento, normalizando su condición debido a la alta prevalencia en su entorno. Okanović et al. (2011) encontraron que el 57.2% de universitarios con IMC normal se percibían con sobrepeso, lo que sugiere una distorsión corporal influenciada por ideales estéticos.

Por otro lado, la insatisfacción corporal detectada coincide con lo reportado por Rodríguez y Rodríguez (2001) en estudiantes del sureste mexicano, quienes también identificaron una discrepancia entre el índice de masa corporal (IMC) y la autopercepción.

Existen estudios (Acuña et al., 2020; Pineda et al., 2020) que respaldan los resultados expuestos en que la insatisfacción corporal frecuentemente coexiste con estados nutricionales alterados de sobrepeso y/u obesidad, lo que sugiere que la percepción negativa del cuerpo no siempre se asocia a bajo peso.

El 4% de la población participante presentaba TCA, igual a la observada por Hoyos et al. (2025) en universitarios españoles. Los resultados confirman que la insatisfacción corporal y la obesidad son problemas interconectados en universitarios chiapanecos. Si bien, el riesgo de TCA fue bajo, la alta

prevalencia de insatisfacción sugiere la necesidad de programas de salud que integren educación nutricional y promoción de una imagen corporal realista.

Conclusiones

En esta investigación se evidenció la presencia de sobrepeso+obesidad, percepción corporal distorsionada y TCA en universitarios de la Licenciatura en Medicina Humana-CII, UNACH de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México. Los resultados refuerzan que la distorsión de la imagen corporal no es exclusiva de bajo peso, sino que también afecta a poblaciones con exceso ponderal.

Referencias

- Abdoli, M., Scotto, R. M., Desousa, A. y Cotrufo, P. (2024). Cultural differences in body image: a systematic review. *Social Sciences*, 13(6), 305. <https://doi.org/10.3390/socsci13060305>
- Acuña, L. V., Niklitschek, T. C., Quiñones, B. A. y Ugarte, P. C. (2020). Insatisfacción de la imagen corporal y estado nutricional en estudiantes universitarios. *Revista de Psicoterapia*. 31(116), 279-294. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i116.344>
- American Psychiatric Association. (2023, 27 de febrero). *Publishes updated guideline on eating disorders and accompanying im*. <https://www.psychiatry.org/news-room/news-releases/apa-updated-guideline-on-eating-disorders>
- Carvajal, N. y Esparza, M. E. M. (2017). Distorsión de la imagen corporal en adolescentes con sobrepeso y obesidad. *Psic-Obesidad*, 7(26), 4-6. <https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2017.7.26.80744>
- Chasiquiza, A. y Gavilanes, D. (2023). Insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2192-2202. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/746/1013>
- Cruzat, C., Díaz, F., Lizana, P. y Castro, A. (2016). Comparación por sexo en imagen corporal, síntomas psicopatológicos y conductas alimentarias en jóvenes entre 14 y 25 años. *Revista médica de Chile*, 144(6), 743-750. <http://dx.doi.org/10.4067/S003498872016000600008>
- Duche, A. B., Paredes, F. M., Gutiérrez, O. A. y Car-causto, L. C. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(3), 244-258. <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i3.33245>

- Durán A., S., Rodríguez, M. P., Record, J., Barra, R., Olivares, R., Tapia, A., Moraga, A., Campos, C., Mattar, P., Pérez, G., y Neira, A. M. (2013). Autopercepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de Chile y Panamá. *Revista Chilena de Nutrición*, 40(1), 18-23. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182013000100004>
- Echeverry, V. M. C., Rengifo, G. N., Murillo, M. R. D., Rodríguez, R. M. A., Hernández, M. R. A. y Rincón, B. D. (2024). Imagen corporal, autoestima y hábitos de vida saludable en estudiantes de Medellín. *Tempus Psicológico*, 7(2), 2619-6336. <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.7.2.4992.2024>
- Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). *The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa*. *Psychological Medicine*, 9(2), 273-279. <https://doi.org/10.1017/S0033291700030762>
- Hoyos, A., Álvarez, A., Pérez de Villar, G., Carracedo, J. M., y Marrodán, M. D. (2025). *Percepción corporal y trastorno del comportamiento alimentario en universitarios españoles*. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 45(1), 326-333.
- International Diabetes Federation (IDF). (2006). *The IDF consensus worldwide definition of the metabolic syndrome*. Brussels: International Diabetes Federation. <https://www.idf.org/e-library/consensus-statements/60-idfconsensus-worldwide-definition-of-the-metabolic-syndrome.html>
- Noguera-Suquet, J., Reig-García, G., Homs-Romero, E., Gelabert-Vilella, S., Roura-Poch, P. y Malagón-Aguilera, M. (2023). El sentido de coherencia y las habilidades para la vida como factores protectores en personas con prediabetes. *Global Health Promotion*, 30(2), 61-70. <https://doi.org/10.1177/17579759221117786>
- Okanović, P., Djordjević, A., y Stojanović, M. (2011). *Body weight perception among university students*. *HealthMED*, 5(6), 1693-1699.
- Paricahua, J. N., Estrada, E. G., Poma, R. S., Velásquez, L., Herrera, A. J., Cruz, G. J., Guevara, M. F., Mora, O. y Cruz, E. O. (2024). Calidad de sueño, salud mental y actividad física en estudiantes universitarios de la Amazonía peruana. *Retos*, 61, 59-68. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.109649>
- Pinar, G., Nevin, Ş., Sine, Y. y Şule, K. (2023). Social appearance anxiety and self-esteem in women: could body mass index have a mediating role?. *Behavioral Psychology*, 31(1), 22-37. <https://doi.org/10.51668/bp.8323102n>
- Pineda, G., Martínez, G. C., Gómez, G. y Platas, S. (2020). Imagen y peso corporal en universitarios: estudio comparativo México-España. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 10(3), 298-307. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2020.3.582>
- Rincón, D., Suárez, C., Mesa, S., Orozco, C., López, D., Marín, J., Murillo, R., Narváez S., Castaño, J. y Navarrete, M. (2019). Percepción de la imagen corporal en universitarios de la ciudad de Medellín. *Psicoespacios*, 13(23), 61-70. <https://doi.org/10.25057/21452776.1251>
- Rodríguez Camacho, D. F., y Alvis Gómez, K. M. (2015). *Generalidades de la imagen corporal y sus implicaciones en el deporte*. *Revista de la Facultad de Medicina*, 63(2), 279-287. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v63n2.49387>
- Rodríguez-Guzmán, L. M. y Rodríguez-García, R. (2001). Percepción de la imagen corporal, índice de masa corporal y sobrepeso en estudiantes universitarios del Sures-

- te. *Revista Mexicana de Pediatría*, 68 (4), 135-138 <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=9814>
- Sánchez, S., López, G. F., Ahmed, M. D. D. y Díaz, A. (2019). Imagen corporal y obesidad mediante las Siluetas de Stunkard en niños y adolescentes indios de 8 a 15 años. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 19-31. http://scielo.isciii.es/scielo.php?scriptsci_arttext&pidS157884232019000100019&lnges&tlnges
- Santos, J. L. (2022). *Psicopatología de la imagen corporal: definiciones, alteraciones, teorías y evaluación* (1a ed.). Editorial CID. https://doi.org/10.37811/cli_w731
- Stunkard, A. J., Sorenson, T. y Schulsinger, F. (1983). Use of the danish adoption register for the study of obesity and thinness. En S. S. Kety, L., P. Rowland, R. L. Sidman, y S.W. Matthysse (Eds.), *Genetics of Neurological and Psychiatric disorders* (pp. 115-120). New York Raven Press.
- Torales, J. M., Aquino, N. J., García, L. B., Scavenius, K. E., Sequeira, O. R., Miño, L. M., Giménez, M. B. y Centurión, O. A. (2018). Percepción de imagen corporal como factor condicionante del índice de masa corporal en médicos residentes del Hospital de Clínicas. *Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud*, 16(2), 7983. doi: 10.18004/Mem.iics/1812-9528/2018.016(02)79-083
- Tort, G., Pollina, M., Ferrer, Y., Ortega, M., Vilafranca, M. y Artigues, E. (2023). Positive body image: A qualitative study on the successful experiences of adolescents, teachers and parents. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 18(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2170007>
- Worsley, J. D., Pennington, A. y Corcoran, R. (2022). Supporting mental health and wellbeing of university and college students: a systematic review of review-level evidence of interventions. *Plos One*, 17(7). e0266725. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266725>
- Zila, J., Grados, P., Regalado, K. M., Luna, C. J., Calderón, G. S. S., Diaz, M., Diaz, C. y Si-fuentes, J. (2025). Prevalencia y factores del trastorno de conducta alimentaria en estudiantes de Medicina Humana del Perú en el contexto de la pandemia de COVID-19: estudio multicéntrico. *Revista colombiana de psiquiatría*, 54 (1), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.07.005>