

Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte

Body composition and body image of Sport Sciences students

González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.;

Díaz Suárez, A.

Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Murcia, España.

Autor de correspondencia: Guillermo Felipe López Contacto: gfls@um.es

Cronograma editorial: Artículo recibido: 23/04/2018 Aceptado: 20/07/2018 Publicado: 01/09/2018

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

Resumen

El objetivo del presente estudio fue valorar la composición corporal (CC) y la imagen corporal (IC) de los estudiantes del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Murcia. La muestra estuvo compuesta por 147 universitarios de 18-31 años (105 de sexo masculino y 42 de sexo femenino). Se obtuvieron variables de composición corporal a través de bioimpedancia eléctrica. Para ello, se utilizó un analizador de CC Tanita BC 418-MA y un estadiómetro HM - 250P Leicester para medir la altura. Para la imagen corporal el instrumento utilizado fue el de las siluetas de Stunkard, en el que se muestran nueve figuras de siluetas corporales, tanto de hombres como de mujeres, que van desde muy delgado a muy obeso. Los datos obtenidos se analizaron con el programa informático SPSS 23. Los resultados mostraron valores de composición corporal dentro de los límites saludables. Tanto hombres como mujeres coincidieron en la percepción de imagen corporal actual; sin embargo, se diferenciaron en la ideal. Se apreció insatisfacción corporal en ambos sexos, siendo mayor en mujeres. Los hombres desearon ser más grandes, mientras que las mujeres prefirieron ser más delgadas. Finalmente, existió una relación inversa entre la mayoría de los parámetros de composición corporal e imagen corporal. Esto es, los sujetos que mostraron deseos de ser más delgados son los que presentaron valores superiores en el IMC, perímetro de cintura, peso y porcentaje de masa grasa.

Palabras clave

IMC; antropometría; universitarios; autoconcepto físico; insatisfacción corporal.

Abstract

The objective of the present study was to assess the body composition (CC) and body image (IC) of the students of bachelor in Physical Activity and Sports Sciences of the University of Murcia. The sample consisted of 147 university students aged 18-31 years (105 male and 42 female). Variables of body composition were obtained through electrical bioimpedance. For this, a Tanita BC 418-MA CC analyzer and a HM-250P Leicester stadiometer were used to measure the height. For the body image, the instrument used was that of the Stunkard silhouettes, in which nine figures of corporal silhouettes are shown, both men and women, ranging from very thin to very obese. The data obtained were analyzed with the SPSS 23 computer program. The results showed values of body composition within the healthy limits. Both men and women agreed on the perception of current body image; however, they differed in the ideal. Body dissatisfaction was observed in both sexes, being higher in women. Men wanted to be bigger, while women preferred to be thinner. There was an inverse relationship between most of the parameters of body composition and body image. That is, the subjects who showed a desire to be thinner are those who presented higher values in the BMI, waist circumference, weight and percentage of fat mass.

Keywords

BMI; anthropometry; university students; physical self-concept; body dissatisfaction.

Introducción

Son muchos los estudios que ponen de manifiesto el impacto que tiene un estilo de vida activo sobre la salud. La composición corporal, junto a otros parámetros antropométricos, incide de manera relevante sobre la condición física y es un indicador de salud y calidad de vida (Castro-Piñero, et al., 2009; Ortega, Ruíz y Castillo, 2013). Además, un elevado IMC y perímetro de cintura se correlaciona con baja condición física, observándose un menor rendimiento en las pruebas de salto longitudinal y Course-Navette (Rosa-Guillamón, Rodríguez-García, García-Cantó y Pérez-Soto, 2015).

Desde la antropometría, y a través de la medición del peso corporal, estatura longitudes, diámetros, perímetros y pliegues cutáneos, obtenemos medidas que nos permiten valorar la composición corporal de los sujetos.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A. (2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

La imagen corporal se refiere a la representación mental del tamaño, figura y la forma de nuestro cuerpo, es decir, cómo nos vemos y cómo pensamos que los otros nos ven (Salazar, 2008). La imagen corporal está conformada por la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes. Se construye histórica y culturalmente y, en el caso de las sociedades occidentalizadas, la estética corporal idealizada es la esbeltez para las mujeres y la musculatura para los varones, que son difundidas por poderosas industrias del cine, la moda y medios de comunicación. En este contexto emerge la inconformidad con la imagen corporal (Mancilla, Vázquez, Mancilla, Amaya y Álvarez, 2012).

La figura corporal durante la adolescencia está sujeta a notables cambios que exigen al adolescente una continua reestructuración de la imagen de su propio cuerpo. Esto incrementa la insatisfacción corporal y hace que se trate de una etapa de mayor riesgo para el desarrollo de trastornos de la alimentación (Ramos, Rivera, Pérez, Lara y Moreno, 2016). En la infancia y sobre todo en la adolescencia aparecen multitud de problemas de autoestima derivados de estos cambios. Esto, combinado con el deseo natural de ser aceptados, hace que niños y adolescentes realicen constantemente comparaciones con los demás, siendo la imagen corporal el predictor más influyente en la autoestima (Moreno, Cervello y Moreno, 2008). Además, se debe tener en cuenta la importancia del contexto familiar, de amistad y escolar en la imagen corporal de adolescentes (Gonçalves&Bedin, 2015).

Estudios como el de Magallares, Carbonero-Carreño, Ruiz-Prieto y Jauregui-Lobera (2016) han encontrado relaciones entre obesidad y percepción de la imagen corporal. Además, autores como Pedro et al. (2016) han relacionado la imagen corporal con el IMC. En la misma línea, Trejo, Castro, Facio, Mollinedo y Valdez (2010) indicaron que el IMC es un factor asociado a la insatisfacción con la imagen corporal, de tal manera que los adolescentes con mayor índice de masa corporal y del sexo femenino son los más susceptibles a sentirse insatisfechos.

La imagen corporal está estrechamente ligada al autoconcepto, término que hace referencia al conjunto de percepciones que el ser humano desarrolla sobre sí mismo. Esta es una variable psicológica fundamental para entender el bienestar emocional y la integración social del individuo (Shavelson, Hubner y Stanton, 1976). En esta línea, durante los últimos años muchos autores han coincidido en remarcar la importancia del autoconcepto al relacionarlo

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A. (2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

con el bienestar del ser humano. Esto es así porque los sujetos que se ven a sí mismos de manera positiva interpretan el mundo de forma diferente a los que se ven de manera más negativa, estableciéndose así una relación entre autoconcepto y conducta (Bufford, 1986).

El autoconcepto es una concepción multidimensional que presta atención particularizada a dimensiones como la social, la personal o la física, que es la que abordamos en este estudio (Estévez, 2012).

El autoconcepto físico es, además, un constructo más amplio que el de imagen corporal, pues además de las percepciones de la apariencia física, incluye el estado de forma física, la competencia deportiva o la fuerza (Fernández-Bustos, González-Martí, Contreras y Cuevas, 2015).

Por último, es destacable que el estado de salud y la imagen corporal percibida se relacionan significativa y positivamente, lo que supone que, a mejor percepción de la imagen corporal, mejor percepción de estado de salud y viceversa, tal y como indicaron Urrutia, Azpillaga, Luis de Cos y Muñoz (2010) en su estudio con 883 sujetos de 13 a 17 años residentes en la provincia de Guipúzcoa (España).

Por tanto, debido a la importancia de la imagen corporal y a su directa relación con el estado de salud de las personas, el objetivo de este estudio es analizar la imagen corporal, composición corporal y antropometría en una muestra de universitarios de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Murcia.

Material y método

Sujetos

La muestra estuvo compuesta por 147 alumnos del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte perteneciente a la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Murcia (105 de sexo masculino y 42 de sexo femenino) de primer a cuarto curso, con una media de edad de 21 años (DE 2.39) y un rango de edad de 18 a 31 años. Durante la realización del estudio, fueron 400 los alumnos matriculados en el Grado.

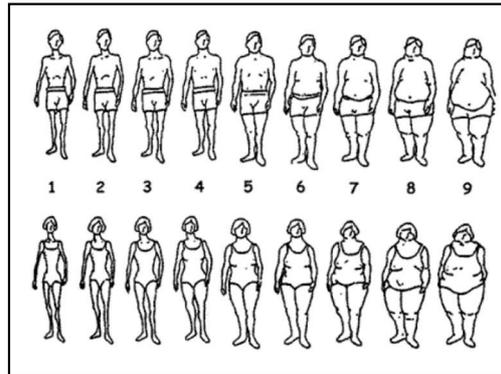
Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A. (2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>

Instrumentos

Se utilizó el método de siluetas corporales diseñado y validado por Stunkard, Sørensen & Schulsinger (1983), en el que se muestran nueve figuras de siluetas corporales, tanto de hombres como de mujeres, que van desde muy delgado a muy obeso (Figura nº 1):



Figuranº1. Siluetas de Stunkard.

Este instrumento permite medir la imagen corporal de manera fiable y sencilla. Para ello, los sujetos deben elegir la figura que más se aproxima a su silueta y también la silueta a la que les gustaría parecerse. Los resultados ofrecen tres medidas: la imagen actual, la imagen deseada y la discrepancia (deseada-actual), la cual es interpretada como una medida de insatisfacción con la imagen corporal. Si la discrepancia es igual a 0, el sujeto está satisfecho con su imagen corporal; si la discrepancia tiene valor positivo, el sujeto tiene un deseo de ser más grande; si la discrepancia tiene un valor negativo, el sujeto tiene un deseo de ser más delgado.

Medidas de CC

En primer lugar, se determinó con una cinta métrica el perímetro de cintura (cm), cadera (cm), muslo (cm), gemelo (cm) y longitud del miembro inferior (cm).

Las mediciones de composición corporal se realizaron por la tarde, más de tres horas después de despertar y después de comer y beber por última vez. Se cumplimentó previamente un consentimiento informado. La masa corporal y CC se evaluaron con un análisis de impedancia bioeléctrica (resistencia del cuerpo al paso de una corriente eléctrica). Para ello se

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

utilizó un analizador de CC Tanita BC 418-MA (Tanita, Tokio, Japón). Se siguieron todas las recomendaciones para realizar el análisis de la impedancia bioeléctrica. El dispositivo fue conectado y calibrado para tener en cuenta el peso de la ropa (0,2kg). Posteriormente se introdujeron datos sobre la edad, sexo y altura corporal del sujeto. Para medir la altura se utilizó el estadiómetro HM - 250P Leicester (Marsden Scales, Rotherham, Reino Unido). Los sujetos se situaron en el analizador de CC colocando sus pies y manos desnudos sobre los lugares marcados (electrodos). El dispositivo analiza la CC basada en las diferencias de la capacidad de conducir la corriente eléctrica por los tejidos del cuerpo (diferente resistencia) debido al diferente contenido de agua. Las variables medidas fueron: peso corporal (kg), masa grasa (MG) en kg y %, masa libre de grasa (MLG) en kg y %, agua corporal total (ACT) en kg y %, y tasa metabólica basal (TMB) en Kcal. Además, se calcularon los siguientes índices: índice de masa corporal (IMC), índice de masa grasa (IMG) e índice de masa libre de grasa (IMLG), todos ellos expresados en kg/m².

Análisis de datos

Se realizó un análisis estadístico por medio del Statistical Package for Social Sciences 22.0 (SPSS-22.0). En primer lugar, se aplicaron técnicas de estadística descriptiva: medias y desviación estándar (DE). Se comprobó la normalidad de la muestra con el test de Kolmogorov-Smirnov. Se utilizó la prueba *t* para muestras independientes para comparaciones entre sexos. Se llevó a cabo un análisis de la varianza con un factor (ANOVA), con análisis post-hoc y el test de comparaciones múltiples HSD de Tukey. Se usó un nivel de significación $p < 0.05$ en todos los análisis.

Resultados

En la Tabla nº1 se analiza la composición corporal e imagen corporal de la muestra en función del sexo. Se aprecian diferencias significativas entre hombres y mujeres en la mayoría de las variables. Las variables en las que no ha habido diferencias significativas son: perímetro de la cadera, IMC e imagen actual. La discrepancia entre la silueta actual y la deseada muestra deseos de ser más delgadas de las mujeres y de ser más grandes de los hombres.

La imagen actual con la que más se identifican tanto hombres como mujeres corresponde a la silueta 4. Respecto a la imagen deseada, la más frecuente es la silueta 4 en hombres y las siluetas 3 y 4 en mujeres.

La discrepancia entre la silueta actual y la deseada muestra deseos de ser más delgadas de las mujeres y de ser más grandes de los hombres. Esta insatisfacción es mayor en mujeres.

En la Tabla nº 2 se aprecia que los sujetos con un IMC más bajo desean ser más grandes, al contrario que aquellos con un IMC mayor, que prefieren ser más delgados. Aquellos con un valor medio en el IMC se encuentran satisfechos con su imagen corporal. Esto mismo ocurre con el peso y el porcentaje de masa grasa, donde es superior en aquellos que desean ser más delgados. La discrepancia (imagen deseada – imagen actual) es interpretada como una medida de insatisfacción con la imagen corporal. Según el nivel de discrepancia, la muestra es clasificada en tres categorías: deseo de ser más grande, satisfecho y deseo de ser más pequeño

Tabla nº 1. Composición corporal e imagen corporal en función del sexo

Variable	Media mujeres (DE)	Media hombres (DE)	Diferencia de medias	t	gl	Sig. (bilateral)	d
Cintura	73.29 (7.29)	80.86 (7.42)	7.57	5.35	128	.001	0.91
Cadera	92.69 (9.94)	93.43 (9.74)	0.74	0.39	128	.692	0.00
ICC	0.80 (0.78)	0.87 (0.90)	0.07	4.60	128	.001	0.73
Muslo	59.40 (8.37)	62.99 (13.81)	3.60	1.82	113.28	.072	0.18
Gemelo	36.28 (3.05)	37.34 (2.30)	1.05	2.16	127	.033	0.37
Longitud miembro inferior	90.07 (5.45)	96.30 (6.18)	6.23	5.07	117	.001	0.91
Altura	1.65 (0.07)	1.78 (0.07)	0.14	10.44	127	.001	1.83
Peso	62.43 (11.86)	75.31 (10.34)	12.88	6.18	125	.001	1.09
IMC	22.86 (2.75)	23.64 (2.50)	0.79	1.59	125	.115	0.18
%MG	26.77 (4.78)	14.73 (5.00)	12.03	12.67	125	.001	2.19
%MLG	73.23 (4.78)	85.26 (5.00)	12.03	12.67	125	.001	2.19
%ACT	54.02 (6.02)	62.82 (4.93)	8.80	8.65	125	.001	1.46
MG	16.89 (5.08)	11.41 (5.46)	5.48	5.30	123	.001	0.91
MLG	45.53 (8.49)	63.93 (6.68)	18.38	13.07	123	.001	2.37
ACT	33.52 (6.33)	47.18 (5.74)	13.66	11.88	121	.001	2.00

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A.

(2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Variable	Media mujeres (DE)	Media hombres (DE)	Diferencia de medias	t	gl	Sig. (bilateral)	d
TMB	1418.44 (247.52)	1895.60 (182.00)	477.16	12.15	125	.001	2.19
IMG	6.18 (1.62)	3.56 (1.58)	2.61	8.53	123	.001	1.46
IMLG	16.68 (1.84)	20.10 (1.62)	3.42	10.46	123	.001	1.82
Imagen actual	4.00 (1.30)	3.95 (1.27)	0.05	0.22	132	.826	0.00
Imagen deseada	3.55 (0.71)	4.07 (0.69)	0.52	3.98	132	.001	0.55
Discrepancia IC	-0.45 (1.23)	0.13 (1.12)	0.57	2.65	132	.009	0.37

Diferencias significativas en $p < .05$ y $p < .01$

Tabla nº 2. Composición corporal en función de la imagen corporal

Variable	1) Deseo ser más grande	2) Satisfecho	3) Deseo ser más delgado
Cintura	75.50 ³ (4.85)	78.26 (6.99)	81.71 ¹ (10.51)
Cadera	91.61 ³ (7.57)	90.84 ³ (9.57)	97.65 ^{1,2} (10.41)
ICC	0.82 (0.07)	0.86 (0.10)	0.83 (0.08)
Muslo	64.20 (17.45)	60.89 (11.86)	61.22 (6.98)
Gemelo	35.80 ³ (2.17)	37.00 (1.72)	38.14 ¹ (3.33)
Longitud miembro inferior	94.45 (6.66)	94.76 (6.98)	94.44 (6.12)
Altura	1.75 (0.09)	1.74 (0.08)	1.73 (0.09)
Peso	66.99 ³ (9.74)	70.87 (9.54)	75.76 ¹ (15.69)
IMC	21.74 ^{2,3} (1.70)	23.29 ^{1,3} (1.70)	25.00 ^{1,2} (3.15)
%MG	14.95 ³ (5.95)	16.80 ³ (6.51)	23.69 ^{1,2} (7.05)
%MLG	85.04 ³ (5.95)	83.19 ³ (6.51)	76.35 ^{1,2} (7.05)
%ACT	62.70 ³ (7.24)	61.04 ³ (4.92)	56.62 ^{1,2} (6.74)
MG	9.92 ³ (3.74)	11.61 ³ (3.78)	17.83 ^{1,2} (6.74)
MLG	57.06 (9.51)	59.43 (10.91)	57.67 (12.98)
ACT	42.06 (7.78)	43.56 (8.25)	42.71 (10.03)
TMB	1706.02 (260.46)	1782.54 (290.06)	1745.12 (345.56)
IMG	3.26 ³ (1.30)	3.89 ³ (1.44)	5.96 ^{1,2} (2.14)
IMLG	18.47 (1.83)	19.45 (2.35)	19.03 (2.60)

Diferencias significativas indicadas mediante superíndices

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A. (2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>

En la tabla 3 se muestra la correlación de *Pearson* entre las variables de composición corporal e imagen corporal.

Tabla nº 3. Correlaciones entre composición corporal e imagen corporal

Variable		Imagen actual	Imagen deseada	Discrepancia
Cintura	Correlación de Pearson	.482	.330	.086
	Sig.(bilateral)	.000	.000	.331
Cadera	Correlación de Pearson	.352	.104	0.203
	Sig.(bilateral)	.000	.237	0.20
ICC	Correlación de Pearson	.103	.192	-.136
	Sig.(bilateral)	.244	.029	.122
Muslo	Correlación de Pearson	.027	.157	.054
	Sig.(bilateral)	.762	.074	.542
Gemelo	Correlación de Pearson	.506	.225	.30
	Sig.(bilateral)	.000	.010	.737
Longitud miembro inferior	Correlación de Pearson	.111	.171	.024
	Sig.(bilateral)	.228	.061	.793
Altura	Correlación de Pearson	.127	.282	-.005
	Sig.(bilateral)	.151	.001	.959
Peso	Correlación de Pearson	.506	.329	.074
	Sig.(bilateral)	.000	.000	.411
IMC	Correlación de Pearson	.64	.242	.090
	Sig.(bilateral)	.000	.006	.313
MG%	Correlación de Pearson	.260	-.267	.224
	Sig.(bilateral)	.003	.002	.011
MLG%	Correlación de Pearson	-.260	.267	-.224
	Sig.(bilateral)	.003	.002	.011
ACT%	Correlación de Pearson	-.136	.252	-.164
	Sig.(bilateral)	.127	.004	.065
MG	Correlación de Pearson	.481	-.082	.284
	Sig.(bilateral)	.000	.365	.001
MLG	Correlación de Pearson	.291	.387	-.076
	Sig.(bilateral)	.000	.000	.398
ACT	Correlación de Pearson	.321	.399	-.059
	Sig.(bilateral)	.000	.000	.520
TMB	Correlación de Pearson	.317	.382	-.076
	Sig.(bilateral)	.000	.000	.395
IMG	Correlación de Pearson	.418	-.166	.264
	Sig.(bilateral)	.000	.064	.003
IMLG	Correlación de Pearson	.360	.392	-.136
	Sig.(bilateral)	.000	.000	.131

La correlación es significativa en $p < .05$ y $p < .01$

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 3, se observan correlaciones significativas en los siguientes parámetros de la imagen corporal: imagen actual, deseada y discrepancia, a través del análisis del coeficiente de correlación de *Pearson*.

Se encontraron evidencias estadísticas de correlación positiva entre las variables de composición corporal: perímetro de cintura y gemelo, peso, IMC, MLG, ACT, MB e IMLG, con la imagen actual y la deseada.

Existe una correlación significativa positiva entre el perímetro de cadera ($r=.352$), la masa grasa ($r=.352$) y el IMG ($r=.352$), y la imagen actual. Significan estos datos que, cuanto mayor son los valores en estas variables, mayor es la silueta que los participantes identifican como actual.

Además, se observó una correlación positiva entre el ICC, la altura y el % de ACT con respecto a la imagen deseada.

Hay una correlación positiva entre el % MG y la imagen actual y discrepancia. Se aprecia una correlación negativa baja ($r=-.267$; $p=.002$) entre este parámetro y la imagen deseada. Esto significa que cuanto mayor es el % MG que presentan los participantes, menor es la silueta que los participantes identifican como deseada.

Finalmente, hay una correlación negativa baja entre el % MLG, la imagen actual y la discrepancia. La correlación entre el %MLG y la imagen ideal es positiva.

Discusión

El objetivo principal de este estudio fue analizar y determinar las relaciones existentes entre la composición corporal y la imagen corporal de la muestra analizada. Los resultados mostraron una relación inversa entre la mayoría de los parámetros de composición corporal e imagen corporal; una percepción de imagen corporal ideal distinta en hombres y mujeres; e insatisfacción corporal en ambos sexos, aunque mayor en mujeres.

En un estudio realizado en estudiantes de la Universidad Alfonso X el Sabio de Madrid, cuya actividad física era ligera-moderada, se obtuvieron valores del índice de masa corporal similares en hombres y mujeres. El porcentaje de grasa obtenido por antropometría fue superior en mujeres (Martínez, Veiga, López de Andrés, Cobo, y Carbajal, 2005). Estos datos van en el mismo sentido que los resultados obtenidos en el presente estudio; si bien es cierto que, tal y

como señala Cossio-Bolaños et al. (2011) existen diferencias propias de los patrones de dimorfismo sexual humano.

En relación a la grasa corporal, destaca una tendencia al exceso en ambos sexos en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Córdoba (Cossio-Bolaño et al., 2011). Hay que tener en cuenta que la entrada a la universidad implica cambios en el estilo de vida, un alejamiento del núcleo familiar, mayor independencia, y un aumento de las relaciones sociales con el grupo de iguales (Carrascosa, Segovia y Monzó, 2013). En este sentido, muchos universitarios asumen la responsabilidad de su alimentación y es una etapa crítica para el desarrollo de hábitos alimentarios (Baric, Šatalić y Lukešić, 2003). Estos resultados no coinciden con los de la presente investigación, donde se apreciaron valores superiores de masa grasa en mujeres y un mayor %MLG en hombres.

Según Serpa, Castillo, Gama y Giménez (2017) existe una relación inversa entre la mayoría de los parámetros de composición corporal e imagen corporal. Esto es, los sujetos que se identifican con las siluetas más grandes son los que están más insatisfechos por el deseo de tener menos peso, y más preocupados con su imagen corporal. Igualmente, en los resultados de este estudio se apreció cómo aquellos sujetos que mostraron deseos de ser más delgados presentaron un perímetro de cintura, IMC, peso y %MG superior. Por el contrario, aquellos que desearon ser más grandes obtuvieron valores de composición corporal inferiores.

Ramos, Rivera y Moreno (2010) estudiaron la imagen corporal y el IMC en adolescentes españoles de 11-18 años de edad. A pesar de que las chicas tenían una puntuación en el IMC más ajustada y presentaban un nivel menor de sobrepeso y obesidad, encontraron que eran ellas las que se percibían más obesas y las que estaban más insatisfechas con su imagen corporal. Por otra parte, también se encuentra una mayor discrepancia o insatisfacción media en el sexo femenino. De igual modo, adolescentes madrileños de entre 13 y 19 años de ambos sexos se perciben con mayor IMC del que realmente poseen, destacando el hecho de que las jóvenes, aunque perciben como saludable un IMC de normopeso, tienden a perseguir un IMC inferior, más próximo a la delgadez (González-Montero et al., 2010). Esto coincide con los resultados de la presente investigación, que mostraron deseos de ser más delgadas de las mujeres. Estudios como el de Ramos, de Eulate, Liberal, y Latorre (2003) apoyan esta idea.

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

En las universidades de Navarra se analizó el IMC de 1162 estudiantes. Un alto porcentaje de los universitarios tenían una percepción de imagen corporal que no se correspondía con la realidad, sobreestimando su índice de masa corporal el 9,7% de los hombres y el 58,1% de las mujeres (Soto, et al., 2015). Estos datos concuerdan con una investigación realizada en estudiantes de enfermería, donde un 58,3% de mujeres sobreestimaron su imagen corporal (Alcaraz, Loray Berrio, 2011). Sin embargo, en esta investigación, las mujeres desearon reducir el tamaño de su silueta corporal y los hombres tener un cuerpo más grande. Esta diferencia puede ser explicada por el hecho de que las mujeres sobreestiman la imagen corporal y los hombres la subestiman.

Finalmente, las limitaciones de este estudio se encontraron en el reducido tamaño de la muestra y en las escasas publicaciones relativas a estas variables en universitarios.

Conclusiones

La muestra analizada presenta valores de composición corporal dentro de los límites saludables. Hombres y mujeres coinciden en la percepción de imagen corporal actual mediante la elección de la silueta número 4; sin embargo, difieren en la imagen corporal ideal, siendo la figura 4 para los hombres y la figura 3 para las mujeres. Destaca la insatisfacción corporal en ambos sexos, siendo mayor en mujeres. Los hombres desean ser más grandes, mientras que las mujeres prefieren ser más delgadas. Existe una relación inversa entre la mayoría de los parámetros de composición corporal e imagen corporal. Esto es, los sujetos que muestran deseos de ser más delgados son los que presentan valores superiores en variables como el IMC, perímetro de cintura, peso y %MG. Se recomienda ampliar las investigaciones relativas a estas variables en universitarios, así como implementar programas de intervención para la mejora de la imagen corporal de los universitarios.

Referencias bibliográficas

1. Alcaraz, G., Lora, E., y Berrio, M. E. (2011). Índice de masa corporal y percepción de la imagen corporal en estudiantes de enfermería. *Index de Enfermería*, 20(1-2), 11-15. doi: 10.4321/s1132-12962011000100003
2. Baric, I., Satalic, Z., Lukešic, Ž. (2003). Nutritive value of meals, dietary habits and nutritive status in Croatian university students according to gender. *Int J Food Sci Nutr*, 54, 473-484. doi: 10.1080/09637480310001622332
3. Bufford, R. K. (1986). Social foundations of thought and action - a social cognitive theory - Bandura, A. *Journal of Psychology and Theology*, 14(4), 341-342. doi: 10.5465/amr.1987.4306538
4. Carrascosa, R. G., Segovia, P. G., & Monzo, J. M. (2013). Valoración de la imagen corporal y de los comportamientos alimentarios en universitarios. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 18(1), 45-59. doi: 10.5944/rppc.vol.18.num.1.2013.12762
5. Castro-Piñero, J., González-Montesinos, J. L., Mora, J., Keating, X. D., Girela-Rejón, M. J., Sjöström, M., & Ruiz, J. R. (2009). Percentile values for muscular strength field tests in children aged 6 to 17 years: influence of weight status. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(8), 2295-2310. doi: 10.1519/jsc.0b013e3181b8d5c1
6. Cossio-Bolaños, M.A., De Arruda, M., Moyano, A., Gañán, E., Pino, L.M., Lancho, J.L. (2011). Composición corporal de jóvenes universitarios en relación a la salud. *Nutr. clín. diet. Hosp*, 31(3), 15-21.
7. Estévez, M. (2012). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de segundo ciclo de educación secundaria de la ciudad de Alicante* (tesis doctoral). Universidad de Granada.
8. Fernández-Bustos, J. G., González-Martí, I., Contreras, O., y Cuevas, R. (2015). Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 25-33. doi: 10.1016/s0120-0534(15)30003-0
9. Gonçalves, S., & Bedin, L. M. (2015). Bienestar, salud e imagen corporal de adolescentes brasileiros: la importancia de los contextos familiar, de amistad y escolar. *Universitas psychologica*, 14(4), 1399-1410. doi: 10.11144/javeriana.up14-4.bsic

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

10. González-Montero, M., André, A., García-Petuya, E., López-Ejeda, N., Mora, A., y Marrodán, M. (2010). Asociación entre actividad física y percepción de la imagen corporal en adolescentes madrileños. *Nutr Clin Diet Hosp*, 30(3), 4-12. doi: 10.19083/tesis/622887
11. Magallares, A., Carbonero-Carreño, R., Ruiz-Prieto, I. y Jauregui-Lobera, I. (2016). Beliefs about obesity and their relationship with dietary restriction and body image perception. *Anales de Psicología*, 32(2), 349-354. doi: 10.6018/analesps.32.2.215251
12. Mancilla, A., Vázquez, R., Mancilla, J. M., Amaya, A. y Alvarez, G. (2012). Body dissatisfaction in children and preadolescents: A systematic review. *Mexican Journal of Eating Disorders*, 3, 62-79.
13. Martínez, C., Veiga, P., López de Andrés, A., Cobo, J., y Carbajal, A. (2005). Evaluación del estado nutricional de un grupo de estudiantes universitarios mediante parámetros dietéticos y de composición corporal. *Nutrición Hospitalaria*, 20(3), 197-203. doi: 10.4995/thesis/10251/5758
14. Moreno, J. A., Cervello, E., y Moreno, R. (2008). The importance of physical-sport practice and gender in physical self-concept from up to 23 years. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 171-183.
15. Ortega, F. B., Ruiz, J. R., & Castillo, M. J. (2013). Actividad física, condición física y sobrepeso en niños y adolescentes: evidencia procedente de estudios epidemiológicos. *Endocrinología y Nutrición*, 60(8), 458-469. doi: 10.1016/j.endonu.2012.10.006
16. Pedro, T. M., Micklesfield, L. K., Kahn, K., Tollman, S. M., Pettifor, J. M., y Norris, S. A. (2016). Body Image Satisfaction, Eating Attitudes and Perceptions of Female Body Silhouettes in Rural South African Adolescents. *PLOS ONE*, 11(5): e0154784. doi: 10.1371/journal.pone.0154784
17. Ramos, P., de Eulate, L., Liberal, S. y Latorre, M. (2003). La imagen corporal en relación con los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes vascos de 12 a 18 años. *Revista de Psicodidáctica*, 15-16, 65-74.
18. Ramos, P., Rivera, F. y Moreno, C. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 22(1), 77-83. doi: 10.17979/sportis.2018.4.2.3310

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A. (2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>

Artículo Original. Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. Vol. IV, nº. 3; p. 411-425, septiembre 2018. A Coruña. España ISSN 2386-8333

19. Ramos, P., Rivera, F., Pérez, R. S., Lara, L., & Moreno, C. (2016). Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso. *Escritos de Psicología*, 9(1), 42-50. doi: 10.5231/psy.writ.2015.1409
20. Rosa, A., Rodríguez-García, P. L., García-Cantó, E., y Pérez-Soto, J.J. (2015). Niveles de condición física de escolares de 8 a 11 años en relación al género y a su estatus corporal. *Ágora para la EF y el Deporte*, 17(3), 237-250.
21. Salazar, Z. (2008). Adolescencia e imagen corporal en la época de la delgadez. *Relexiones*, 87(2), 67-80.
22. Serpa, J. C., Castillo, E., de Araujo, A. G., & Giménez, F. J. (2017). Relación entre actividad física, composición corporal e imagen corporal en estudiantes universitarios. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 6(2), 39-48. doi: 10.6018/300381
23. Shavelson, R. J., Hubner, J. J. y Stanton, G. C. (1976). Selfconcept - Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407-441. doi: 10.3102/00346543046003407
24. Soto, M. N., Marín, B., Aguinaga, I., Guillén-Grima, F., Serrano, I, Canga, N.,... Annan, J. (2015). Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de Navarra. *Nutrición Hospitalaria*, 31 (5), 2269-2275.
25. Stunkard, A. J., Sorenson, T., & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. In S. S. Kety, L. P. Rowland, R. L. Sidman, & S. W. Matthysse (Eds.), *Genetics of neurological and psychiatric disorders*. (pp. 115-120). New York: Raven Press.
26. Trejo, P. M., Castro, D., Facio, A., Mollinedo, F. E., y Valdez, G. (2010). Disatisfaction with de body shape associated to the Body Mass Index in adolescents. *Revista Cubana de Enfermería*, 26(3), 144-154.
27. Urrutia, S., Azpillaga, I., Luis de Cos, G., y Muñoz, D. (2010). Relación entre la percepción de estado de salud con la práctica físico-deportiva y la imagen corporal en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10, 51-56.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: González-Carcelén, C. M.; López-Sánchez, G. F.; Sánchez-García, C.; Ibáñez Ortega, E. J.; Díaz Suárez, A. (2018). Composición corporal e imagen corporal de estudiantes de Ciencias del Deporte. *SportisSci J*, 4 (3), 411-425.

DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3443>

<http://revistas.udc.es/>