



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

IMAGEN CORPORAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES  
MUJERES DE UNA UNIVERSIDAD DE VILLA EL SALVADOR, 2021

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA**

ABIGAIL GABRIELA HUARHUACHI PARADO (ORCID: 0000-0001-5998-1593)

**ASESORA**

MAG. GUISSOLA VANESSA MENDOZA CHÁVEZ (ORCID: 0000-0001-5883-9712)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA**

BIENESTAR PSICOLÓGICO

**LÍNEA DE ACCIÓN RSU**

SALUD Y BIENESTAR

**LIMA, PERÚ, DICIEMBRE DE 2023**



**CC BY-NC-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

*Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.*

## Referencia bibliográfica

Huarhuachi Parado, A. G. (2024). *Imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

## HOJA DE METADATOS

| Datos del autor                      |  |
|--------------------------------------|--|
| Nombres y apellidos                  | Abigail Gabriela Huarhuachi Parado   |
| Tipo de documento de identidad       | DNI  |
| Número de documento de identidad     | 74150663   |
| URL de ORCID                         | <a href="https://orcid.org/0000-0001-5998-1593">https://orcid.org/0000-0001-5998-1593</a>                    |
| Datos del asesor                     |  |
| Nombres y apellidos                  | Guisela Vanessa Mendoza Chávez   |
| Tipo de documento de identidad       | DNI  |
| Número de documento de identidad     | 42731773   |
| URL de ORCID                         | <a href="https://orcid.org/0000-0001-5883-9712">https://orcid.org/0000-0001-5883-9712</a>                    |
| Datos del jurado                     |  |
| Presidente del jurado                |  |
| Nombres y apellidos                  | Silvana Graciela Varela Guevara  |
| Tipo de documento                    | DNI  |
| Número de documento de identidad     | 47283514   |
| Secretario del jurado                |  |
| Nombres y apellidos                  | Max Hamilton Chauca Calvo  |
| Tipo de documento                    | DNI  |
| Número de documento de identidad     | 08035455   |
| Vocal del jurado                     |  |
| Nombres y apellidos                  | Javier Jesus Vivar Bravo   |
| Tipo de documento                    | DNI  |
| Número de documento de identidad     | 74697504   |
| Datos de la investigación            |  |
| Título de la investigación           | Imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador, 2021 |
| Línea de investigación Institucional | Persona, Sociedad, Empresa y Estado.   |
| Línea de investigación del Programa  | Bienestar psicológico.   |
| URL de disciplinas OCDE              | <a href="tps://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00">tps://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00</a>              |

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**  
**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación de tesis conformado por: la DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA como presidenta, el MG. MAX HAMILTON CHAUCA CALVO como secretario y el MG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**IMAGEN CORPORAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES MUJERES  
DE UNA UNIVERSIDAD DE VILLA EL SALVADOR, 2021**

Presentado por la bachiller:

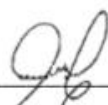
**ABIGAIL GABRIELA HUARHUACHI PARADO**

Para obtener el **Título Profesional Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **TRECE (13)**.

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 19 de diciembre del 2023.



**PRESIDENTA**  
DRA. SILVANA GRACIELA  
VARELA GUEVARA



**SECRETARIO**  
MG. MAX HAMILTON  
CHAUCA CALVO



**VOCAL**  
MG. JAVIER JESUS VIVAR  
BRAVO

## ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

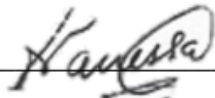
Yo Guissela Vanessa Mendoza Chávez docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

Imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador, 2021

De la bachiller Abigail Gabriela Huarhuachi Parado, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 20% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 9 de Julio de 2024



Guissela Vanessa Mendoza Chávez

DNI: 42731773



### **DEDICATORIA**

A mis padres por apoyarme durante todos estos años de estudio, permitiéndome lograr cumplir con satisfacción mis objetivos trazados.

### **AGRADECIMIENTOS**

A la Universidad Autónoma del Perú, por permitirme culminar mis estudios durante los 5 años y medio, además a la asesora Guissela Mendoza Chávez por su constante apoyo durante el proceso de realización de mi investigación.



## ÍNDICE

|  |           |
|--|-----------|
| <b>DEDICATORIA .....</b>   | <b>2</b>  |
| <b>AGRADECIMIENTOS.....</b>  | <b>3</b>  |
| <b>LISTA DE TABLAS .....</b>   | <b>5</b>  |
| <b>RESUMEN .....</b>   | <b>6</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>  | <b>7</b>  |
| <b>CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....</b>   | <b>9</b>  |
| <b>CAPÍTULO II: METODOLOGÍA.....</b>   | <b>18</b> |
| 2.1. Tipo y diseño de investigación.....   | 19        |
| 2.2. Población, muestra y muestreo .....   | 19        |
| 2.3. Hipótesis .....   | 20        |
| 2.4. Variables y operacionalización.....   | 20        |
| 2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad..... | 23        |
| 2.6. Procedimientos .....  | 29        |
| 2.7. Análisis de datos.....  | 30        |
| 2.8 Aspectos éticos.....   | 30        |
| <b>CAPÍTULO III: RESULTADOS .....</b>  | <b>32</b> |
| <b>CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN .....</b>  | <b>37</b> |
| <b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES.....</b>   | <b>43</b> |
| <b>CAPÍTULO VI: RECOMENDACIONES .....</b>  | <b>45</b> |
| <b>REFERENCIAS</b>   |           |
| <b>ANEXOS</b>  |           |

**LISTA DE TABLAS**

|          |  |
|----------|--|
| Tabla 1  | Operacionalización de la variable Imagen Corporal                                  |
| Tabla 2  | Operacionalización de la variable Bienestar psicológico                            |
| Tabla 3  | Matriz de estructura factorial del BSQ   |
| Tabla 4  | Estadísticas de confiabilidad de BSQ   |
| Tabla 5  | Matriz de estructura factorial de BIEP-A   |
| Tabla 6  | Estadísticos de confiabilidad de la Escala Bienestar Psicológico                   |
| Tabla 7  | Prueba estadística de normalidad   |
| Tabla 8  | Niveles de imagen corporal en mujeres  |
| Tabla 9  | Niveles de bienestar psicológico en mujeres  |
| Tabla 10 | Análisis de correlación entre imagen corporal y bienestar psicológico              |
| Tabla 11 | Correlación entre imagen corporal y la dimensión aceptación/control de situaciones |
| Tabla 12 | Correlación entre imagen corporal y la dimensión autonomía                         |
| Tabla 13 | Correlación entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales                 |
| Tabla 14 | Correlación entre imagen corporal y la dimensión proyectos                         |

**IMAGEM CORPORAL E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM ESTUDANTES DE  
UMA UNIVERSIDADE EM VILLA EL SALVADOR, 2021**

**ABIGAIL GABRIELA HUARHUACHI PARADO**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PERÚ**

**RESUMEN**

Se determinó la relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en una muestra de 367 estudiantes mujeres de una Universidad de Villa El Salvador. La metodología fue de tipo básico de diseño no experimental. Se utilizó el Body Shape Questionnaire (BSQ) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEP-A). Se evidenció que la distorsión de la imagen corporal no es un factor definitivo para que las mujeres presenten un nivel bajo de bienestar psicológico. De acuerdo con el análisis estadístico se halló que el 51.5% de mujeres no presenta ninguna preocupación de su imagen corporal y el 13.9% preocupación extrema de su imagen corporal. Mientras tanto con el bienestar psicológico, 36.0% de mujeres presentan un alto nivel y el 35.4% mujeres presentan un nivel bajo. Finalmente, se encontró una relación indirecta altamente significativa entre imagen corporal y bienestar psicológico en la muestra.

**Palabras clave:** imagen corporal, bienestar psicológico, mujeres

**BODY IMAGE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN WOMEN STUDENTS  
FROM A UNIVERSITY OF VILLA EL SAVADOR, 2021**

**ABIGAIL GABRIELA HUARHUACHI PARADO**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PERÚ**

**ABSTRACT**

The relationship between body image and psychological well-being was determined in a sample of 367 female students from a university in Villa El Salvador. The methodology was a basic non-experimental design. The Body Shape Questionnaire (BSQ) and the Psychological Well-Being Scale for Adults (BIEP-A) were used. It was evidenced that body image distortion is not a definitive factor for women to present a low level of psychological well-being. According to the statistical analysis it was found that 51.5% of women do not show any concern about their body image and 13.9% show extreme concern about their body image. Meanwhile with psychological well-being, 36.0% of women presented a high level and 35.4% of women presented a low level. Finally, a highly significant indirect relationship was found between body image and psychological well-being in the sample.

**Keywords:** body image, psychological well-being, women

**IMAGEM CORPORAL E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM ALUNAS DE UMA  
UNIVERSIDADE DE VILLA EL SALVADOR, 2021**

**ABIGAIL GABRIELA HUARHUACHI PARADO**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PERÚ**

**RESUMO**

A relação entre a imagem corporal e o bem-estar psicológico foi determinada em uma amostra de 367 estudantes do sexo feminino de uma universidade em Villa El Salvador. A metodologia foi um projeto básico não experimental. Foram usados o Body Shape Questionnaire (BSQ) e a Psychological Well-Being Scale for Adults (BIEP-A). Constatou-se que a distorção da imagem corporal não é um fator definitivo para que as mulheres tenham um baixo nível de bem-estar psicológico. De acordo com a análise estatística, verificou-se que 51,5% das mulheres não tinham preocupações com a imagem corporal e 13,9% tinham preocupações extremas com a imagem corporal. Enquanto isso, com relação ao bem-estar psicológico, 36,0% das mulheres têm um nível alto e 35,4% das mulheres têm um nível baixo. Por fim, foi encontrada uma relação indireta altamente significativa entre a imagem corporal e o bem-estar psicológico na amostra.

**Palavras-chave:** imagem corporal, bem-estar psicológico, mulheres

**CAPÍTULO I**  
**INTRODUCCIÓN**

La imagen corporal es efecto de la construcción multidimensional expresado por la imagen que forma la mente de la percepción de nuestro cuerpo (Escrura, 2023). Si tenemos una inadecuada percepción de nuestra imagen corporal, podremos ser influenciados por aspectos negativos de las redes sociales, como publicaciones que incentiven la pérdida del peso sin resaltar una posible variación de la forma de vida que puede haber en la persona. El Instituto Nacional de la Salud (NIH, 2021) refiere que la salud mental comprende el bienestar psicológico, emocional y social de la persona.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) refiere que el bienestar psicológico se basa en la percepción del individuo con respecto a su entorno tomando en cuenta sus capacidades y valores. Del mismo modo, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) menciona que 1000 millones de personas presentan un trastorno de salud mental.

A nivel internacional, Jiménez et al. (2022) realizaron una investigación en 349 estudiantes de México, donde el 19.7% se encontraron con bajo peso y el 70.3% peso normal. Sin embargo, el 46.9% de varones manifestaron insatisfacción corporal y el 40.7% en mujeres. Para Figuerola, et al. (2024) en un estudio en 781 estudiantes universitarias de México, el 47% presentó un nivel bajo de bienestar psicológico, 41.4% nivel medio y el 10.8% nivel alto. Por otro lado, el 34.8% experimentaron nivel bajo de imagen corporal, 50% nivel medio y el 14.9% nivel alto.

En el contexto nacional, el Ministerio de Salud (MINSAL, 2020) informó que hubo 1.384 intentos de suicidio, de los cuales 489 personas fueron parte de un estudio para indagar sobre las características de las conductas suicidas, el resultado fue muy resaltante ya que el 67,7% fueron menores de 30 años, 65.5% fueron mujeres que intentaron suicidarse y la diferencia del porcentaje pertenece a los hombres, algunos

motivos fueron problemas familiares, problemas conyugales, problemas de salud mental. Asimismo, refiere que, en el 2005, 15% de personas diagnosticadas con anorexia o bulimia fallecieron, estas personas presentaron distorsión de su imagen corporal.

Sin embargo, Chérrez y García (2024), realizaron una investigación en 101 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, donde el 80.2% experimentaron no presentar desasosiego sobre la imagen corporal y el 39.6% un nivel alto de bienestar psicológico.

Por lo anteriormente mencionado, se propone la formulación de la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador, 2021?

Respecto a la justificación, consta de un nivel teórico, donde se brindará información precisa y detallada de las dos variables del estudio. Actualmente las investigaciones sobre la imagen corporal (IC) y bienestar psicológico (BP), específicamente en la población de mujeres se encuentran muy limitadas, por lo cual esta investigación incrementará conocimientos a futuros estudios que usen ambas variables.

A nivel práctico, el análisis científico será provechoso para el centro de estudios, cuyos datos obtenidos se podrá realizar distintos métodos para planificar programas preventivos respecto al desequilibrio del BS o insatisfacción por la IC. Esta investigación ayudará a docentes, padres y al personal de la salud, a identificar la perspectiva que tienen las mujeres sobre físico.

A nivel de relevancia social, la información adquirida en el fin de la investigación será útil y eficaz para la universidad donde va a aplicar el presente estudio.



En la actualidad se ignora la percepción corporal que tienen las mujeres sobre su físico, no se reconoce como una problemática fundamental de la sociedad, este problema puede provocar inestabilidad en la salud mental de las mujeres e incluso esto posteriormente generar una inconsistencia en el bienestar psicológico.

A nivel metodológico, se evaluó un estudio piloto para confirmar la validez y fiabilidad de las variables estudiadas para posteriormente continuar con la culminación del estudio de las variables.

Del mismo modo, el propósito de la investigación fue establecer la relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una Universidad de Villa El Salvador, 2021. Por consiguiente, los objetivos específicos son: 1) Describir los niveles de imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador; 2) Establecer la relación entre imagen corporal y las dimensiones de bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una Universidad de Villa El Salvador, 2021.

Por otro lado, se planteó una hipótesis general y cuatro hipótesis específicas; sin embargo, el estudio presentó limitaciones, ya que la recolección de la información se realizó por Google Forms, debido a la pandemia por la Covid – 19.

El estudio consta de antecedentes internacionales, Venegas (2020) examinó la correlación entre los factores sociales y un constructo teórico que incluía la insatisfacción corporal y la obsesión por el peso en 206 mexicanas. La metodología fue no experimental y correlacional. Aplicó dos escalas, el “Cuestionario de la Imagen Corporal (BSQ)” y el “Cuestionario de Influencias de los Modelos Estéticos Corporales (CIMEC)”. Finalmente, se determinó relación positiva entre las variables. Para Caldera et al. (2019) realizaron un estudio cuantitativo y no experimental con la finalidad de relacionar la insatisfacción con la IC y los rasgos de personalidad en

estudiantes mexicanos, para ello utilizaron el “Cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal” y el “Inventario de personalidad NEO FFI”. Respecto a los resultados, evidenció relación entre ambas variables.

Adicional a ello, Barrera et al. (2019) determinaron la relación entre el PS y el rendimiento académico (RA) en universitarios de México de 18 a 42 años de edad. Aplicaron los instrumentos de “Escala de Bienestar Psicológico de Ryff” y para el RA tomaron en cuenta las calificaciones. Por último, se evidenció relación positiva entre el BP y los cursos aprobados. Asimismo, no hubo relación entre el BP con el promedio de calificaciones. Por tal motivo, concluyó que los estudiantes mantenían un nivel alto de BP y se consideraban exitosos.

A nivel nacional, Pimentel y Oseda (2020) investigaron cómo influye la forma de vivir respecto al BP en un grupo de estudiantes técnicos residentes del departamento de La Libertad; la investigación fue correlacional causal y usaron pruebas de Calidad de Vida y la Escala BIEPS-A.

Finalmente, se encontró que existe una relación directa ( $p < .001$ ) entre las variables y obteniendo porcentajes mayores en el nivel regular en las dos variables. Por otro lado, Estrada y Mamani (2020) determinaron la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en un grupo de estudiantes técnicos residentes del departamento de Madre de Dios. Se aplicaron las escalas de “Bienestar psicológico de Sánchez Cánovas – 2013” y la de “Resiliencia (ER) de Wagnild y Young – 1993”. Encontraron una correlación directa altamente significativa con  $p < .001$ , por lo tanto, a medida que los educandos mantengan un nivel alto de BP evidenciarán mayor capacidad de resiliencia ante las adversidades.

Tacca y Tacca (2019) relacionaron el afrontamiento y BP en maestrantes limeños. Se utilizaron el Cuestionario de Estilos de afrontamiento (COPE) y la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Díaz et al. (2006); obteniendo como resultados una correlación directa entre las variables y sus dimensiones ( $p < .001$ ), a excepción del estilo evitativo con el bienestar psicológico ni con sus dimensiones. Concluyendo que en situaciones adversas los estudiantes que presenten capacidad alta de afrontamiento se sentirán satisfechos con las acciones empleadas para superar dichos problemas.

En cuanto a las bases teóricas, Slade (1998), la imagen corporal es la imaginación de nuestra silueta sobre el tamaño, figura y forma del cuerpo, esto quiere decir, cómo percibimos y cómo suponemos que otros(as) nos ven. Para Schilder (1935) refiere que la imagen de nuestro cuerpo está formada en la mente.

Del mismo modo, Ecurra (2023) hace referencia a que la apariencia personal tomada como imagen distorsionada es un factor condicionante del bienestar psicológico al ser evidenciada por personas que tienen miedo al rechazo por su imagen corporal mostrando ansiedad y un estado vulnerable para su socialización,

interrumpiendo el establecimiento de vínculos personales y de su entorno. Para Schilder (1935) refiere que la imagen de nuestro cuerpo está formada en la mente.

La IC es un signo regular en esta sociedad donde se realza la belleza, la juventud y la salud. Además, la alteración de la misma se considera una distorsión perceptiva de tamaño corporal, actitudes negativas del eso y forma (Rosen, 1991).

Además, Guerra (2020) menciona que la insatisfacción corporal es variable debido a los cambios del peso y la figura, el grado de controlar la comida y el humor. La intensidad es mayor cuando las personas no aceptan su figura y esto conlleva a tener en aumento varios episodios bulímicos y depresivos. Por otro lado, Cogan et al. (1996) refieren que la percepción de la imagen corporal y los comportamientos son influenciados por aspectos culturales y de género. Por esta razón, constantemente se debe enfrentar y combatir distintos estereotipos sobre el cuerpo ideal que determina la sociedad.

Asimismo, utilizó la teoría sociocultural de Raich (2000), refiere el ideal estético establecido por la sociedad y los medios comunicativos ha sido asimilado en su mayoría por las mujeres, ocurrido por la dependencia de la autoestima y el atractivo en la apariencia física.

De igual forma, los hombres también presentan estos mecanismos, ellos desean tener músculos exagerados, esto es debido a lo observado en la sociedad, la referencia para obtener lo deseado son los cuerpos de actores, deportistas y cantantes, estas personas pretenden vender ideales del físico del cual para varios es imposible llegar a ello. Para las mujeres y hombres dependerá de la genética de cada uno, del cual será difícil llegar a conseguir estos cuerpos deseados. Si la apariencia física deseada no se cumple puede conllevar a una distorsión de la IC.

Del mismo modo, se complementa dos teorías brindando un mayor soporte teórico a la investigación.

Teoría de la comparación social, establecido por Festinger (1954): el juicio y las habilidades afectan la conducta; las opiniones y valoraciones negativas de las habilidades de uno mismo, afectará varias situaciones. La autoevaluación de las capacidades dependerá de la comparación con otras personas. Las autoevaluaciones de las opiniones son permanentes siempre y cuando la comparación está presente con otros que ellos consideran cercanos a sus opiniones o habilidades; si ocurre lo contrario, es decir, si las opiniones son diferentes tendrá una tendencia a cambiar la evaluación de la opinión. A mayores comparaciones puede generar baja autoestima, si es menor las comparaciones aumentará la autoestima. Cuando las personas están en grupos en donde comparten las mismas opiniones y donde las habilidades son similares o cerca de las suyas; se alejan de los grupos cuando consideran que no podrán satisfacer un impulso de su autoevaluación. Las autoevaluaciones de la capacidad y habilidades dependen de la comparación que se realiza con otras personas.

Teoría de las discrepancias de Higgins (1987): menciona los 3 tipos de discrepancias de los estados del Yo que se relacionan con vulnerabilidades emocionales: el yo real está relacionado al autoconcepto; el yo ideal representa la creencia de la esperanza o aspiraciones. Los tipos de discrepancia son situaciones negativas asociadas a tipos de malestares. La discrepancia entre el yo real y el yo ideal genera la eliminación de resultados positivos asociados a las emociones que generan abatimiento como insatisfacción o decepción. Las discrepancias o diferencias entre el yo real y los estados del yo (las creencias de la persona, los deberes y responsabilidades) representa el resultado relacionado a las emociones de

temor, angustia y amenaza. Las diferencias de la magnitud relativa y el acceso a los tipos de discrepancias de la persona estarán vinculadas con las diferencias de los tipos de los malestares en donde los individuos pueden experimentarlo.

Respecto a la segunda variable bienestar psicológico, Fierro y Cardenal (1996) refieren que el bienestar es un grado de satisfacción por la vida donde es dependiente de condiciones materiales, pero no iguales. Para Bahamón et al. (2019) afirman que lograr autonomía y autoafirmación tiene como base el refuerzo de capacidades personales y la satisfacción con uno mismo desde la etapa de la adolescencia en adelante. Del mismo modo, Diener et al. (2019) refieren que personas con alto nivel de bienestar psicológico y social disfrutan de una mejor salud física, presentan mejores relaciones sociales y además en el ámbito laboral son más productivas(os) con probabilidad que apoyen a sus compañeros de trabajo.

Asimismo, utilizó la teoría de Casullo (2002), hace referencia que el ser humano tiene habilidad para participar dentro de su entorno, con una capacidad de control, creando y manipulando medios adecuando a sus intereses, los que poseen bajos control poseen dificultades para manejar asuntos que se presentan en su vida diaria con una creencia de su incapacidad de transformar su entorno en base a sus necesidades (Casullo, 2004). La autora considera cuatro dimensiones dentro de constructo de bienestar psicológico considerando las dimensiones de autoaceptación (bienestar de la persona), autonomía (actuar de forma independiente), vínculos (mantener unas adecuadas relaciones personales) y proyectos (relacionado a los propósitos de una persona en su vida propia) (Casullo y Solano, 2000). Por ello, es preciso mencionar que la escala utilizada en esta investigación se apoya en la propuesta por Casullo, quien es la que toma referencia al modelo multidimensional de Ryff.

**CAPÍTULO II**  
**METODOLOGÍA**

## **2.1. Tipo y diseño de investigación**

El presente estudio es de tipo descriptivo correlacional, ya que se va a pretender e intentar encontrar una relación entre las variables imagen corporal y bienestar psicológico (Ríos, 2017).

El diseño es no experimental, ya que no se manipularon las variables, puesto que la información fue obtenida en un espacio de tiempo, además se pretende observar la relación y valores que se presentarán entre las variables de la investigación (Ramírez, 2010).

## **2.2. Población, muestra y muestreo**

La población estuvo constituida por 8247 universitarias de todas las carreras desde el primer ciclo hasta el último ciclo de 17 y 39 años de la Universidad Autónoma del Perú.

La muestra se determinó a través de la fórmula de poblaciones infinitas, será limitada a 367 estudiantes mujeres desde el primer ciclo hasta el último ciclo con edades entre 17 y 39 años.

Se utilizó un muestreo no probabilístico, ya que se elegirá la muestra de acuerdo con los criterios de la investigación (Hernández et al., 2018).

### **Criterios de inclusión**

- Mujeres de 17-39 años.
- Universitarias mujeres matriculadas en el año 2021-1.
- Aceptar el consentimiento informado.

### **Criterios de exclusión**

- Mujeres menores de 16 años.
- Mujeres mayores de 40 años.
- Estudiantes hombres no matriculados en el año 2021-1.



- Estudiantes que no aceptaron el consentimiento informado.

## **2.3. Hipótesis**

### **2.3.1. General**

Hi: Existe relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador, 2021.

### **2.3.2. Específicas**

H1 Existe relación entre imagen corporal y la dimensión aceptación/control de situaciones estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

H2 Existe relación entre imagen corporal y la dimensión autonomía en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

H3 Existe relación entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

H4 Existe relación entre imagen corporal y la dimensión proyectos en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

## **2.4. Variables y operacionalización**

### ***2.4.1. Imagen corporal***

#### **Definición conceptual**

La imagen corporal comprende una estructura compleja donde se incluye nuestra percepción, el movimiento y límites de todo el cuerpo y cada parte que lo conforma, las actitudes, el juicio, la evaluación de lo que hacemos y sentimos, la fuente de nuestros patrones de comportamiento derivado de cogniciones y sentimientos que percibimos (Raich, 2000).

## Definición operacional

Se va a evaluar a través del instrumento “Body Shape Questionnaire (BSQ)” de Cooper et al. (1987); consta de 34 reactivos con opciones de respuesta de tipo Likert.

## Definición operacional basada en sus indicadores

Se presenta la operacionalización de IC en función a sus dimensiones, indicadores, puntuaciones y escalas.

**Tabla 1**

*Operacionalización de la variable Imagen Corporal*

| Dimensiones   | Indicadores  | Ítems                    | Escalas   | Nivel de medición |
|---|--|--------------------------|---|-------------------|
| Insatisfacción corporal   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Cogniciones y comportamientos inapropiados sobre el control del peso.</li> </ul>        | 6, 23, 17, 21, 2, 14, 19 | Puntuación:<br><80: no hay preocupación<br>81 - 110: leve preocupación<br>111 – 140 : preocupación moderada<br>>141: preocupación extrema | Ordinal           |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Percepción de los rasgos de cuerpos obesos.</li> </ul>                                  | 28, 30, 5, 16            |   |                   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Percepción corporal negativa.</li> </ul>  | 7, 8, 13                 |   |                   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Inconformidad de los rasgos de la apariencia física.</li> </ul>                         |                          |   |                   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Comparación con el cuerpo ideal.</li> </ul>   |                          |   |                   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Preocupación por las partes inferiores del cuerpo: muslos, caderas y nalgas.</li> </ul> | 3, 10                    | Valores:<br>■ Nunca<br>■ Raramente<br>■ Alguna vez<br>■ A menudo<br>■ Muy a menudo<br>■ Siempre   |                   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Limitación al ingerir alimentos.</li> </ul>   | 26, 32                   |   |                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● Sentimientos de culpa al alimentarse.</li> </ul> |  |                          |   |                   |

## 2.4.2. Bienestar psicológico

### Definición conceptual

El bienestar psicológico es el desarrollo personal, aquí la persona muestra un funcionamiento positivo (Ryff, 1989).

### Definición operacional

Se evaluará por medio de la “Escala de Bienestar psicológico para Adultos (BIEP-A)” de Casullo, está conformado por 13 ítems divididos en 4 dimensiones, con opciones de respuesta de tipo Likert.

### Definición operacional basada en indicadores

Se presenta la operacionalización del bienestar psicológico en función a sus dimensiones, indicadores, puntuaciones y escalas.

**Tabla 2**

*Operacionalización de la variable Bienestar psicológico*

| Dimensiones                              | Indicador   | Ítems      | Escalas   | Nivel de medición |
|--|---|------------|---|-------------------|
| Aceptación/<br>control de<br>situaciones | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Actitud positiva de uno mismo</li> <li>▪ Reconocimiento de las virtudes y limitaciones</li> <li>▪ Manejar el medio y la propia vida.</li> <li>▪ Habilidad para crear entornos saludables.</li> </ul> | 2,11 y 13  | Puntuación:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 37 - 39 : Alto</li> <li>▪ 34 – 36: Medio</li> <li>▪ 28-33 : Bajo</li> </ul>           |                   |
| Autonomía                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Independencia y autoridad personal.</li> <li>▪ Mantener individualidad en diferentes contextos sociales.</li> </ul>  | 4,9 y 12   | Valores:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En desacuerdo</li> <li>▪ Ni de acuerdo ni en desacuerdo</li> <li>▪ De acuerdo</li> </ul> |                   |
| Vínculos sociales.                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relaciones y vínculos sociales estables</li> </ul>   | 5, 7 y 8   |   | Ordinal           |
| Proyectos                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Propósitos y metas claras.</li> <li>▪ Proyecto de vida considerando experiencias pasadas y futuras.</li> </ul>   | 1,3,6 y 10 |   |                   |

## 2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Para la ejecución del presente estudio se utilizó la técnica encuesta, donde el procedimiento dirigido a los participantes será mediante la entrega de un protocolo donde se responderá en función a las variables de medición siendo imagen corporal y bienestar psicológico (Sánchez & Reyes, 2015). A continuación, se presentan los instrumentos:

### **Body Shape Questionnaire (BSQ)**

En la presente investigación se utilizará como instrumento de recolección de datos, el “Body Shape Questionnaire (BSQ)” desarrollado por Cooper et al. (1987), la prueba fue traducida y adaptada en España por Raich et al. (1996) y la adaptación peruana fue realizada por Baños et al. (2020). Consta de 34 ítems que hacen referencia al grado de satisfacción corporal que presenta la persona en las últimas 4 semanas, además las respuestas son de tipo Likert: “nunca (1), raramente (2), alguna vez (3), a menudo (4), muy a menudo (5) y siempre (6)”. Su aplicación puede ser individual o colectiva de 10 a 20 minutos, se califica como: “No hay preocupación: <80, leve preocupación: 81-110, preocupación moderada: 111-140 y preocupación extrema: >141”. La puntuación del instrumento consiste en la suma total de los 34 ítems con rangos entre 34 a 204 puntos.

La construcción de la prueba fue realizada con entrevistas a 573 mujeres adolescentes con trastornos clínicos y no clínicos, se obtuvo valores de consistencia interna de .93 a .98 y confiabilidad de .90.

Además, ellos encontraron una validez convergente por mostrar correlación alta y positiva con la subescala de insatisfacción corporal del Eating Disorders Inventory (EDI)  $r = .66$  y el Eating Attitudes test (EAT)  $r = .35$  en mujeres con bulimia nerviosa (Cooper et al., 1987).

Por otra parte, en Perú el instrumento ha sido adaptado por Baños et al. (2020), fue aplicado a 272 mujeres universitarias, con el AFC determinaron que el modelo unidimensional justifica mejor el constructo en comparación con factores propuestos por otros estudios. Además, el análisis de consistencia interna presentó valores óptimos .96, los valores de confiabilidad del constructo H-Latente fue de 0.96 y 0.88 en puntuaciones observadas H-Observada.

Además, para efectos del presente estudio se realizaron las propiedades psicométricas del instrumento, donde la validez y la confiabilidad se van a describir a continuación.

#### **Validez de constructo (validez factorial)**

Se realizó mediante el AFE, se utilizó como método extracción máxima verosimilitud, con rotación varimax. Los resultados muestran que la prueba KMO y Bartlett para Body Shape Questionnaire presentan valores de KMO= 0,901 siendo un nivel adecuado y el test de esfericidad de Bartlett ( $X^2 = 5196,163$ ,  $gl=561$ ,  $p>0,000$ ) también siendo adecuado para efectuar en análisis factorial.

**Tabla 3***Matriz de estructura factorial del BSQ*

| Ítems | Factor |
|-------|--------|
|       | 1 (IC) |
| IC1   | .593   |
| IC2   | .732   |
| IC3   | .758   |
| IC4   | .727   |
| IC5   | .702   |
| IC6   | .682   |
| IC7   | .781   |
| IC8   | .644   |
| IC9   | .841   |
| IC10  | .757   |
| IC11  | .619   |
| IC12  | .799   |
| IC13  | .739   |
| IC14  | .820   |
| IC15  | .676   |
| IC16  | .723   |
| IC17  | .779   |
| IC18  | .790   |
| IC19  | .889   |
| IC20  | .871   |
| IC21  | .802   |
| IC22  | .594   |
| IC23  | .753   |
| IC24  | .770   |
| IC25  | .572   |
| IC26  | .394   |

|           |        |
|-----------|--------|
| IC27      | .603   |
| IC28      | .632   |
| IC29      | .852   |
| IC30      | .737   |
| IC31      | .778   |
| IC32      | .584   |
| IC33      | .844   |
| IC34      | .759   |
| Autovalor | 18,618 |
| %V.E.     | 39,797 |
| %V.E.A.   | 39,797 |

*Nota:* % V.E. = porcentaje de varianza explicada, % V.E.A. = porcentaje de varianza explicada acumulada, Factor 1 = Insatisfacción corporal.

En la tabla 3, la extracción de 1 factor se explica en 54,759% (VEA). Así mismo de los 34 ítems, todos en su totalidad presentaron saturaciones con cargas factoriales mayores de .30.

### **Confiabilidad**

**Tabla 4**

*Estadísticas de confiabilidad de BSQ*

| <b>Variable</b> | <b>Ítems</b> | <b>Alfa [IC95%]</b> |
|-----------------|--------------|---------------------|
| Imagen corporal | 34           | .974 [.968, .979]   |

En la tabla 4 se observa el coeficiente de confiabilidad de Body Shape Questionnaire a través de Alfa de Cronbach 0.974 es decir presenta muy alta confiabilidad porque es superior a .80. Entonces podemos concluir que el instrumento es de alta confiabilidad.

### **Bienestar psicológico para Adultos (BIEP-A)**

Se aplicó la “Escala Bienestar psicológico para Adultos (BIEP-A)” creado por Casullo (2002), adaptada por Domínguez (2014). El instrumento evalúa el grado de satisfacción con la vida y la percepción de los logros obtenidos. Consta de 13 ítems, las respuestas son de tipo Likert: “De acuerdo (1), ni de acuerdo ni en desacuerdo (2) y en desacuerdo (3)”. Está diseñado para evaluar la aceptación/control de situaciones, autonomía, vínculos sociales y proyectos. Su administración es individual y colectiva sin límite de tiempo, se califica como Alto: 37 – 39, Medio: 34 – 36 y Bajo 28-33. La puntuación total consiste en la suma total de los 13 ítems con rango entre 13 y 39 puntos.

El análisis factorial del instrumento quedó conformada por cuatro factores con más del 50% de varianza, la confiabilidad de la escala alcanzó valores de 0.740, sin embargo, la confiabilidad de las escalas fue menor: autonomía: 0.610, vínculos sociales: 0.490, proyectos: 0.590 y aceptación/control de situaciones: 0.460. Por lo cual el autor plantea que es debido a la reducción de los elementos (Casullo, 2002). El Alpha de Cronbach estuvo representado por 0.74.

Por otro lado, en Perú el instrumento ha sido adaptado por Domínguez (2014), aplicado a universitarios de ambos sexos con edades entre 16 y 44. Se realizó el AFC, determinando que los datos se ajustan a la estructura factorial, en la confiabilidad el Alpha de Cronbach  $>.80$ .



### Validez de constructo (validez factorial)

La validez del BIEP-A fue realizado a través de AFE, se utilizó como método extracción: máxima verosimilitud, con rotación equamax. Los resultados muestran que la prueba KMO y Bartlett para Body Shape Questionnaire presentan valores de KMO= 0,786 siendo un nivel adecuado y el test de esfericidad de Bartlett ( $X^2 = 772,180$ ,  $gl=78$ ,  $p>0,000$ ) también siendo adecuado para efectuar en análisis factorial.

**Tabla 5**

*Matriz de estructura factorial de BIEP-A*

| Ítems     | Factor      |             |             |             |
|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|           | 1 (Vs)      | 2 (P)       | 3 (A)       | 4 (A/Cs)    |
| b1        |             | <b>.966</b> |             |             |
| b2        |             |             | <b>.881</b> |             |
| b3        |             |             | <b>.658</b> |             |
| b4        |             |             |             | <b>.356</b> |
| b5        | <b>.529</b> |             |             |             |
| b6        |             |             |             | <b>.682</b> |
| b7        | <b>.636</b> |             |             |             |
| b8        | <b>.645</b> |             |             |             |
| b9        |             |             |             | <b>.526</b> |
| b10       |             | <b>.452</b> |             |             |
| b11       |             |             | <b>.294</b> |             |
| b12       |             |             |             | <b>.411</b> |
| b13       | <b>.572</b> |             |             |             |
| Autovalor | 5,174       | 1,359       | 1,036       | 0,890       |
| %V.E.     | 39,797      | 10,455      | 7,966       | 6,849       |
| %V.E.A.   | 39,797      | 50,251      | 58,218      | 65,067      |

*Nota:* % V.E. = porcentaje de varianza explicada, % V.E.A. = porcentaje de varianza

explicada acumulada, Factor 1 = vínculos sociales, Factor 2 = proyectos, Factor 3 = autonomía, Factor 5 = Aceptación / control de situaciones.

En la tabla 5, la extracción de 4 factores está representada en 65,067% (VEA), dentro de los factores en su mayoría presentan autovalores > a 1. Además, los 13 ítems presentaron saturaciones con cargas factoriales mayores de .20 dentro de cada

dimensión. Por lo tanto, se puede determinar la existencia de una adecuada validez de constructo de BIEP-A.

## Confiabilidad

**Tabla 6**

*Estadísticos de confiabilidad de la Escala Bienestar Psicológico*

| <b>Dimensiones</b>                | <b>Ítems</b> | <b>Alfa [IC95%]</b> |
|-----------------------------------|--------------|---------------------|
| Aceptación/control de situaciones | 3            | .572[.439, .678]    |
| Vínculos sociales                 | 3            | .549[.407, .661]    |
| Proyectos                         | 4            | .714[.624, .786]    |
| Autonomía                         | 3            | .744[.670, .804]    |
| Bienestar Psicológico             | 13           | .865 [.831, .895]   |

En la tabla 6 los valores de Alfa de Cronbach varían entre .76 y .81 para las dimensiones del instrumento, además se destacan por presentar alta consistencia interna por superar .70. También la escala (13 ítems) presenta una alta confiabilidad porque su valor es superior a un alfa de Cronbach de .80. Por ello, podemos concluir que dicha escala es de alta confiabilidad.

Además, se observa el coeficiente de confiabilidad de la escala a través de Alfa de Cronbach 0.865, es decir presenta muy alta confiabilidad porque es superior a .80. Entonces podemos concluir que el instrumento es de alta confiabilidad.

### 2.6. Procedimientos

Se elaboró una solicitud a la Escuela de psicología para la ejecución de los instrumentos desde primer ciclo hasta onceavo ciclo, todo fue de forma virtual con un tiempo aproximado de 3 semanas para aplicar las encuestas mediante el Formulario Google.

En la primera sección del formulario se indicó el fin de la investigación, nombre de los instrumentos y el tiempo probable de respuesta, posteriormente se aclaró a través de un párrafo que todo será de forma voluntaria, el mismo que debió ser leído detenidamente por cada uno de los participantes, en función de ello van a decidir si continúan o no con el llenado de dicho formulario y además se recalcó que la información se mantendrá en confidencialidad. La recolección de datos será fundamental para continuar con la investigación, al culminar con la aplicación de la muestra se realizó la depuración de datos cambiando la información de cualitativo a cuantitativo. La investigación será útil para posteriores trabajos en el futuro, donde podrá ser parte como un antecedente.

## **2.7. Análisis de datos**

Se utilizó el programa Microsoft Excel, siendo útil para elaborar la base de datos, luego fueron importados en el programa "IBM SPSS Statistics - Versión 26", a través del mismo se obtuvieron frecuencias y porcentajes de los niveles de ambas variables. Antes de ello, se realizó el análisis de la prueba de bondad de ajuste con Kolgomorov Smirnov (KS) para conocer la distribución de la población de estudio, de modo que se determinó la presencia de una distribución no normal  $p < 0.5$ . Por lo tanto, de acuerdo con los resultados se decidió usar la prueba de correlación de Spearman.

## **2.8. Aspectos éticos**

El Colegio de Psicólogos (2017), en base al artículo 57, refiere el psicólogo deberá guardar la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Asimismo, la participación es voluntaria, el individuo puede negarse o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o afectación en sus derechos como persona.

Por ende, se siguieron los principios de la declaración de Helsinki, que abarcan la beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia.

**Tabla 7**

*Prueba estadística de normalidad*

| Variable / dimensiones       | K-S         |     |      |
|------------------------------|-------------|-----|------|
|                              | Estadístico | gl  | p    |
| <b>Imagen corporal</b>       | .113        | 367 | .000 |
| <b>Bienestar psicológico</b> | .134        | 367 | .000 |
| Aceptación control           | .273        | 367 | .000 |
| Vínculos sociales            | .299        | 367 | .000 |
| Proyectos                    | .256        | 367 | .000 |
| Autonomía                    | .140        | 367 | .000 |

*Nota:* p=significancia, K-S=Kolmogorov-Smirnov, gl=grado libertad

En la tabla 7, se presenta resultados de la prueba de normalidad sobre la distribución muestral de la primera variable Imagen corporal  $p=.000$  con la prueba Kolmogorov-Smirnov se evidencia que el nivel de significancia es  $<.05$ , por ello, presenta una distribución no normal. Además, en la segunda y sus dimensiones también muestra un puntaje  $p=.000$ , siendo menor a  $.05$ , lo cual también es considera como una distribución no normal; por lo tanto, se utilizó la correlación de Spearman.

**CAPÍTULO III**  
**RESULTADOS**

### 3.1. Resultados descriptivos

#### Nivel de imagen corporal en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador

**Tabla 8**

*Niveles de imagen corporal en mujeres*

| Niveles               | <i>F</i> | %     |
|-----------------------|----------|-------|
| No hay preocupación   | 189      | 51.5  |
| Leve preocupación     | 72       | 19.6  |
| Preocupación moderada | 55       | 15.0  |
| Preocupación extrema  | 51       | 13.9  |
| Total                 | 367      | 100.0 |

En la tabla 8, se observa que el 51.5% de mujeres no presenta ninguna preocupación de su imagen corporal, sin embargo, el 15.0% y el 13.9% están ubicadas en una preocupación moderada y una preocupación extrema de su imagen corporal.

#### Nivel de bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador

**Tabla 9**

*Niveles de bienestar psicológico en mujeres*

| Niveles  | <i>f</i> | %     |
|----------|----------|-------|
| Bajo     | 130      | 35.4  |
| Promedio | 105      | 28.6  |
| Alto     | 132      | 36.0  |
| Total    | 367      | 100.0 |

En la tabla 9, se observa que 36.0% de mujeres presentan un alto nivel de BP y el 35.4% están ubicadas en un nivel bajo.

### 3.2. Resultados inferenciales y contrastación de hipótesis

#### Relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una Universidad de Villa El Salvador

**Tabla 10**

*Análisis de correlación entre imagen corporal y bienestar psicológico*

| <i>n= 367</i>                           | <i>rho [IC95%]</i>    | <i>p</i> | <i>TE</i> |
|---|-----------------------|----------|-----------|
| Imagen corporal - bienestar psicológico | -.296** [-.200 -.387] | .001     | .087      |

En el análisis de correlación de Spearman, se observa una relación altamente significativa e indirecta de grado muy débil ( $rho=-.296$ ) ( $p=001$ ) entre ambas variables. Además, se encontró un tamaño de efecto irrelevante según Domínguez (2018), pero importante para indicar el modo en que la imagen corporal explica en un 8.76%, al bienestar psicológico.

#### Relación entre imagen corporal y la dimensión aceptación/control de situaciones en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

**Tabla 11**

*Correlación entre imagen corporal y la dimensión aceptación/control de situaciones*

| <i>n= 367</i>   | <i>rho [IC95%]</i>    | <i>p</i> | <i>TE</i> |
|---|-----------------------|----------|-----------|
| Imagen corporal - Dimensión aceptación/control de situaciones | -.218** [-.118 -.314] | .001     | .047      |

En la tabla 11, se observa que existe una relación altamente significativa ( $p=001$ ) entre IC y la dimensión aceptación/control de situaciones con una relación indirecta de grado muy débil ( $rho=-.218$ ) ( $p=001$ ), también se encontró un tamaño de efecto de magnitud irrelevante según Domínguez (2018), pero fundamental para entender el modo en que la imagen corporal explica un 4.75% la presencia de bienestar psicológico.

### Relación entre imagen corporal y la dimensión autonomía en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

**Tabla 12**

*Correlación entre imagen corporal y la dimensión autonomía*

| <i>n= 367</i>                         | <i>rho [IC95%]</i>    | <i>p</i> | <i>TE</i> |
|---------------------------------------|-----------------------|----------|-----------|
| Imagen corporal - Dimensión Autonomía | -.305** [-.210 -.395] | .001     | .093      |

En los resultados de la tabla 12, se muestra una correlación altamente significativa ( $p=001$ ) de la imagen corporal y la dimensión autonomía, con un grado débil e indirecta ( $rho=-.305$ ), así mismo el tamaño de efecto es irrelevante según Domínguez (2018), sin embargo, es fundamental para sustentar el modo en que la imagen corporal explica en un 9.30% al bienestar psicológico.

### Relación entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.

**Tabla 13**

*Correlación entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales*

| <i>n= 367</i>                                 | <i>rho [IC95%]</i>    | <i>P</i> | <i>TE</i> |
|---|-----------------------|----------|-----------|
| Imagen corporal - Dimensión vínculos sociales | -.110** [-.008 -.210] | .035     | .012      |

En los datos obtenidos de la tabla 13, se muestra una relación significativa e indirecta de grado muy débil ( $p=.035$ ) ( $rho=-.110$ ) entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales de situaciones, adicionalmente también se muestra un tamaño del efecto de magnitud irrelevante según Domínguez (2018), a pesar de ello importante para comprender el modo en que la imagen corporal explica un 1.21% al bienestar psicológico.



**Relación entre imagen corporal y la dimensión proyectos en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.**

**Tabla 14**

*Correlación entre imagen corporal y la dimensión proyectos*

| <i>n= 367</i>                         | <i>rho [IC95%]</i>    | <i>p</i> | <i>TE</i> |
|---------------------------------------|-----------------------|----------|-----------|
| Imagen corporal - Dimensión Proyectos | -.251** [-.152 -.344] | .001     | .063      |

En la tabla 14 una relación altamente significativa ( $p=.001$ ) de la variable de estudio IC y la dimensión proyectos, además presenta un grado muy débil e indirecta ( $rho=-.251$ ) también se encontró un valor irrelevante en el tamaño de efecto según Domínguez (2018), sin embargo, valioso para interpretar el modo en que la imagen corporal explica un 6.30% al bienestar psicológico.

# **CAPÍTULO IV**

## **DISCUSIÓN**

La presente investigación buscó analizar la imagen corporal, es decir la representación mental que tenemos creada de nosotros mismos, la cual ha tomado relevancia con el pasar de los años, ya que la coincidencia de esas percepciones no siempre será la apariencia real de la persona y es allí donde la satisfacción con nuestra imagen puede cambiar de forma negativa y afectar diferentes áreas de la vida como el bienestar psicológico (Salazar, 2007). Por este motivo, se tuvo la finalidad de determinar la relación entre la IC y el BP en mujeres de una universidad de Villa El Salvador; procediendo a discutir los resultados. Respecto al objetivo general, se evidenció la existencia de una relación altamente significativa ( $-.296^{***}$ ) estas variables mantienen correlaciones inversas entre sí de grado débil, con un efecto que indica que la distorsión en IC afecta el BP en un 8.76%, en las estudiantes. Esto significa que las jóvenes que no han logrado afianzar una percepción positiva de sí mismas, se les dificulta permanecer en un grupo social donde se sientan aceptadas por sus diferencias y cualidades personales, ya que se enfocan en lo que ellas consideran como feo o malo llevándolas a tener sentimientos de rechazo personal.

Fundamentándose en lo descrito por Nahás Herrera y Medrano Gil (2015) quienes hacen referencia a que la apariencia personal tomada como imagen distorsionada es un factor condicionante del bienestar psicológico al ser evidenciada por personas que tienen miedo al rechazo por su imagen corporal mostrando ansiedad y un estado vulnerable para su socialización, interrumpiendo el establecimiento de vínculos personales y de su entorno. Estos resultados son similares a los de Prieto et al. (2015), los cuales hallaron correlaciones significativas e inversas entre el BP y la IC en muestras de estudiantes universitarias arequipeñas.

Sin embargo, Mauger (2017) encontró una relación directa explicando que, en su población de jóvenes argentinas a mayores niveles de bienestar psicológico obtenidos, los niveles en la escala de imagen corporal también serán mayores. En resumen, los datos disponibles corroboran la hipótesis propuesta, por lo que indican que un mayor grado de distorsión de la IC se asocia a un menor nivel de BP.

En cuanto al objetivo específico 1, se evidenció que la imagen corporal se encuentra en un 51.5% la falta de preocupación; así como, un porcentaje menor que obtuvo un nivel de preocupación moderada (15%) y extrema (13.9%). Una probable explicación a este hallazgo se orientaría a los motivos educativos que impulsan a la estudiante en su mayoría a preocuparse más en la aprobación de sus materias que en su aspecto. Estos resultados confirman lo señalado por Cash y Smolak (2011), quienes sustentan que los ideales sociales funcionan como presión de lo que la gente desea cumplir ya sea en un ámbito familiar, social o educativo; siendo que cuando la presión es más fuerte a nivel educativo se desestima el ámbito de imagen corporal y viceversa. En cuanto a ello, estos resultados coinciden con los encontrados a nivel internacional por Caldera et al. (2019) y a nivel nacional por Alayo y Guerra (2019) quienes, en muestras constituidas por estudiantes de universitarios, hallaron que la gran mayoría obtenía niveles bajos en la preocupación por su imagen corporal y solo porcentajes menores demostraban una verdadera preocupación moderada o extrema. Concluyéndose que a la mayoría de las mujeres no les preocupa su IC, Empero, los grupos que tienen una preocupación moderada o extrema deben tener ayuda para una mayor aceptación.

Así mismo, en relación al objetivo específico 2, se encontró que el nivel de BP en la muestra mantiene un nivel bajo y alto en un porcentaje similar (35% y 36% respectivamente).

La explicación a este hallazgo podría referirse a las afirmaciones que tienen las estudiantes indicando que la etapa universitaria no es determinante para sentirse totalmente satisfechas con su vida pero que sí les brinda un estatus o confort diferente. Esto reforzado por Bahamón et al. (2019) quien afirma que lograr autonomía y autoafirmación tiene como base el refuerzo de capacidades personales y la satisfacción con uno mismo desde la etapa de la adolescencia en adelante. Estos resultados coinciden con los encontrados por Pimentel y Oseda (2020) quienes, en muestras constituidas por estudiantes peruanos, hallaron que los niveles de bajo y alto mantenían porcentajes similares (23% y 21% respectivamente) en el bienestar psicológico; sin embargo, Ezaine (2019) discrepa esta similitud indicando que la población de mujeres estudiantes evidencia mantenerse en un nivel alto de BP. Concluyéndose que la mayoría de las mujeres estudiantes mantienen un nivel óptimo de bienestar psicológico, Sin embargo, el grupo que obtuvo un nivel bajo mantiene un porcentaje similar que preocupa y requiere ayuda para alcanzar la satisfacción en esta etapa de vida.

En función al objetivo específico 3, identificó una correlación indirecta de grado débil altamente significativa ( $\rho = -.218$ ) ( $p = 0.01$ ) entre IC y aceptación/control de situaciones, con un efecto donde la imagen corporal influye en un 4.75% en el BP en la muestra. Esto se explica al tomar en cuenta que la imagen ideal que las mujeres reciben de las redes sociales no permite que ellas se acepten tal y como son generando insatisfacción personal. En tanto Rodríguez (2005), sustenta que las personas sobre todo de sexo femenino que presentan una evaluación negativa de sí mismas, mantienen una alta distorsión en su imagen corporal.

Estos datos discrepan con los hallados por Mauger (2017) el cual no encontró correlaciones significativas entre la imagen corporal y el bienestar psicológico en muestras de jóvenes argentinas. Concluyendo así que, existe evidencia que apoya la hipótesis postulada, por ende, se entiende que a mayor distorsión en la IC se experimentará menor capacidad de aceptación y control de situaciones.

Seguidamente, en función al objetivo específico 4, se obtuvo una relación indirecta altamente significativa ( $p=001$ ) de la IC y la dimensión de autonomía con un tamaño de efecto de 9.30% en la muestra. Explicándose que la valoración emocional positiva de las mujeres aun estando solas representa la auto aceptación y al ocurrir lo contrario la percepción de ellas puede estar distorsionada. Estos resultados confirman lo señalado por Rodríguez (2005), quien sustenta que las personas sobre todo de sexo femenino que presentan una evaluación negativa de sí mismas, baja capacidad en la toma de decisiones, sin objetivos claros en la vida, etc. mantienen una alta distorsión en su imagen corporal. Los hallazgos encontrados discrepan con los de Mauger (2017) quien no encontró correlación estadísticamente significativa entre la imagen corporal y la dimensión de autonomía en jóvenes argentinas. En resumen, la evidencia apoya la hipótesis postulada, es decir, que a mayor distorsión en la IC se experimentará menor capacidad de autonomía.

A continuación, para el caso del objetivo específico 5, la relación entre la IC y los vínculos sociales indica ser indirecta y significativa con  $p<.05$ , con un tamaño de efecto del 1.21% para influenciar la IC al Bienestar psicológico. Esto explicando que la percepción distorsionada de sí mismas va influenciar en las relaciones positivas y/o deficientes con los demás. Esto fundamentado por Rodríguez (2005), quien indica que las mujeres que presentan una alta distorsión en su IC, mantienen deficientes relaciones sociales.

Estos hallazgos discrepan con los de Mauger (2017) quien no encontró correlación estadísticamente significativa entre la imagen corporal y la dimensión de vínculos sociales en jóvenes argentinas. Concluyendo así que existe evidencia que apoya la hipótesis postulada, entendiendo que a mayor distorsión en la IC se experimentará menor capacidad para generar vínculos o relaciones sociales.

Por último, en el caso del objetivo específico 6, la correlación entre la imagen corporal y los proyectos es directa y altamente significativa con  $p=.001$  con un tamaño de efecto del 6.30% de influencia que tiene la IC en el BP. Explicándose así que la imagen estética ideal que es promocionada por todos los medios de comunicación, quienes incentivan que al no poder alcanzarlos la mujer evidencie su insatisfacción y rechazo a su imagen corporal, ocasionando que no logren un bienestar psicológico óptimo. Estos resultados confirman lo señalado por Rodríguez (2005), quien sustenta que las personas sobre todo de sexo femenino que presentan una evaluación negativa de sí mismas, baja capacidad en la toma de decisiones, sin objetivos y/o proyectos claros en la vida, y adaptación pobre a su medio mantienen una alta distorsión en su imagen corporal. Estos resultados discrepan con los hallados por Mauger (2017) el cual, no encontró correlaciones significativas entre la imagen corporal y la dimensión de proyectos en muestras de jóvenes argentinas. En conclusión, se confirma que existe evidencia que apoya la hipótesis postulada, entendiendo que a mayor distorsión en la IC se experimentará menor capacidad para proponer y alcanzar propósitos en su vida.

**CAPÍTULO V**  
**CONCLUSIONES**



1. La percepción de la IC presenta una relación indirecta altamente significativa con el BP afectándolo; así mismo, la distorsión de la IC no es un factor definitivo para que las mujeres presenten un nivel bajo de BP.
2. Alrededor del 51.5% de mujeres no presenta ninguna preocupación de su cuerpo; sin embargo, el 13.9% tiene una preocupación extrema debido a que muestran una distorsión por la percepción de su físico.
3. Aproximadamente el 36.0% de mujeres presentan un alto nivel de BP por mostrar una adecuada satisfacción con su vida, sin embargo, el 35.4% están ubicadas en un nivel bajo.
4. Existe una relación estadísticamente significativa indirecta entre la variable IC y la dimensión aceptación/control de situaciones del BP, por lo tanto, preocupación extrema de la IC explica un 4.75% en el bienestar de la persona de la dimensión mencionada.
5. Existe relación estadística directa entre la IC y la dimensión autonomía del BP, en donde una extrema distorsión de su físico tiene una repercusión de 9.30% en la independencia de la persona.
6. La correlación encontrada es indirecta entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales, mostrando significancia donde una elevada preocupación por el físico explica un 1.21% en mantener relaciones adecuadas.
7. Se halló una relación indirecta entre IC y la dimensión proyectos altamente significativa, donde una inadecuada percepción del cuerpo tiene repercusión de 6.30% en que una persona busque propósitos positivos en su vida.

**CAPÍTULO VI**  
**RECOMENDACIONES**

1. Plantear propuestas de intervención donde se involucre la escuela de psicología para informar y generar conciencia sobre la búsqueda del cuerpo perfecto que plantea la sociedad para encajar en ella en lo cual puede conllevar hasta el suicidio si la persona no se siente aceptada o no se encuentra conforme con sí misma.
2. Realizar programas preventivos donde se incluya a toda la universidad desde el I ciclo hasta el último de todas las carreras para sensibilizar sobre la distorsión de la IC y sus consecuencias en los cuales también se involucra algunos TA como la Anorexia o Bulimia y la importancia del BP.
3. Se recomienda llevar a cabo nuevas investigaciones en otra población aumentando la cantidad de muestra e incluyendo otras variables de aspecto social relacionadas con la variable IC en mujeres debido a que se ha encontrado investigaciones en donde se muestra altos porcentajes en la distorsión corporal en esta población.
4. Ejecutar charlas y talleres informativos para fortalecer los factores protectores de distintas problemáticas: regulación de la autoestima, importancia de hábitos saludables, fortalecer el autoconcepto y autoconocimiento sobre sí mismo, potenciar el bienestar emocional y su relación con la salud mental.

## **REFERENCIAS**

- Bahamón, M., Alarcón, Y., Cudris, L., Trejos, A. & Campo, L. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 38(5).  
<http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/4522/Bienestarpicol%c3%b3gicoadolescentescolombianos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Baños, J. y Aguilar, K. (2020). Body Shape Questionnaire (BSQ): Estructura factorial y fiabilidad en universitarios peruanos. *Avances en Psicología*, 28(2), 269-278.  
<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/2254/2331>
- Barrera, L., Sotelo, M., Barrera, R. y Aceves, J. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e investigación en psicología*. 2(1), 244-251.  
<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42/33>
- Behar, R., Gramegna, G. & Arancibia, M. (2014). Perfectionism, body shape, body dissatisfaction, eating disorders. *Rev Chil Neuro-Psiquiat*, 52 (2), 103-114  
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v52n2/art06.pdf>
- Bunnell, D., Cooper, P., Hertz, S & Shenker, R. (1992). Body shape concerns among adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 11 (1), 79-83.  
[https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199201\)11:1<79::AID-EAT2260110111>3.0.CO;2-V](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199201)11:1<79::AID-EAT2260110111>3.0.CO;2-V)
- Caldera, J., Reynoso, O., Nuño, D., Caldera, I., Pérez, I. y Gómez, C. (2019). Insatisfacción con la imagen corporal y personalidad en estudiantes de bachillerato de la región Altos Sur de Jalisco, México. *Duazary*. 16 (1), 93-103.  
<https://doi.org/10.21676/2389783X.2534>

- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Psicología de la PUCP*, 18(1), 35-68  
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Chérrez, H. y García, D. (2024). Imagen corporal y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria pentaciencias*, 6(4), 283–293.  
<https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1138>
- Cogan, J., Bhalla, S. Sefa, A. & Rothblum, E. (1996). A comparison Study of United States and African Students on Perceptions of Obesity and Thinness. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 27(1), 98-113.  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0022022196271007>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017). *Código de ética y deontología*. Colegio de Psicólogos del Perú.  
[https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Cooper, P., Taylor, M., Cooper, Z. & Fairburn, C. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494. [https://www.deepdyve.com/lp/wiley/the-development-and-validation-of-the-body-shape-questionnaire-cLtzqviDfz?impressionId=5aea32a5b2cbc&i\\_medium=docview&i\\_campaign=recommendations&i\\_source=recommendations](https://www.deepdyve.com/lp/wiley/the-development-and-validation-of-the-body-shape-questionnaire-cLtzqviDfz?impressionId=5aea32a5b2cbc&i_medium=docview&i_campaign=recommendations&i_source=recommendations)
- Diener E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. *American Psychological Association*, 95(3), 542-575.  
[http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener\\_1984.pdf](http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener_1984.pdf)

- Diener, E. & Biswas, R. (2019). *Well-Being Interventions to Improve Societies*. Ed Diener. Global Happiness and Wellbeing Policy Report. <https://eddiener.com/articles/1402>
- Escorra, Y. (2022). *Imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pedro Gálvez Egúsqiza, Lima 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio Institucional de la Universidad Norbert Wiener. [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/8531/T061\\_77149337\\_T.pdf?sequence=14&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/8531/T061_77149337_T.pdf?sequence=14&isAllowed=y)
- Estrada, E. y Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes universitarios*. 10(4), 55-68. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
- Figuerola, R., Barrera, L. y Luna, D. (2024). Bienestar psicológico, imagen corporal y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios. *Revista ces psicología*, 17 (1), 38-51. [https://www.researchgate.net/publication/379176111\\_Bienestar\\_psicologico\\_i\\_imagen\\_corporal\\_y\\_conductas\\_alimentarias\\_de\\_riesgo\\_en\\_estudiantes\\_universitarias](https://www.researchgate.net/publication/379176111_Bienestar_psicologico_i_imagen_corporal_y_conductas_alimentarias_de_riesgo_en_estudiantes_universitarias) Psychological\_well-being\_body\_image\_and\_risky\_eating\_behaviors\_in\_university\_students
- Guerra, K. y Ponce, U. (2021). *Insatisfacción con la imagen corporal en jóvenes de la Universidad Andina del Cuzco 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Andina del Cuzco]. Repositorio Institucional de la Universidad Andina del Cuzco. <https://repositorio.uandina.edu.pe/handle/20.500.12557/4044>
- Higgins, E. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340. <https://psycnet.apa.org/record/1991-17259-001>

- Jiménez, N., Martínez, D., García, A., Hernández, N. y Cordero, A. (2022). Percepción de la imagen corporal en relación con el índice de masa corporal en escolares de Chiapas. *Revista Esp. Nutr Comunitaria*, 28(4), 2-9. [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-220034.\\_manuscrito\\_final.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-220034._manuscrito_final.pdf)
- Mauger, M. (2017). *Imagen corporal y bienestar psicológico en mujeres con antecedentes o próximas a someterse a una cirugía estética* [Tesis de pregrado, Universidad de Argentina]. Repositorio Institucional de la Universidad Argentina <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6577/MAUGER%20DE%20LA%20BRANNIERE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- MedlinePlus (2021, agosto). *Salud mental*. <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html>
- Ministerio de Salud (2020) *Minsa registra más de 1300 intentos de suicidio en lo que va del 2018*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/18738-minsa-registra-mas-de-1300-intentos-de-suicidio-en-lo-que-va-del-2018>
- Mohler, M., Schnyder, U., Dermota, P., Wei, W. & Milos, G. (2016). *The prevalence, correlates, and help-seeking of eating disorders in Switzerland*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27444809/>
- Nahás Herrera, R., y Medrano Gil, L. (2015). Impacto de la cirugía estética sobre el bienestar psicológico: la importancia de la apariencia personal en el funcionamiento psicosocial. *Cirugía Plástica*. 25(2), 114- 122. <https://www.medigraphic.com/pdfs/cplast/cp-2015/cp152i.pdf>



- Organización Mundial de la Salud (2021, septiembre). *Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 – 2030*. Organización Mundial de la Salud.  
<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>
- Organización Mundial de la Salud (agosto, 2020). *Día Mundial de la Salud Mental: una oportunidad para impulsar un aumento a gran escala de la inversión en salud mental*. Organización Mundial de la Salud.  
<https://www.who.int/es/news/item/27-08-2020-world-mental-health-day-an-opportunity-to-kick-start-a-massive-scale-up-in-investment-in-mental-health>
- Pimentel, M. y Oseda, D. (2020). Calidad de vida en el bienestar psicológico en estudiantes de dos institutos tecnológicos públicos del departamento de la libertad – 2021. *Ciencia Latina Multidisciplinar*. 5(4), 5213-5227.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v5i4.685](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i4.685)
- Prieto, A. y Muñoz-Najar, A. (2015). Bienestar subjetivo e imagen corporal en estudiantes universitarias de Arequipa. *Liberabit*. 21(2), 321-328.  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v21n2/a14v21n2.pdf>
- Raich, M. (2000). *Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo*. Piramide.
- Real Academia Española (2021). *Actualización 2020*. Real Academia Española  
<https://dle.rae.es/imagen>
- Ríos, R. (2017). *Metodología para la investigación y redacción*. Editorial Servicios Académicos Intercontinentales S.L.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/683720.pdf>
- Rodríguez, A. (2005). Felicidad subjetiva y dimensiones del autoconcepto físico. *Psicodidáctica*, 10(1), 131-138.  
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17514745012.pdf>

- Rosen, J., Srebnik, D., Saltzberg, E. & Wendt, S. (1991). Development of a body image avoidance questionnaire. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(1). 32-37.  
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.3.1.32>
- Schilder, P. (1935). *The image and appearance of the human body*. Kegan Paul.  
<https://psycnet.apa.org/record/1935-05693-000>
- Slade, P. (1988). Imagen corporal en la anorexia nerviosa. *Británica de psiquiatría*, 153(2), 20-22. <https://www.cambridge.org/core/journals/the-british-journal-of-psychiatry/article/abs/body-image-in-anorexia-nervosa/7F5B4109F0D18398EAF1A392EFDD784B>
- Tacca, D. y Tacca, A. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Psicología*. 21, 21-37.
- Venegas, K. y Gonzáles, M. (2020). Influencias sociales en un modelo de insatisfacción corporal, preocupación por el peso y malestar corporal en mujeres mexicanas. *Acta Colombiana de Psicología*. 23(1), 7-17.  
[http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v23n1/es\\_0123-9155-acp-23-01-18.pdf](http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v23n1/es_0123-9155-acp-23-01-18.pdf)
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Psychosocial Intervention*, 3(9), 87-116. <https://personal.eur.nl/veenhoven/Pub1990s/94d-fulls.pdf>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una Universidad de Villa El Salvador, 2021

Abigail Gabriela Huarhuachi Parado

| PROBLEMA   | OBJETIVOS   | HIPÓTESIS  | VARIABLES   | METODOLOGÍA  |
|--|---|--|---|--|
| <p><b>General</b></p> <p>¿Existe relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una Villa El Salvador?</p> | <p><b>General</b></p> <p>Establecer la relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador</p> <p><b>Específicos</b></p> <p>Describir los niveles de imagen corporal en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador</p> <p>Describir los niveles de bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador</p> <p>Establecer la relación entre imagen corporal y la dimensión aceptación/control de situaciones</p> | <p><b>General</b></p> <p>Existe una relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p><b>Específica</b></p> <p>Existe una relación entre imagen corporal y la dimensión aceptación/control de situaciones en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p>Existe una relación entre imagen corporal y la dimensión autonomía en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p>Existe una relación entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales en estudiantes mujeres</p> | <p><b>Variable 1</b></p> <p>Imagen corporal</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <p>Unidimensional</p> <p><b>Variable 2</b></p> <p>Bienestar psicológico</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptación/control de situaciones.</li> <li>• Autonomía</li> <li>• Vínculos sociales</li> <li>• Proyectos</li> </ul> | <p><b>Enfoque</b></p> <p>Cuantitativo</p> <p><b>Alcance o Nivel</b></p> <p>Correlacional</p> <p><b>Diseño</b></p> <p>No experimental</p> <p><b>Población</b></p> <p>8247 estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>367 estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p><b>Técnica de recolección de datos</b></p> <p>Encuesta</p> |

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
|  | <p>en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador</p> <p>Establecer la relación entre imagen corporal y la dimensión autonomía en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p>Establecer la relación entre imagen corporal y la dimensión vínculos sociales en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p>Establecer la relación entre imagen corporal y la dimensión proyectos en estudiantes mujeres de una universidad de Lima Sur.</p> | <p>de una universidad de Villa El Salvador.</p> <p>Existe una relación entre imagen corporal y la dimensión proyectos en estudiantes mujeres de una universidad de Villa El Salvador.</p> |  | <p><b>Instrumentos</b></p> <p>Body Shape Questionnaire (BSQ) de Cooper, Taylor, Cooper y Fairbum, 1987, adaptado por Baños-Chaparro y Aguilar, 2020.</p> <p>Bienestar psicológico para Adultos (BIEP-A) de Casullo, 2002, adaptado por Dominguez,2014.</p> |
|--|---|---|--|--|

## ANEXO 2: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN

### Body Shape Questionnaire (BSQ)

(Peter J. Cooper, Melanie J Taylor, Zafra Cooper, Christopher G Fairbum, 1987)

#### Instrucciones

A continuación, te presentamos una serie de frases las cuales deberás leer y responder de acuerdo a tu forma de pensar, sentir y actuar con respecto a ti misma. Leer cada pregunta y marcar el casillero de tu elección. Recuerda marcar la respuesta más cercana a tu experiencia y no olvides responder todas las afirmaciones.

|    |  | NUNCA | RARAMENTE | ALGUNAS VECES | A MENUDO | MUY A MENUDO | SIEMPRE |
|----|--|-------|-----------|---------------|----------|--------------|---------|
| 1  | Quando te aburres ¿te preocupas por tu figura?   |       |           |               |          |              |         |
| 2  | ¿Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta?                             |       |           |               |          |              |         |
| 3  | ¿Has pensado que tenías los muslos, caderas, nalgas o cintura demasiado grandes en relación con el resto del cuerpo? |       |           |               |          |              |         |
| 4  | ¿Has tenido miedo a engordar?  |       |           |               |          |              |         |
| 5  | ¿Te ha preocupado que tu piel no sea lo suficientemente firme?   |       |           |               |          |              |         |
| 6  | Sentirte llena (después de una gran comida), ¿te ha hecho sentirte gorda?  |       |           |               |          |              |         |
| 7  | ¿Te has sentido tan mal con tu figura que has llegado a llorar?  |       |           |               |          |              |         |
| 8  | ¿Has evitado correr para que algunas partes de tu cuerpo no se muevan bruscamente?                                   |       |           |               |          |              |         |
| 9  | Estar con chicas delgadas, ¿te ha hecho fijar en tu figura?  |       |           |               |          |              |         |
| 10 | ¿Te ha preocupado que tus muslos o cintura se ensanchen cuando te sientas?   |       |           |               |          |              |         |
| 11 | El hecho de comer poca comida, ¿te ha hecho sentir gorda?  |       |           |               |          |              |         |

|    |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|
| 12 | Al fijarte en la figura de otras chicas, ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Pensar en tu figura, ¿ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando miras la televisión, lees o mantienes una conversación)? |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Estar desnuda (por ejemplo, cuando te duchas), ¿te ha hecho sentir gorda?  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | ¿Has evitado llevar ropa que marque tu figura?   |  |  |  |  |  |  |
| 16 | ¿Te has imaginado cortando partes gruesas de tu cuerpo?  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías, ¿te ha hecho sentir gorda?   |  |  |  |  |  |  |
| 18 | ¿Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, una fiesta) porque te has sentido mal con tu figura?                                    |  |  |  |  |  |  |
| 19 | ¿Te has sentido excesivamente gorda o redondeada?  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | ¿Te has sentido acomplejada por tu cuerpo?   |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Preocuparte por tu figura, ¿te ha hecho poner a dieta?   |  |  |  |  |  |  |
| 22 | ¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago estaba vacío (¿por ejemplo, por la mañana?)                               |  |  |  |  |  |  |
| 23 | ¿Has pensado que la figura que tienes es debida a tu falta de autocontrol?   |  |  |  |  |  |  |
| 24 | ¿Te ha preocupado que otra gente vea rollitos alrededor de tu cintura y estómago?  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | ¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?  |  |  |  |  |  |  |
| 26 | ¿Has vomitado para sentirte más delgada?   |  |  |  |  |  |  |
| 27 | Cuando estás con otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (por ejemplo, sentándote en un sofá o en el autobús)?      |  |  |  |  |  |  |
| 28 | ¿Te ha preocupado que tu piel tenga aspecto de piel de naranja (celulitis)?  |  |  |  |  |  |  |

|    |   |  |  |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|--|--|
| 29 | Verte reflejada en un espejo, ¿te ha hecho sentirte mal por tu figura?  |  |  |  |  |  |  |
| 30 | ¿Te has pellizcado zonas de tu cuerpo para ver cuánta grasa tenías?   |  |  |  |  |  |  |
| 31 | ¿Has evitado situaciones en las que la gente pudiese ver tu cuerpo (por ejemplo, en vestuarios comunes de piscinas o duchas)? |  |  |  |  |  |  |
| 32 | ¿Has tomado laxantes (pastillas para evitar el estreñimiento) para sentirte más delgada?                                      |  |  |  |  |  |  |
| 33 | ¿Te has fijado más en tu figura estando en compañía de otras personas?  |  |  |  |  |  |  |
| 34 | La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio físico?                                       |  |  |  |  |  |  |



## INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN

Bienestar psicológico para Adultos (BIEP-A)

(Casullo y Castro, 2002)

### Instrucciones

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta con cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: Estoy de acuerdo; Ni de acuerdo ni en desacuerdo; Estoy en desacuerdo. No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en unos de los tres espacios.

| N° | Ítems  | EN DESACUERDO | NI DE ACUERCO NI EN DESACUERDO | DE ACUERDO |
|----|--|---------------|--------------------------------|------------|
| 1  | Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.                 |               |                                |            |
| 2  | Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.              |               |                                |            |
| 3  | Me importa pensar qué haré en el futuro.                     |               |                                |            |
| 4  | Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.             |               |                                |            |
| 5  | Generalmente le caigo bien a la                              |               |                                |            |
| 6  | Siento que podré lograr las metas que me proponga.           |               |                                |            |
| 7  | Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.            |               |                                |            |
| 8  | Creo que en general me llevo bien con la gente.              |               |                                |            |
| 9  | En general hago lo que quiero, soy poco influenciado.        |               |                                |            |
| 10 | Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida. |               |                                |            |
| 11 | Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.        |               |                                |            |
| 12 | Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.                      |               |                                |            |
| 13 | Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias        |               |                                |            |

## ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO



### Imagen corporal y Bienestar psicológico en mujeres

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado(a) participante:

Solicito su colaboración a través del presente formulario, el cual ayudará en mi investigación a determinar la relación entre imagen corporal y bienestar psicológico en mujeres. Los datos brindados serán usados únicamente con fines de investigación así mismo la información brindada será confidencial. Por favor, responda las preguntas con honestidad y seriedad.

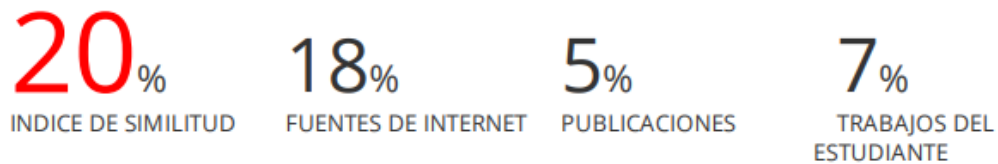
De antemano, agradezco su participación al brindarme sus información valiosa.

La presente investigación está conducida por Abigail Gabriela Huarhuachi Parado, estudiante de décimo ciclo de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú.

## ANEXO 4: INFORME DEL ASESOR DE TURNITIN

### TESIS ABIGAIL HUARHUACHI

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>repositorio.autonoma.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                        | <b>7%</b> |
| <b>2</b> | <b>hdl.handle.net</b><br>Fuente de Internet                                     | <b>3%</b> |
| <b>3</b> | <b>Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola</b><br>Trabajo del estudiante | <b>1%</b> |
| <b>4</b> | <b>1library.co</b><br>Fuente de Internet  | <b>1%</b> |
| <b>5</b> | <b>repositorio.ucv.edu.pe</b>   | <b>1%</b> |