

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i1.729>

Insatisfacción con la imagen corporal y salud mental en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática

Body image dissatisfaction and mental health in university students: A systematic review

Joel Alexander García Barragán

joela.garcia@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0008-9068-6072>

Universidad Nacional de Chimborazo
Chimborazo – Riobamba – Ecuador

Diego Armando Santos Pazos

dsantos@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3038-8021>

Universidad Nacional de Chimborazo
Chimborazo – Riobamba – Ecuador

Artículo recibido: 10 enero 2025

- Aceptado para publicación: 20 febrero 2025

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

Introducción: La insatisfacción corporal se ha convertido en un problema a nivel mundial, por los estándares de belleza que promueve la sociedad, fomentando cuerpos delgados y musculosos. Los estudiantes universitarios son un grupo vulnerable que podría experimentar inconformidad con su apariencia física, incrementando el riesgo a que padezcan problemas de salud mental. **Objetivo:** Analizar la asociación entre la insatisfacción corporal y salud mental en estudiantes universitarios. **Metodología:** Se realizó una revisión sistemática, utilizando bases de datos científicas, obteniendo 15 artículos publicados entre los años 2019-2025, en inglés y español. **Resultados:** La insatisfacción corporal presenta una asociación positiva y es un factor predictivo significativo de depresión, ansiedad, disfunción social y calidad de sueño. **Discusión:** Se analizó la asociación entre la insatisfacción corporal y problemas de salud mental. Además, de identificar variables que actúan como mediadoras. **Conclusiones:** La insatisfacción corporal en estudiantes universitarios se asocia y es un factor predictivo con los problemas de salud mental. El apoyo familiar y de pares, la autorregulación emocional, la autoestima, la autoeficacia, la distracción cognitiva y el miedo a la evaluación negativa actúan como factores mediadores entre la IC y salud mental. La literatura existente sobre la relación entre la IC, disfunción social y síntomas somáticos en estudiantes universitarios es escasa.

Palabras clave: salud mental, insatisfacción corporal, depresión, ansiedad, ajuste social

ABSTRACT

Introduction: Body dissatisfaction has become a problem worldwide, due to the beauty standards that society promotes, promoting thin and muscular bodies. University students are a vulnerable group that could experience dissatisfaction with their physical appearance, increasing their risk of suffering from mental health problems. **Objective:** Analyze the association between body dissatisfaction and mental health in university students. **Methodology:** A systematic review was carried out, using scientific databases, obtaining 15 articles published between the years 2019-2025, in English and Spanish. **Results:** Body dissatisfaction presents a positive association and is a significant predictive factor of depression, anxiety, social dysfunction and sleep quality. **Discussion:** The association between body dissatisfaction and mental health problems was analyzed. In addition, identifying variables that act as mediators. **Conclusions:** Body dissatisfaction in university students is associated with and is a predictive factor with mental health problems. Family and peer support, emotional self-regulation, self-esteem, self-efficacy, cognitive distraction and fear of negative evaluation act as mediating factors between IC and mental health. The existing literature on the relationship between HF, social dysfunction and somatic symptoms in university students is scarce.

Keywords: mental health, body dissatisfaction, depression, anxiety, social adjustment

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la imagen corporal se ha convertido en un desafío para las personas, debido a la preocupación constante por alcanzar los estándares de belleza promovidos por la sociedad (Rodgers et al., 2024). El grupo con mayor riesgo de sentir inconformidad con su cuerpo, son los estudiantes universitarios, puesto que enfrentan múltiples circunstancias durante su proceso formativo, como las exigencias académicas, los cambios del desarrollo característicos de la adultez y las influencias socioculturales que fomentan como ideales estéticos, cuerpos delgados y musculosos (Leiva et al., 2020), generado una alta prevalencia de estudiantes con insatisfacción corporal, que se la considera como un factor de riesgo de distintos problemas de salud mental (Granero et al., 2023).

En este sentido, Rosales et al., (2023) evidenciaron que los estudiantes universitarios tienen un elevado porcentaje de insatisfacción corporal, que afecta principalmente a mujeres porque tienden a internalizar la delgadez y sobrestimar su peso (García y García, 2022). Además de encontrar diferencias en la autopercepción corporal según el género, donde los hombres tienden a idealizar el cuerpo mesomórfico y las mujeres el cuerpo delgado (Duno y Acosta, 2019), influenciados en gran medida por los medios de comunicación, la familia y los pares, buscando ideales estéticos de bienestar y cuidado personal (Pérez et al., 2023).

En consecuencia, la imagen corporal ha sido objeto de estudio de la comunidad científica y diversos autores han contribuido a su investigación. Schilder (1999) menciona que la imagen corporal es la representación mental que una persona construye sobre su propio cuerpo, es decir, la forma en que lo percibe. Esta representación se reconfigura constantemente a través de las experiencias individuales, como los cambios corporales o la influencia del contexto sociocultural, mediante la comparación social, las normas culturales y las relaciones interpersonales.

Asimismo, Thompson (1990) define la imagen corporal como la construcción mental que tiene un individuo sobre su apariencia física, integrada por tres componentes interrelacionados, que están influenciados por factores socioculturales, ambientales e individuales. Estos son: 1. Componente perceptual: precisión con la que una persona percibe su peso, tamaño o forma corporal. 2. Componente cognitivo-afectivo: actitudes, pensamientos, sentimientos y creencias sobre la apariencia física, valorando el grado de satisfacción o insatisfacción corporal. 3. Componente conductual: conductas derivadas de la percepción y sentimientos hacia la imagen corporal.

Por el contrario, Cash y Pruzinsky (2004) conceptualizan la imagen corporal como un fenómeno psicológico que abarca actitudes, percepciones y valoraciones que un individuo construye en relación con su apariencia física, como resultado de factores históricos y proximales. Además, enfatiza en tres actitudes claves hacia la imagen corporal: 1. Evaluación: valoraciones de satisfacción o insatisfacción corporal global o de áreas específicas. 2. Inversión: nivel de

importancia de la imagen corporal y conductas orientadas hacia mantener o mejorar la apariencia.

3. Afecto: respuestas emocionales positivas o negativas vinculadas a la evaluación corporal.

En relación con la imagen corporal, surge una alteración que ha sido conceptualizada como insatisfacción corporal, fenómeno que Garner y Garfinkel (1997) definen como la “discrepancia” entre la apariencia autopercebida y la apariencia idealizada, caracterizada por valoraciones negativas sobre el propio peso, tamaño o figura corporal, que se manifiesta a través de una preocupación excesiva por los defectos físicos, comparación con otras personas, conductas de comprobación y evitación a la exposición corporal. Como resultado, las personas experimentan baja autoestima, alteraciones emocionales, aislamiento social y conductas alimentarias de riesgo.

De igual manera, Thompson (1990) concibe la insatisfacción con la imagen corporal como un constructo multidimensional que se caracteriza por una valoración negativa de la figura corporal general o de partes específicas, que se origina cuando una persona percibe su imagen corporal real, distinta a la deseada, en base a los ideales internalizados.

Es así, que Solano y Vindel citado en Solis et al., (2017) han propuesto tres componentes para evaluar la insatisfacción con la imagen corporal:

- Insatisfacción cognitiva y afectiva: pensamientos distorsionados y malestar emocional asociados a la imagen corporal.
- Insatisfacción perceptiva: sobreestimación del peso, tamaño o figura corporal.
- Insatisfacción comportamental: conductas autodestructivas asociadas a modificar la figura corporal.

Por otro lado, la vida universitaria conlleva una serie de dificultades que convierte a los universitarios en un grupo vulnerable propenso a padecer problemas de salud mental, que a su vez se asocian con la insatisfacción corporal, manifestándose con frecuencia trastornos de la conducta alimentaria como anorexia y bulimia, intentos de suicidio, baja autoestima (Rosales et al., 2023), ansiedad y depresión (Villegas y Londoño, 2021). La OMS (2024) define la salud mental como “un estado de bienestar mental” que permite a una persona, afrontar situaciones estresantes de la vida cotidiana, potenciar sus capacidades, ser capaz de aprender, desempeñarse correctamente en el trabajo y contribuir en el progreso de su comunidad.

El cuestionario GHQ-28 es un instrumento comúnmente empleado para detectar posibles condiciones psicopatológicas, compuesto por cuatro dimensiones (Ruíz et al., 2023). La dimensión de ansiedad-insomnio que abarca sintomatología como dificultad para conciliar el sueño, despertares frecuentes, irritabilidad y tensión psíquica. Por otro lado, la dimensión depresión incluye síntomas relacionados al estado de ánimo e ideación suicida (Portero et al., 2019); dimensiones con mayor presencia en hombres universitarios (Freire et al., 2023)

Por su parte, los síntomas somáticos se refieren a la preocupación y conductas excesivas asociadas al malestar o dolor físico que pueden o no tener una causa orgánica (Bernáldez et al., 2020), en el GHQ-28 abarca síntomas como cansancio, dolor de cabeza, fatiga y malestar general.

Por el contrario, la disfunción social analiza el funcionamiento cotidiano y la incapacidad para tomar decisiones (Portero et al., 2019); dimensiones predominantes en mujeres universitarias (Freire et al., 2023).

En el marco global, el estudio de Medina et al. (2019) revelan que el 20% de estudiantes universitarios españoles presentaron altos niveles de ansiedad, mayormente en hombres, Además de un alto porcentaje de insatisfacción corporal, predominante en mujeres, identificando una correlación positiva significativa entre estas variables y aumentando el riesgo de los universitarios de sufrir trastornos de la conducta alimentaria. Asimismo, un estudio (Wu et al., 2023) muestra que estudiantes universitarios chinos con mayor insatisfacción corporal, presentaron altos niveles de depresión, síntomas que afectan especialmente al género femenino.

En Ecuador, Freire et al. (2023) reportaron que los estudiantes universitarios presentaron indicadores de problemas de salud mental. Las principales afectaciones identificadas fueron disfunción social y ansiedad-insomnio, seguido de síntomas somáticos y depresión. A diferencia de Moreta et al. (2021) que evidenciaron mayor disfunción social y somatización, en comparación con la ansiedad-insomnio y depresión.

Además, no se conoce con exactitud la prevalencia de estudiantes universitarios con insatisfacción corporal en Ecuador, pero estudios como el de Guitarra et al., (2022) indican que el 55,77% de universitarios de la ciudad de Ibarra poseían insatisfacción corporal leve, difiriendo de otro estudio, en el cual se identificó que el 80,2% de universitarios de la ciudad de Ambato no tenían preocupación por su imagen corporal. Resultados que coinciden con Solís y del Pilar (2024) donde el 54,4% de adultos jóvenes de Ambato estaban conformes con su imagen corporal, aunque grupo minoritario, conformado por mujeres tenían insatisfacción corporal. De igual forma, Salamea et al., (2019) concluyeron que universitarios de sexo masculino de la ciudad de Machala tenían mayor satisfacción corporal, en relación con las mujeres, donde el 44,39% sentían insatisfacción corporal.

En este contexto, el propósito del estudio fue realizar una revisión sistemática con el siguiente objetivo: analizar la asociación entre la insatisfacción con la imagen corporal y salud mental en estudiantes universitarios, para obtener una visión más profunda de estas variables y sirva como punto de partida para futuras investigaciones, donde se planteen programas en las universidades que incentiven la autopercepción corporal positiva.

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de investigación

El estudio es de tipo bibliográfico, enfoque cualitativo y alcance descriptivo, orientada en la recopilación, revisión y análisis de producción científica disponible en el campo de la investigación, sobre la insatisfacción corporal y la salud mental, que permitirá comprender su

asociación. Las bases de datos utilizadas para la exploración documental fueron: PUBMED, Web of Science, Scopus y Google Académico.

Estrategias de búsqueda

La investigación se fundamentó en el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) que establece un conjunto de ítems o elementos mínimos que debe incluir una revisión sistemática o metaanálisis, para garantizar su calidad, transparencia y replicabilidad. Esta metodología proporciona una lista de verificación y lineamientos que guía la elaboración del estudio bibliográfico, contribuyendo a una producción científica confiable y reproducible. Además, permite representar gráficamente el proceso de selección de estudios, mediante un diagrama de flujo (Alcoba, 2024).

La búsqueda de artículos se realizó en bases de datos científicas como PUBMED, Web of Science, Scopus y Google Académico, utilizando los operadores booleanos “AND” y “OR”, durante el mes de enero de 2025. Se consideró la literatura científica que incluyera las variables insatisfacción con la imagen corporal y salud mental, con la siguiente combinación de términos en español e inglés: (Insatisfacción con la imagen corporal OR Insatisfacción corporal) AND (((Salud Mental OR depresión) OR ansiedad) OR disfunción social) OR síntomas somáticos) AND (estudiantes universitarios); (Body image dissatisfaction OR Body dissatisfaction) AND (((Mental Health OR depression) OR anxiety) OR social disruption) OR somatic symptoms) AND (university students OR College students).

Extracción de datos

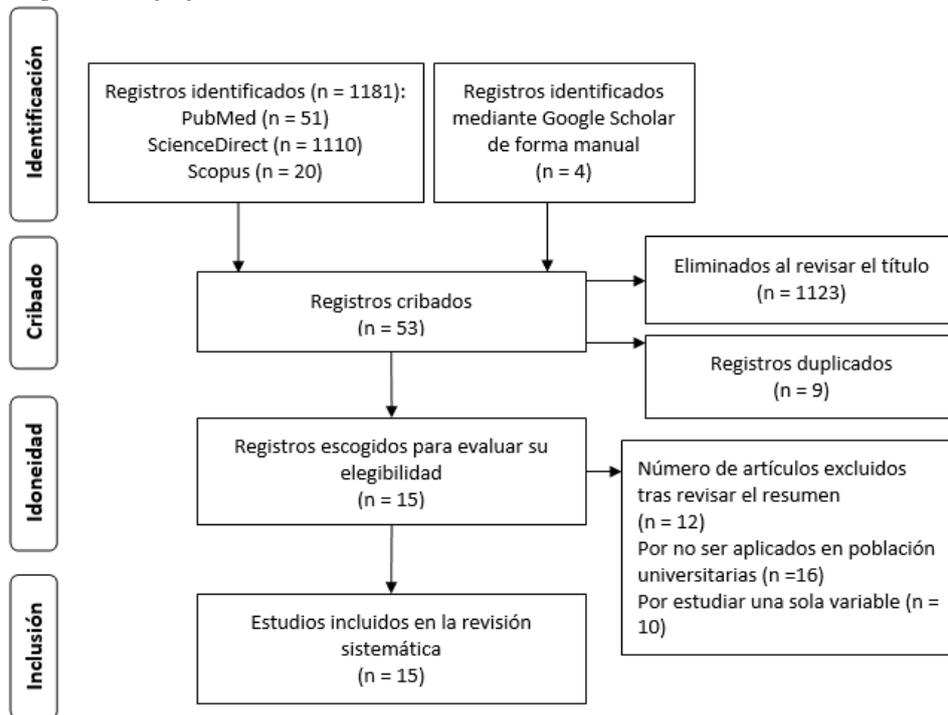
Se obtuvo 1181 resultados de la búsqueda realizada, 51 indexados en PubMed, 1110 en ScienceDirect y 20 disponibles en Scopus. Por lo que, el proceso de selección de artículos comenzó definiendo los criterios de inclusión y exclusión (Tabla 1). Siguiendo los criterios se descartó aquellos cuyo título no evidenciaba relación con la temática estudiada (n=1123), así como los estudios duplicados en las tres bases de datos (n=9). Posteriormente se eliminaron los artículos que no abordaban las variables de estudio tras leer el resumen (n=12), los estudios que no fueron aplicados en población universitaria (n=16), o solo poseían una variable de estudio (n=10), obteniendo un total de 15 artículos. También, se realizó una búsqueda en Google académico, con la combinación de términos de las variables de estudio, con la finalidad de comprobar la posible omisión de artículos relevantes para la temática estudiada (n=4). Finalmente se consideraron 15 artículos para la revisión sistemática, publicados entre los años 2019-2025, en los idiomas español e inglés, incluyendo uno del 2018 por su buena calidad metodológica.

Tabla 1*Criterios de inclusión y exclusión*

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
- Estudios publicados entre los años 2019-2025.	- Artículos mayores de seis años de publicación.
- Artículos con enfoque cuantitativo.	- Estudios con acceso restringido al texto completo.
- Publicaciones en español e inglés.	- Libros, tesis, blogs o páginas web.
- Artículos originales.	- Artículos que no incluyan ambas variables.
- Estudios realizados en población universitaria.	

Algoritmo de búsqueda

El proceso de selección de artículos mediante el método PRISMA, aplicado en esta revisión sistemática se encuentra detallado en la figura 1.

Figura 1*Diagrama de flujo PRISMA*

RESULTADOS

Tabla 2

Analizar la asociación entre la insatisfacción corporal y la salud mental

Autor/ Año	Muestra ♂=hombres ♀=mujeres	Instrumentos	Método estadístico	Asociación/ Resultados IC=Insatisfacción corporal SC= Satisfacción Corporal
Edlund et al., 2022	4262 estudiantes suecos; 1592 ♂, 2645 ♀; M=24.6 años	DASS-21- Escala de depresión ($\alpha= 0.91$) BSQ-8C ($\alpha= 0.93$)	Análisis de regresión lineal	Se encontró que la IC es un predictor significativo positivo bajo de la depresión ($\beta = 0.23$).
Liu et al., 2023	1258 estudiantes chinos; 630 ♂, 628 ♀; M=19 años	SDS ($\alpha= 0.81$) Escala de MSM y FSM ($\alpha= 0.95$)	Análisis de regresión múltiple	Se evidencia que la IC fue un predictor significativo muy alto de la depresión en el sexo femenino ($\beta = 0.917$).
Tsartsapakis et al., 2023	219 estudiantes griegos; 78 ♂, 141 ♀; M=22 años	EDI-2 ($\alpha= 0.84$) SPAS ($\alpha= 0.91$) RSES ($\alpha= 0.80-0.90$)	Coeficiente de Pearson Análisis de regresión lineal	Se identificó una asociación positiva alta entre la IC y la ansiedad física social ($r = 0.731$) La IC tiene una asociación positiva moderada con síntomas depresivos como la autoestima ($r = 0.455$) La IC fue un predictor significativo moderado de la ansiedad física social ($\beta = 0.678$).
Carillo et al., 2024	400 estudiantes peruanos; 224 ♂, 176 ♀; M=18 y 30 años	BIEPS-A ($\alpha= 0.74$) BSQ-14 ($\alpha= 0.78$)	Análisis descriptivo e inferencial	Se detectó una asociación positiva baja entre la IC y los bajos vínculos sociales ($r = 0,42$).
Hao et al., 2023	1,258 estudiantes chinos; 630 ♂, 628 ♀; 18-23 años	Siluetas de Stunkard ($\alpha=0.94$) SDS ($\alpha=0.85$) PSQI ($\alpha=0.83$)	Análisis de regresión múltiple	Se encontró que la IC fue un factor predictivo significativo muy bajo de la depresión ($\beta=0,14$). La IC fue un factor predictivo bajo de peor calidad de sueño ($\beta=0,16$)

Hong y Ahmad, 2024	150 estudiantes chinos; 67 ♂, 83 ♀; 18-24 años	MBSRO ($\alpha= 0.72$) SDS versión china ($p= 0.783$) SAS versión china ($p= 0.768$)	Coefficiente de Spearman Análisis de regresión U de Mann Whitney	Se observó una asociación negativa moderada entre la SC con la depresión ($p = -0.560$) y la ansiedad ($p = -.658$). La SC fue un predictor negativo bajo de la depresión ($\beta = -0.322$) y moderado de la ansiedad ($\beta = -0.407$). No hubo diferencias significativas en los niveles de IC, depresión y ansiedad entre hombre y mujeres ($p > .050$).
Ansari y Berg, 2019	4923 estudiantes egipcios, palestinos y finlandeses; 2081 ♂, 2840 ♀; 16-30 años	BSQ-8 ($\alpha= 0.80-0,90$) M-BDI ($\alpha=0,87-0,94$)	Análisis de regresión lineal multivariab le	Se detectó que existe una asociación positiva baja entre la IC y la depresión en Egipto, Palestina y Finlandia ($R^2=0.20-0.35$).
Thomas et al., 2022	79 estudiantes indios; 39 ♂, 40 ♀; M=17-22 años	SIAS ($\alpha= 0.88$) BIAS ($\alpha= 0.86$)	Coefficiente de Pearson	Se encontró una asociación significativa negativa moderada entre la imagen corporal positiva y los síntomas de ansiedad social ($r = -0.407$)
Han et al., 2023	251 estudiantes chinos; 145 ♂, 106 ♀; M=17-22 años	IPAQ-SF ($\alpha= 0.86$) COPS ($\alpha= 0.868$) SDS ($\alpha= 0,912$) SAS ($\alpha= 0,921$)	Correlación de Spearman Análisis de regresión	Se identificó una asociación significativa negativa baja entre la imagen corporal con la depresión ($r = -0,216$) y muy baja con la ansiedad ($r = -0,184$). La imagen corporal tuvo un efecto significativo negativo moderado en los niveles de depresión ($\beta = -0.492$) y de ansiedad ($\beta = -0.574$). La imagen corporal moduló significativamente la relación entre la actividad física y los niveles de ansiedad ($\beta = .270$)

<p>Diengdoh et al., 2022</p>	<p>348 estudiantes indios; 43,6% ♂, 56,1% ♀; M=18-24 años</p>	<p>MBSRQ-AS ($\alpha= 0.80-0,90$) RSES ($\alpha= 0.80-0,90$) BDI-II ($\alpha= 0.91-0,93$) HAM-A ($\alpha= 0.77-0,81$)</p>	<p>Correlación de Pearson Análisis de regresión múltiple</p>	<p>Se evidenció una asociación positiva significativa baja entre la imagen corporal, síntomas depresivos de autoestima ($r = 0,289$) y muy baja con la ansiedad ($r = 0,041$). La preocupación por el sobrepeso tiene una asociación positiva significativa baja con la ansiedad ($r = 0,280$) y la depresión ($r = 0,278$). La satisfacción con el área corporal tiene una asociación negativa muy baja con la ansiedad ($r = -0,138$), la depresión ($r = -0,148$) y baja con síntomas depresivos de autoestima ($r = -0,348$). La ansiedad ($\beta = .211$) y la autoestima ($\beta = .296$) fueron predictores significativos bajos de satisfacción corporal en universitarios.</p>
<p>Manzoor et al., 2024</p>	<p>924 estudiantes pakistanies; 39 ♂, 40 ♀; M=18-25 años</p>	<p>Negative Physical Self-Image FNE ($\alpha= 0.94$) ERQ ($\alpha= 0.84$) SIAS ($\alpha= 0.88$)</p>	<p>Correlación de Pearson Método Análisis de mediación Método Bootstrap Macroproceso PROCESS</p>	<p>Se observó una asociación positiva moderada entre la mala imagen corporal y la ansiedad social ($r=0,58$). La mala imagen corporal tuvo una asociación positiva moderada con el miedo a la evaluación negativa ($r = 0,62$) y negativa moderada con la autorregulación emocional ($r = -0,54$). El miedo a la evaluación negativa ($a = 0.26$) y la autorregulación emocional ($a = 0,18$) modulan indirecta y significativamente la relación entre la imagen corporal sobre la ansiedad social.</p>
<p>Wang et al., 2023</p>	<p>4262 estudiantes suecos; 1592 ♂, 2645 ♀; M=24.6 años</p>	<p>CES-D ($\alpha= 0.89$) CGSS Cuestionario propio de apoyo social basado en</p>	<p>Análisis de mediación causal Análisis de propensión ponderada</p>	<p>Se detectó que los universitarios con baja aceptación de su imagen corporal tienen menores niveles de salud mental. (-5.974^{***}). Los estudiantes de humanidades y ciencias sociales más</p>

		Drawing y Cantor's		probabilidad de tener menor salud mental debido a IC (1.392*). El apoyo familiar (0.199***) y de pares (0.123*) tienen un efecto mediador entre la IC y la salud mental.
Abbas et al, 2024	300 estudiantes pakistaníes; 150 ♂, 150 ♀; 18-35 años	BSQ-34 ($\alpha=0.96-0.97$) Escala de Kessler (K10) ($\alpha= 0.74$) WSAS ($\alpha= 0.94$)	Análisis de regresión lineal	Se identificó que la imagen corporal es un factor predictivo significativo muy bajo de autoestima ($\beta = .191$) y moderado de mala adaptación social ($\beta = .057$).
Medina et al, 2019	516 estudiantes españoles; 240 ♂, 321 ♀; 17-65 años	STAI E/R Escala AE ($\alpha= 0.90-0.93$) Escala AR ($\alpha= 0.84-0.87$) EDI-3-RF-Subescala de IC ($\alpha=0.73-0.85$)	Coficiente de Pearson Regresión lineal	Se encontró una asociación positiva baja entre la IC, con la ansiedad estado ($r = .345$) y la ansiedad rasgo ($r =.386$). La ansiedad rasgo mostró mayor influencia en la IC ($\beta = .386$) en comparación con la ansiedad estado ($\beta = .345$).
Oliveira et al., 2018	479 estudiante brasileños; 198 ♂, 281 ♀; 17-41 años	BSQ-34 ($\alpha=0.96-0.97$) SPIN ($\alpha=0.87-0.94$) BDI-II ($\alpha=0.91-0.93$)	Regresión logística	Se evidenció una asociación positiva moderada entre la IC con los síntomas de ansiedad social (OR 1.84) y fuerte con síntomas depresivos (OR 2.69) Los estudiantes con ansiedad social e IC tenían mayor probabilidad de ser mujeres (OR. 4,92) y tener síntomas depresivos (OR 2,77)

Interpretación y análisis

Los resultados del análisis bibliográfico evidencian que la insatisfacción corporal tiene una asociación significativa con la salud mental, específicamente la depresión, baja autoestima, ansiedad, bajos vínculos sociales y síntomas somáticos. Además, es considerada como un factor predictivo de ansiedad, depresión, mala adaptación social y peor calidad de sueño. Sin embargo, existen variables como el miedo a la evaluación negativa, la autorregulación emocional, el apoyo familiar y de pares que actúan como mediadores en la asociación de las variables.

DISCUSIÓN

De manera general, Wang et al., (2023) evidenciaron una asociación negativa alta entre la insatisfacción corporal y la salud mental en universitarios chinos, donde el apoyo familiar y de

pares tenía un efecto mediador alto y moderado respectivamente. En concordancia con estos hallazgos, se encontró que las actitudes familiares positivas sobre el cuerpo tienen una asociación favorable con la satisfacción corporal (Alburkani et al., 2024). Mientras que, el vínculo parental negativo tiene un efecto significativo en la insatisfacción corporal (Arshad et al., 2024). Esto sugiere que los universitarios insatisfechos con su cuerpo, tienen mayor probabilidad de experimentar problemas de salud mental, más aún, cuando carecen de vínculos parentales positivos y su sistema familiar exhibe estereotipos corporales. A diferencia, de aquellos estudiantes con soporte familiar y de amigos, que pueden reducir el impacto que tiene la insatisfacción corporal sobre la salud mental.

Con respecto a los problemas de salud mental relacionados con la insatisfacción corporal, se identificó una asociación positiva significativa con la depresión, ansiedad, bajos vínculos sociales (Regis et al., 2018; Tsartsapakis et al., 2023; Abbas et al., 2024), afectando negativamente la calidad de vida de los universitarios. Estudios similares han demostrado que este fenómeno tiene una asociación positiva con la bulimia, restricción alimentaria, dietas estrictas, anorexia nerviosa y conductas de atracón (Estrada et al., 2024; Yan et al., 2022), evidenciando que la insatisfacción corporal afecta el estado de ánimo y las relaciones interpersonales de los universitarios, sino también incrementa el riesgo que padezcan trastornos de la conducta alimentaria.

Por otro lado, al analizar específicamente la relación entre la insatisfacción corporal y la depresión, investigaciones muestran que estas variables no solo están asociadas, sino que además, la insatisfacción corporal es un factor predictivo significativo de depresión (Edlund et al., 2022; Liu et al., 2023; Hao et al., 2023). Por esta razón, los resultados muestran una asociación positiva con sintomatología depresiva como la baja autoestima (Tsartsapakis et al., 2023), que concuerda con el estudio de Estrada et al. (2025) donde encontró una asociación negativa con niveles altos de autoestima.

De manera similar, Chedid et al. (2024) hallaron una asociación significativa entre la insatisfacción corporal y la planificación suicida, aunque, la autoestima presentó un efecto mayor en el riesgo suicida general. Lo que implica que los universitarios con mayor autoestima, tienden a experimentar mayor satisfacción con su apariencia física y menor probabilidad de riesgo suicida, en comparación con aquellos estudiantes con baja autoestima. Además, estos resultados señalan que este fenómeno puede ser un factor mediador entre ambas variables.

En cuanto a la ansiedad, los estudios señalan que presenta una asociación positiva baja a moderada con la insatisfacción corporal (Han et al., 2023; Hong y Ahmad., 2024; Diengdoh et al., 2022; Medina et al., 2019). No obstante, la magnitud es consistente cuando se relaciona específicamente con la ansiedad social (Tsartsapakis et al., 2023; Thomas et al., 2022; Regis et al., 2018), corroborando los resultados de Jarrar et al. (2022) que constataron una asociación positiva moderada entre las variables. Esto puede ocurrir porque la insatisfacción corporal tiene

una asociación significativa con el miedo a la evaluación negativa (Manzoor et al. 2024). Permitiendo inferir que los universitarios inconformes con su cuerpo son más susceptibles a experimentar síntomas de ansiedad social, debido a que se preocupan con mayor frecuencia por las críticas que puedan recibir sobre su aspecto físico, provocando miedo y evitación social.

En esta misma línea, Regis et al., (2018) encontró que los estudiantes universitarios con ansiedad social e insatisfacción corporal, tenían mayor probabilidad de ser mujeres y tener síntomas depresivos. Resultados que coinciden con Jin et al. (2022) que identificaron que las mujeres presentaban mayores niveles de insatisfacción corporal y ansiedad social, en comparación con los hombres. De manera similar, el género femenino, mostró una asociación más fuerte con la preocupación por la apariencia. Esto demuestra que dicha población presta mayor atención a su aspecto físico, predisponiéndolas a desarrollar insatisfacción corporal y ansiedad social simultáneamente, condiciones que aumentan el riesgo de sufrir depresión. Por lo tanto, es fundamental fortalecer su autorregulación emocional, que tiene un efecto mediador entre la imagen corporal y la ansiedad social (Manzoor et al., 2024).

En relación con la disfunción social, existen pocas investigaciones, sin embargo, Abbas et al. (2023) señalan que la insatisfacción corporal es un factor predictivo bajo de mala adaptación social. Estos hallazgos demuestran que los universitarios que experimentan insatisfacción corporal, pueden tener más dificultades para interactuar con los demás y ajustarse a su entorno social, lo que sugiere la necesidad de investigar a profundidad la relación entre estas variables, para comprender mejor su asociación en población universitaria.

Del mismo modo, la evidencia con los síntomas somáticos es escasa, por estar inmersos en problemas como la depresión y ansiedad. A pesar de esto, estudios demuestran que la insatisfacción corporal tiene una asociación positiva y es un factor predictivo de peor calidad de sueño (Hao et al., 2023; Liu et al., 2024). De igual manera, Yiyi et al., (2024) identificaron que la imagen corporal negativa es factor predictivo de mayor intención de perder peso, aunque la autoestima y autoeficacia pueden mediar este efecto. Por otra parte, Carvalheira et al., (2016) reveló que la insatisfacción corporal tiene un efecto directo en las dificultades sexuales angustiantes, específicamente en hombres, mientras que un efecto indirecto, mediado por la distracción cognitiva en mujeres. Estos resultados manifiestan que la insatisfacción corporal podría ser un factor de riesgo en las alteraciones del sueño y disfunciones sexuales, así como estar asociado con la pérdida de peso, destacando la importancia de profundizar en su relación con los síntomas somáticos en universitarios.

CONCLUSIONES

La evidencia demuestra que la insatisfacción corporal en estudiantes universitarios tiene una asociación positiva con la depresión, ansiedad, bajos vínculos sociales, bulimia, restricción alimentaria, dietas estrictas, anorexia nerviosa y conductas de atracón, manteniendo una magnitud

moderada y consistente con la ansiedad social. Además, la IC es un factor predictivo de depresión, ansiedad, mala adaptación social, peor calidad de sueño, intención de pérdida de peso y disfunciones sexuales. Sin embargo, la literatura existente sobre la relación entre la IC, disfunción social y síntomas somáticos es escasa, por lo que, resulta fundamental profundizar en su estudio.

Por otro lado, los estudiantes universitarios con vínculos parentales negativos y familias con estereotipos corporales tienen mayor susceptibilidad a la insatisfacción corporal. Asimismo, las mujeres universitarias son más propensas a sentir preocupación por su apariencia física, incrementando el riesgo de desarrollar insatisfacción corporal y ansiedad social simultáneamente, así como la probabilidad de experimentar cuadros depresivos. Sin embargo, se identificó que el apoyo familiar y de pares, la autorregulación emocional, la autoestima, la autoeficacia, la distracción cognitiva y el miedo a la evaluación negativa pueden mediar el impacto de la insatisfacción corporal en la salud mental de los universitarios.

Finalmente, la asociación entre la insatisfacción corporal y la salud mental parece variar entre género y campo de estudio. Si bien, no existe evidencia suficiente para confirmar este hecho, constituye un punto de partida para que futuras investigaciones identifiquen estas diferencias mediante análisis por género y disciplina de estudio.

REFERENCIAS

- Alcoba Meriles, D. (2024). PRISMA y metaanálisis en la investigación científica. *Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 28(28), 13-20. Recuperado de: <http://www.scielo.org.bo/pdf/rfer/v28n28/2071-081X-rfer-28-28-13.pdf>
- Abbas, S; Batool, A. G y Shahzadi, I. (2024). Body image and Mental Health Problems among University Students. *Annals of Human and Social Sciences*, 5(1), 217-229. [https://doi.org/10.35484/ahss.2024\(5-I\)20](https://doi.org/10.35484/ahss.2024(5-I)20)
- Alburkani, B. S. S; Yousef, F. M; Arab, A y Qutub, A. A. (2024). The impact of social media and family attitudes on the body image and Eating patterns of male and female students. *Middle East Current Psychiatry*, 31(87), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s43045-024-00474-x>
- Arshad, B; Khalip, A. A y Haroon, M. (2024). Impact of parental bonding on body dissatisfaction: The mediating effect of social-cultural attitude towards Appearance among university students. *Annals of Human and Social Sciences*, 5(2), 236-244. [https://doi.org/10.35484/ahss.2024\(5-II\)23](https://doi.org/10.35484/ahss.2024(5-II)23)
- Bernáldez Jaimes, G. B; Van Barneveld, J. O; Robles Estrada, E y Domínguez Espinosa, A.C. (2023). Variables que inciden en el trastorno de síntomas somáticos: un modelo de regresión logística. *Duazary*, 17(4), 33-45. <https://doi.org/10.21676/2389783X.3598>
- Carillo Duran, B; Hernández Aparca, Y. J; López Ramírez, V. E. (2024). Bienestar psicológico e insatisfacción corporal en universitarios peruanos. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, 6(3), 5-11. <https://doi.org/10.37711/rpcs.2024.6.3.542>
- Cash, F. T y Pruzinsky, T. (2004). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, The Guilford Press.
- Chedid, G; Choueiry, P; Bechay, P; Syah, M; Al Bacha, N; Zalaket, N. (2024). Exploring body dissatisfaction and Self-esteem as predictors of suicidal behaviors among Lebanese university students. *Minerva Psychiatry*, 65(4), 364-72. <https://doi.org/10.23736/S2724-6612.24.02536-3>
- Carvalho, A; Godinho, L y Costa, A. P. (2016). The impact of body dissatisfaction on distressing sexual difficulties among men and women: The mediator role of cognitive distraction. *The Journal of Sex Research*, 1-10. <http://dx.doi.org/10.1080/00224499.2016.1168771>
- Duno, M y Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revistas chilena de nutrición*, 46(5), 545-553. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000500545>
- Diengdoh, I y Ali, A. (2022). Body Image and Its Association with Depression, Anxiety, and Self-esteem among College going Students: A Study from Northeast India. *Indian Journal of Community Medicine*, 47(2), 218-222. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_881_21

- El Ansari, W y Berg Beckhoff, G. (2019). Association of Health Status and Health Behaviors with Weight Satisfaction vs. Body Image Concern: Analysis of 5888 Undergraduates in Egypt, Palestine, and Finland. *Nutrients*, 11(12), 2860. <https://doi.org/10.3390/nu11122860>
- Edlund, K; Johansson, F; Lindroth, R; Bergman, L; Sundberg, T y Skillgate, E. (2022). Body image and compulsive exercise: are the associations with depression among university students?. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27(7), 2397-2405. <https://doi.org/10.1007/s40519-022-01374-x>
- Estrada Araoz, E. G; Ayay Arista, G; Pujaiico Espino, J. R; Yupanqui Pino, E. H; Yupanqui Pino, A; Ferreyros Yucra, J. E y Rivera Mamami, F. A. (2024). Insatisfacción corporal y los trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una universidad privada: Un estudio correlacional (Body dissatisfaction and Eating disorders in students of a private university: A correlational study). *Retos*, 6, 626-635. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.110168>
- Estrada Araoz, E. G; Cruz, O. E; Uchamaco Larico, R. G; Valdivia Cornejo, G; Huaco Arias, M. Y; Pulcha Ramírez, R. F; Yucra Ferreyros, E. J; Tejada Ruíz, O. J y Guizada Roque, O. J. (2025). Investigando la relación entre la autoestima, insatisfacción corporal y alimentación emocional en una muestra de estudiantes universitarios: un estudio correlacional. *Retos*, 62, 420-430. <http://dx.doi.org/10.47197/retos.v62.110782>
- Freire, M; Olarte Ruíz, A y Herrera Moreta, R. (2023). Bienestar subjetivo y Salud Mental en universitarios del Ecuador: análisis de relaciones latentes con SEM. *Actualidades en Psicología*, 37(135), 55-68. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v37i135.53576>
- Granero Gallegos A, Sicilia A, Sánchez Gallardo, I, Alcaraz Ibañez, M y Casaubón Medina, J. Presión cultural hacia los ideales corporales en la ansiedad físico-social en preadolescentes: un estudio longitudinal. *Psychology, Society & Education*. 2023; 15 (2): 10-18. <https://doi.org/10.21071/psye.v15i2.16129>
- García Pineda, G y García Giménez, C. (2022). Imagen y peso corporal en universitarios: Estudio comparativo México-España. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 10(3), 298-307. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2020.3.582>
- Garner, M. D y Garfinkel, E. P. (1997). *Handbook of Treatment for Eating Disorder*. The Guilford Press.
- Guitarra, K. F. y Sandoval, A. L. (2022). Hábitos alimentarios, percepción de la imagen corporal y estado nutricional en estudiantes de la Universidad Técnica del Norte, Mayo -Julio 2022. *Lauinvestiga*, 9(2), 91-102. <https://doi.org/10.53358/lauinvestiga.v9i2.801>
- Hong, W y Ahmand, N. (2024). Body Image Dissatisfaction, Depression and Anxiety in a Sample of College Students. *The Open Psychology Journal*, 17(1), 1-9. <http://dx.doi.org/10.2174/0118743501303541240521104133>

- Han, B; Du, G; Yang, Y; Chen J y Sun, G. (2023). Relationships between physical activity, body image, BMI, depression and anxiety in Chinese college students during the COVID-19 pandemic. *BMC Public Health*, 23(24), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14917-9>
- Hao, M; Liu, X; Wang, Y; Wu, Q; Yan, W; Hao, Y. (2023). The associations between body dissatisfaction, exercise intensity, sleep quality, and depression in university students in southern China. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1118855. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1118855>
- Jarrar, Y; Awobamise, O. A. Nweke, E. G. (2022). The mediating effect of social anxiety on the relationship between social media use and body dissatisfaction among university students. *Frontier in communication*, 7, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fcomm.2022.900257>
- Jin, Y; Xu, S; Chen, C; Wilson, A; Gao, D; Ji, Y; Sun, X y Wang, Y. (2022). Symptom Association between social anxiety Disorder, Appearance anxiety, and Eating disorders among Chinese University students: A network analysis to conceptualize comorbidity. *Frontiers in Public Health*, 10, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1044081>
- Leiva Acuña, V; Tapia Niklitscheck, C; Bergeret Quiñones, A y Pérez Ugarte, C. (2020). Insatisfacción de la imagen corporal y estado nutricional en estudiantes universitarios. *Revista de Psicoterapia*, 31(116). 279-294. 4. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i116.344>
- Liu, B; Liu, X; Hu, J; Wang, Y; Hao, M. (2023). The effects of body dissatisfaction, sleep duration, and exercise habits on the mental health of university students in southern China during COVID-19. *Plos one*, 18(10), e0292896. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0292896>
- Manzoor, Z; Ali, G; Nadeem, U; Fatima, S y Sultan, S. (2024). Body image impacts social anxiety: examine the chain mediation of fear of negative self evaluation and emotional self-regulation in college students. *Journal of Population Therapeutics & Clinical Pharmacology*, 31(9), 1957-1964. <https://doi.org/10.53555/1x6et962>
- Medina Gómez, M. B; Martínez Martín, M. Á; Escolar Llamazares, M. C; González Alonso, Y & Mercado Val, E. (2019). Ansiedad e insatisfacción corporal en universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(1), 13-21. <https://doi.org/10.14718/acp.2019.22.1.2>
- Moreta Herrera, R; Zambrano Estrella, J; Vélez Sánchez, H y Naranjo Vaca, S. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento Psicológico*, 19(1), 1-26. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI19.smue>
- Organización Mundial de la Salud. [OMS]. (17 de junio de 2024). *Salud mental*. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Pérez Bustinzar, AR, Valdez Aguilar, M, Rojo Moreno, L, Vázquez Radilla, CC y Barriguete Meléndez, JA. (2023). Influencias socioculturales sobre la imagen corporal en pacientes

- mujeres con trastornos alimentarios: un modelo explicativo. *Psychology, Society & Education*, 15 (2), 1-9. <https://dx.doi.org/10.21071/psye.v15i2.15608>
- Portero de la Cruz, S; Cebrino Cruz, J; Cabrera Herruzo, J y Vaquero Abellán, M. (2019). Factores relacionados con la probabilidad de padecer problemas de salud mental en profesionales de urgencia. *Revista Latinoamérica de Enfermagem*, 27:e31444. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3079-3144>
- Regis, J. M. O; Ramos Cerqueira, A.T.A; Lima, M.C.P y Torres, A. R. (2018). Social anxiety symptoms and body image dissatisfaction in medical students: prevalence and correlates. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67, 65-73. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000187>
- Rosales Inzunza, E; Tapia Díaz, C; Manríquez Valenzuela, E; Vergara Gutiérrez, Y; Riquelme Baier, B; Márquez Molina, Iván y Mosquiera Hernández, C. (2023). Autopercepción e insatisfacción de la imagen corporal con relación al IMC y porcentaje de grasa entre hombres y mujeres estudiantes universitarios chilenos. *Revista Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 20(1), 1-11. <https://doi.org/10.15359/mhs.20-1.8>
- Rodgers, R. F; Laveway, K. Campos, P y Berbert de Carvalho, H. P. (2023). Body image as a global mental health concern. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 27(10), e10. 4. <https://doi.org/10.1017/gmh.2023.2>
- Ruíz Olarte, A; Mena Freire, M y Moreta Herrera, R. (2023). Esperanza y salud mental en universitarios del Ecuador: Análisis de regresión estructural. *Psicoperspectivas*, 22(3), 155-168. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol22-Issue3-fulltext-2906>
- Salamea, R, M, Fernández, J. C y González, M. A. (2019). Obesidad, sobrepeso e insatisfacción corporal en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 40(36), 1-9. <https://www.revistaespacios.com/a19v40n36/a19v40n36p05.pdf>
- Solis Gaibor, D. M y del Pilar Vargas, A. (2024). Insatisfacción corporal y riesgo de conducta alimentaria en adultos jóvenes. *Salud Conciencia*, 3(1), e65. <https://doi.org/10.55204/scc.v3i1.e65>
- Solis Briceño, B. O; Blanco Vega, H; Solano Pinto, N y Gastélum Cuadras, G. (2017). Composición factorial del cuestionario IMAGEN en universitarios mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 35-42. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152045006.pdf>
- Schilder, P. (1999). *The Image and Appearance of the Human Body: Studies in the Constructive Energies of the Psyche*. Routledge.
- Thompson, J. K. (1990). *Body Image Disturbance: Assessment and Treatment*. Pergamon Press.
- Tsartsapakis, I; Zafeiroudi, A; Vanna, G y Gerou, M. (2023). Relationships of Body Dissatisfaction and Self-Esteem with Social Physique Anxiety among University Students

in Different Study Programs. *Trends in Psychology*, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00329-0>

- Thomas, A. S; Varghese, J. S; Abraham, N. M; Mathews, N. B y Rajan, M. P. (2022). Body image and social interaction anxiety among undergraduate students. *International Journal of Engineering Technology and Management Sciences*, 6(5), 516-522. <https://doi.org/10.46647/ijetms.2022.v06i05.080>
- Villegas Moreno, M. J. y Londoño Pérez, C. (2021). Modelo predictivo de insatisfacción con la imagen corporal. En Londoño-Pérez, C. & Peña-Sarmiento, M. (Eds.). (2021). *Perspectivas de investigación psicológica: aportes a la comprensión e intervención de problemas sociales*. Editorial Universidad Católica de Colombia. <http://dx.doi.org/10.14718/9789585133808.2021.8>
- Wu, C; Hao, M; Liu, X; Yang, D; Liu, B, Yan, W y Wang, Q. (2023). The effects of body dissatisfaction and depression levels on the dietary habits of university students in southern China during COVID-19. *Frontiers in Nutrition*, 10, 1103724. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1103724>
- Wang, X; Lu, C y Niu, L. (2023). Body image construction and mental health levels among college students: a data survey of Chinese university students. *Frontiers in Public Health*, 11, 1268775. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1268775>
- Yan, J; Su, H y Li, C. (2022). Effect of body dissatisfaction on binge Eating behavior of Chinese university students: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.995301>
- Yiyi, O; Xue, X; Jiong, L y Yanhui, Z. (2024). Reasearch on the influence of body image on collegr students Weight-loss intention: chained intermediary analysisi of efficacy and Self-esteem. *Frontiers of Psychology*, 15, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1458259>