



Revista Española de Nutrición Humana y Dietética

Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics

INVESTIGACIÓN – **versión post-print**

Esta es la versión revisada por pares aceptada para publicación. El artículo puede recibir modificaciones de estilo y de formato.

Actitud hacia el propio cuerpo en alumnos universitarios: Universidad de Alicante, 2003 y 2018

University students' attitudes towards their own bodies: University of Alicante, 2003 and 2018

Lluís Català-Oltra^{a,*}, Maria Tormo-Santamaria^b.

^a Departament de Sociologia II, Universitat d'Alacant. San Vicente del Raspeig, España.

^b Departament d'Infermeria Comunitària, Medicina Preventiva i Salut Pública i Història de la Ciència, Universitat d'Alacant. San Vicente del Raspeig, España.

* luis.catala@ua.es

Recibido: 06/05/2020; Aceptado: 17/08/2020; Publicado: 16/09/2020

CITA: Català-Oltra L, Tormo-Santamaria M. Actitud hacia el propio cuerpo en alumnos universitarios: Universidad de Alicante, 2003 y 2018. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2021; 25(1). doi: 10.14306/renhyd.25.1.1042 [ahead of print]

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética se esfuerza por mantener a un sistema de publicación continua, de modo que los artículos se publiquen antes de su formato final (antes de que el número al que pertenecen se haya cerrado y/o publicado). De este modo, intentamos poner los artículos a disposición de los lectores/usuarios lo antes posible.

The Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics strives to maintain a continuous publication system, so that the articles are published before its final format (before the number to which they belong is closed and/or published). In this way, we try to put the articles available to readers/users as soon as possible.

RESUMEN

Introducción: tras décadas de progresiva transformación de los patrones de estética corporal, el período poscrisis puede haber alterado ese proceso. Uno de los segmentos poblacionales que puede estar más afectado por esas transformaciones es el alumnado universitario. Los objetivos del presente estudio son conocer las prácticas estéticas del alumnado de la Universidad de Alicante (UA), conocer la autopercepción del propio cuerpo, establecer diferencias en función del sexo y del IMC, y comparar los resultados de la encuesta de 2018 con una equiparable de 2003.

Material y métodos: se trata de un estudio descriptivo transversal repetido, cuya estrategia de investigación es la encuesta. El tipo de muestreo es por cuotas (sexo y rama de estudios). La unidad de análisis son alumnos de grado y máster de la UA matriculados durante el curso 2017/2018 (en 2003 eran alumnos de 1º y 2º ciclos de la UA matriculados durante el curso 2002/2003). Universo poblacional: 23.827 alumnos (en 2003 eran 28.483). Tamaño de la muestra: 402 (en 2003 eran 375).

Resultados: el 78,1% está satisfecho con su propio cuerpo (70% en 2003); el 48,1% cree que su peso debería ser como el actual (42,4% en 2003). En relación al IMC, el 40% tiene una actitud desajustada con la realidad, en 2003 esta cifra superaba el 50%.

Conclusiones: en 2018 se ha constatado una mayor satisfacción con el propio cuerpo y una autopercepción menos sometida a la presión del ideal de delgadez con respecto al 2003. Asimismo, se aprecia un ajuste entre sexos.

Palabras clave: Imagen Corporal; Índice de Masa Corporal; Peso Corporal Ideal; Insatisfacción Corporal; Estudiantes; Universidades; Cirugía Plástica; Estética; Belleza.

ABSTRACT

Introduction: The post-crisis period may have had an impact on the body image of university students, after decades of progressive transformation in patterns of body aesthetics in Western countries. The objective of this study is to know the aesthetic practices of the students of the University of Alicante, their body self-perception and to compare the difference in the results of two surveys (2018 and 2003), and analyse if there are any differences according to sex and BMI.

Material and methods: This is a descriptive repeated cross-sectional study that uses a survey and quota sampling (by sex and field of study). The units of analysis are the University of Alicante's bachelor's and master's degree students enrolled during the 2017/2018 school year (in 2003 these were students of the first and second cycles enrolled in the school year 2002/2003). Universe: 23,827 students in 2017 (28,483 in 2003). Sample size: 402 in 2017 and 375 in 2003.

Results: 78.1% were satisfied with their own body (compared to 70% in 2003). 48.1% thought their weight was fine as it is (42.4% in 2003). In relation to the BMI, 40% have an unadjusted attitude towards reality, in 2003 this figure exceeded 50%.

Conclusions: Students in 2018 showed of more satisfaction with their bodies and seemed to perceive less pressure to be thin compared to 2003. Also, there is an adjustment between genders.

Keywords: Body Image; Body Mass Index; Ideal Body Weight; Body Dissatisfaction; Students; Universities; Surgery, Plastic; Esthetics; Beauty.

MENSAJES CLAVE:

1.2.0.1. Respecto a 2003, se ha constatado una mayor satisfacción con el propio cuerpo y una percepción más ajustada a la realidad, menos sometida a la presión del ideal de delgadez.

1.2.1.1. Se ha reducido la brecha de sexo en lo relativo a insatisfacción con el propio cuerpo: en 2003 la proporción de mujeres insatisfechas era mucho mayor que la de los hombres (22,5 puntos porcentuales más), y en 2018 la distancia ha menguado notablemente (13,5 puntos).

1.2.2.1. Cerca del 40% tiene una actitud respecto a su propio cuerpo desajustada en relación a su IMC. Normalmente se trata de alumnos que están en un peso normal y consideran que deben bajarlo.

INTRODUCCIÓN

La imagen corporal ha sido definida por Grogan como las percepciones, pensamientos y sentimientos de una persona sobre su cuerpo¹. En la misma línea y según Bourdieu², no es el cuerpo en sí el que establece diferencias de sexo o de otro tipo, sino nuestros esquemas de percepción sobre el propio cuerpo y sobre el mundo que nos rodea. La percepción que tenemos sobre nuestro cuerpo y el de otros está mediada por los estándares o patrones de estética corporal vigentes y por el efecto que sobre los demás tiene nuestro cuerpo en base a estos estándares³⁻⁵. Esos patrones son concretados y potenciados por los medios de comunicación de masas, y en las últimas décadas situando el ideal de cuerpo delgado⁶ como referente para todo el mundo (especialmente los países de la OCDE), y de manera más intensa los jóvenes⁷⁻¹⁰. En ocasiones, ese ideal de delgadez llega a afectar de tal manera que un cuerpo situado dentro de los parámetros de la normalidad saludable que prescribe la Organización Mundial de la Salud (OMS) es auto-percibido como sobrepesado o necesitado de una reducción de peso y, por tanto, se está produciendo una alteración de la imagen corporal^{7,9,11,12}. Es una de las cuestiones que son abordadas en nuestro estudio y que se ha detectado en numerosas investigaciones del mismo corte en todo el mundo¹³.

En este tipo de aproximaciones también se registra una actitud y una pauta de comportamiento diferenciales en función del sexo, ya que se podría decir que la prescripción social de estar delgado afecta más a las mujeres^{7,14}, mientras que en los hombres el mandato de estar delgado queda matizado por la aspiración de tener un cuerpo musculado^{12,15}; o si atendemos a las estrategias para cambiar el aspecto de sus cuerpos, las mujeres frecuentan en mayor medida las dietas y ellos recurren más al ejercicio físico⁷.

Los objetivos del presente estudio son conocer parcialmente las prácticas estéticas del alumnado de la Universidad de Alicante (UA), conocer la autopercepción del propio cuerpo, establecer diferencias en función del sexo y del IMC y comparar los resultados de la encuesta de 2018 con una equiparable de 2003, de manera que se podrá comprobar cuál ha sido la variación de estos indicadores en esta población quince años después. Los indicadores que recoge este estudio son: satisfacción con el propio cuerpo, consideración del propio peso en relación al que debería tener y disposición a someterse a una operación de cirugía estética.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se trata de un estudio observacional de medidas repetidas que Arnau y Bono denominan transversal repetido¹⁶, en tanto que la toma de información de 2018 es la segunda después de la realizada en 2003 (en ambos casos durante el mes de abril), circunstancia que permite la comparación de resultados y, por tanto, la observación de cambios en un mismo segmento poblacional 15 años después. Se tratará, por tanto, prácticamente de variaciones intergeneracionales. No obstante, no se obtienen los requerimientos para que el estudio sea considerado longitudinal.

No son muestras probabilísticas (como la gran mayoría de los estudios consultados; ver bibliografía), pero están confeccionadas con el mismo procedimiento de muestreo aplicado a una unidad de análisis equivalente, de manera que la comparación es pertinente y el ajuste a la realidad es mayor que en los habituales muestreos de conveniencia con los que se trabaja en medicina, nutrición o psicología.

La estrategia de investigación escogida es la encuesta, en su modalidad de entrevista cara a cara. El tipo de muestreo es por cuotas, en este caso de sexo (156 hombres y 246 mujeres, 38,8% y 61,2% respectivamente) y cinco ramas de estudios (artes y humanidades, ciencias, ciencias de la salud, ciencias sociales y jurídicas, e ingeniería/tecnología/arquitectura, con datos obtenidos a partir del Centro de Procesamiento de Datos de la Universidad de Alicante), con una alta desproporción a favor de las ciencias sociales y jurídicas (57,5% del total). La unidad de análisis son alumnos de grado y máster de la Universidad de Alicante matriculados durante el curso 2017/2018 (en 2003 eran alumnos de 1º y 2º ciclos de la Universidad de Alicante matriculados durante el curso 2002/2003). Universo poblacional: 23.827 alumnos de grado y máster de la U.A. (en 2003 eran 28.483). El tamaño de la muestra teórico fue 380 en ambas tomas de información, que sería la cifra necesaria para cumplir con el 95,5% de nivel de confianza y el $\pm 5\%$ de error en el supuesto de muestreo probabilístico (no es el caso, pero se decidió fijar esa cifra como referencia). Tamaño real de la muestra tras el trabajo de campo: 402 (en 2003 eran 375). Ajuste final a las cuotas a través de coeficientes de ponderación. Trabajo de campo: realizado durante el mes de abril de 2018 por las alumnas y alumnos de 3º del grado de Nutrición Humana y Dietética en el contexto de las prácticas de la asignatura Trastornos del Comportamiento Alimentario (en 2003 eran los alumnos de 1º, también en el mes de abril).

El protocolo de investigación se llevó a cabo de acuerdo con la declaración de Helsinki para estudios en humanos de la Asociación Médica Mundial, con estricto respeto a la confidencialidad de la información de acuerdo a la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de

datos de carácter personal en todos los procesos de recogida y tratamiento de la información obtenida y La Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales. Asimismo, se cumplió con los preceptos del Código Internacional ICC/ESOMAR para estudios de opinión.

Al margen de las variables de estratificación (sexo y rama de estudio) y las medidas antropométricas, en este trabajo se recogen los siguientes indicadores: Satisfacción con el propio cuerpo (variable categórica dicotómica: “sí” y “no”), Autopercepción del propio peso (variable de escala ordinal: “mi peso está por debajo del que debería tener”, “como el que debería tener”, “por encima del que debería tener”), IMC (obtenido a partir de las medidas antropométricas) y Disposición a someterse a una operación de cirugía estética (variable categórica dicotómica: “sí” y “no”). En el estudio original, se primó la aplicación de un cuestionario breve en el que se tratasen dos bloques temáticos relacionados (patrones alimentarios y actitud hacia el propio cuerpo) a través de preguntas sencillas frente a la profundización en aspectos parciales que suelen efectuar los estudios revisados con estudiantes universitarios. Uno de los pocos estudios que lo hacen de una manera similar a la que aquí se expone es el de Rodríguez et al.¹⁷. De todos modos, este escrito abordará únicamente la actitud hacia el propio cuerpo. El cuestionario está construido por el equipo de investigación con la participación de los alumnos de nutrición humana y dietética de 2003 y pretestado previamente en la propia Universidad de Alicante con 50 individuos.

El análisis de los datos se ha realizado utilizando como soporte el paquete estadístico IBM SPSS Statistics 25. Para determinar si se registran diferencias significativas entre 2003 y 2018, se ha considerado que se trata de dos muestras independientes y como no se cumplen las condiciones de parametricidad, se ha optado por pruebas no paramétricas: para la variable ordinal “Autopercepción del propio peso” y el IMC se ha recurrido a la prueba U de Mann-Whitney; y para las variables dicotómicas (“Satisfacción con el propio cuerpo” y “Disposición a someterse a una operación de cirugía estética”), la prueba Chi-Cuadrado de Pearson. Realizada la prueba de normalidad Z de Kolmogorov-Smirnov para la variable continua IMC, se ha comprobado que las distribuciones de hombres y mujeres para los dos años no son normales (niveles de significación entre 0,076 y 0,283), confirmando la necesidad de recurrir a pruebas no paramétricas.

También conviene precisar que la variable sexo será la que tenga un papel más determinante en la interpretación de los datos. En este sentido, se ha obtenido el coeficiente Chi Cuadrado para determinar la correlación entre variables. Para las medidas antropométricas se han hallado media y desviación estándar.

Respecto a la población objeto del estudio, estamos con Sánchez y De Luna cuando apuntan en su investigación que para la OMS, la adolescencia tardía comprende entre los 19 y 24 años, definiendo esta etapa como el período de vida en que el individuo se prepara para asumir la vida adulta con todas sus responsabilidades. La mayoría de los universitarios están en esta última fase de la adolescencia. Durante la etapa universitaria se adquieren hábitos que en la mayoría de los casos se mantienen en la edad adulta, por lo que los estudiantes universitarios corresponden a una población clave para las actividades de promoción y prevención en salud¹⁸, circunstancia que justifica el recurso a un tipo de universo tan acotado. De hecho, son muy habituales los estudios cuantitativos mediante encuesta sobre autopercepción del propio cuerpo o sobre prácticas alimentarias que utilizan como población estudiantes universitarios^{5,7-9,13,18-28} normalmente, como es nuestro caso, centrados en una única universidad (aunque en el estudio que nos ocupa incluimos todas las titulaciones, mientras que son habituales las aproximaciones cuantitativas a un solo grado o a una rama de estudio).

RESULTADOS

Como se puede apreciar en la Tabla 1, apenas ha variado la altura media, pero el peso medio de los hombres ha disminuido en torno a dos kilogramos, mientras que el de las mujeres ha aumentado algo más de medio kilo. Las diferencias en los 3 parámetros no son significativas estadísticamente.

Tabla 1. Características morfológicas.

Sexo		2003		2018	
		Peso	Altura	Peso	Altura
Hombre	Media	76,46	1,78	74,42	1,77
	N	167	167	156	156
	Desviación estándar	10,65	0,08	10,79	0,07
Mujer	Media	58,51	1,66	59,07	1,65
	N	208	208	245	245
	Desviación estándar	6,86	0,06	8,93	0,06
Total	Media	66,48	1,71	65,04	1,70
	N	375	375	401	401
	Desviación estándar	12,49	0,09	12,24	0,09

Nota: niveles de significación en la prueba U de Mann-Whitney superiores a 0,05.

En la Tabla 2, se observa que el 78,1% de los alumnos está a gusto con su cuerpo, lo que supone 8 puntos porcentuales más que en 2003, que es un aumento estadísticamente significativo. Y en línea con el incremento de satisfechos con el propio cuerpo, ha aumentado el porcentaje de quienes consideran que su cuerpo “está como debe estar”. De todos modos, aún es mayoritaria la proporción de alumnos que considera que debería modificar su peso, normalmente para bajarlo, aunque también en ese caso hay una variación: aumentan los que dicen que deberían pesar más y disminuyen los que opinan que deberían adelgazar.

Tabla 2. Resultados sobre actitudes hacia el propio cuerpo e índice de masa corporal en la Universidad de Alicante, 2003 y 2018.

Variables		2003	2018
Satisfacción con el propio cuerpo ⁽¹⁾	Sí	70,0%	78,1%
	No	30,0%	21,9%
	TOTAL	100,0%	100,0%
Autopercepción: "Consideras que tu peso debería estar..." ⁽²⁾	Por debajo del actual	46,2%	38,0%
	Está como debe estar	42,4%	48,1%
	Por encima del actual	11,4%	14,0%
	TOTAL	100,0%	100,0%
Índice de masa corporal-IMC ⁽³⁾	Infrapeso	4,5%	5,5%
	Normopeso	78,5%	77,3%
	Sobrepeso	15,5%	14,7%
	Obesidad	1,4%	2,5%
	TOTAL	100,0%	100,0%
Disposición a someterse a una operación de cirugía estética ⁽⁴⁾	Sí	16,8%	5,7%
	No	83,2%	94,3%
	TOTAL	100,0%	100,0%

⁽¹⁾ Nivel de significación en la prueba Chi-cuadrado de Pearson=0,007.

⁽²⁾ Nivel de significación en la prueba U de Mann-Whitney=0,015

⁽³⁾ Escala del IMC (según OMS): <18,5=infrapeso, 18,5-24,9=normopeso, 25-29,9=sobrepeso, 30 y más=obesidad. Nivel de significación en la prueba U de Mann-Whitney=0,463.

⁽⁴⁾ Nivel de significación en la prueba Chi-cuadrado de Pearson=0,000001.

Por otra parte, si en 2003 aproximadamente la sexta parte del alumnado se hubiese sometido a una operación quirúrgica para mejorar su imagen, en 2018 el porcentaje desciende más de diez puntos, para situarse en el 5,7% (ver último segmento de la Tabla 2), variación que es estadísticamente significativa según la prueba Chi-cuadrado de Pearson.

A partir de los resultados de la primera variable de la Tabla 3, queda claro que el incremento global de la satisfacción con el propio cuerpo es debido sobre todo a una modificación de las cifras de las mujeres, que pasan de un 60% a un 73%. Los hombres siguen registrando un porcentaje más elevado y su cifra relativa también ha aumentado, pero la distancia entre ambos sexos se ha reducido (de más de 20 puntos a menos de 15; las diferencias entre sexos en 2018 siguen siendo estadísticamente significativas, pero menos que en 2003).

Tabla 3. Satisfacción con el propio cuerpo, IMC medio y disposición a someterse a una operación de cirugía estética en la Universidad de Alicante en función del sexo (2003 y 2018).

Variables		Hombre	Mujer
Satisfechos con el propio cuerpo (% de "Sí")	2003 ⁽¹⁾	82,2%	59,7%
	2018 ⁽²⁾	86,2%	72,7%
IMC medio ⁽³⁾	2003	24,09	21,25
	2018	23,72	21,87
Disposición a someterse a una operación de cirugía estética	2003 ⁽⁴⁾	7,3%	24,2%
	2018 ⁽⁵⁾	1,3%	8,5%

⁽¹⁾ Nota: Chi-cuadrado de Pearson 2003=12,273, con un nivel de significación=0,0004.
⁽²⁾ Nota: Chi-cuadrado de Pearson 2018=9,279, con un nivel de significación=0,002.
⁽³⁾ Escala del IMC (según OMS): <18,5=infrapeso, 18,5-24,9=normopeso, 25-29,9=sobrepeso, 30 y más=obesidad.
⁽⁴⁾ Nota: Chi-cuadrado de Pearson 2003=17,562, con un nivel de significación=0,00003.
⁽⁵⁾ Nota: Chi-cuadrado de Pearson 2018=9,314, con un nivel de significación=0,002.

En esta misma Tabla 3, se puede apreciar que el IMC de las mujeres es inferior al de los hombres, pero la distancia se ha estrechado desde 2003, cuando el IMC de las mujeres era más de medio punto menor que el actual y el de los hombres unas décimas mayor. La cifra de las mujeres está prácticamente en la mitad del intervalo del normopeso, mientras que la de los hombres, aunque también dentro del normopeso, se acerca al límite superior próximo al sobrepeso.

Por otro lado, las mujeres que estarían dispuestas a someterse a una operación quirúrgica para mejorar su imagen son prácticamente seis veces más que los hombres. La diferencia estadísticamente significativa que se apuntaba en 2003 se mantiene en 2018, pero ambos sexos disminuyen el porcentaje notablemente.

Como se aprecia en el primer segmento de la Tabla 4, el 83% de quienes no están satisfechos con su propio cuerpo cree que debería adelgazar. Mientras, más del 60% de quienes están satisfechos no alteraría su peso, pero más del 20% de los explícitamente satisfechos opina que debería adelgazar (este porcentaje es similar al de 2003) y el 15% considera que debería aumentar de peso.

Tabla 4. Autopercepción corporal en función de la satisfacción con el propio cuerpo, el sexo y el IMC.

Variables		Autopercepción corporal: "Consideras que tu peso debería estar..."			
		Por debajo del actual	Está como debe estar	Por encima del actual	Total
Satisfacción con el propio cuerpo 2018 ⁽¹⁾	Sí	21,5%	63,1%	15,3%	100,0%
	No	83,1%	9,1%	7,8%	100,0%
	TOTAL	38,0%	48,1%	14,0%	100,0%
Sexo 2018 ⁽²⁾	Hombre	27,5%	49,7%	22,9%	100,0%
	Mujer	44,9%	47,0%	8,1%	100,0%
	TOTAL	38,0%	48,1%	14,0%	100,0%
Índice de masa corporal-IMC ⁽³⁾ 2003 ⁽⁴⁾	Infrapeso	25,0%	55,9%	19,1%	100,0%
	Normopeso	45,3%	43,2%	11,5%	100,0%
	Sobrepeso	76,5%	21,6%	2,0%	100,0%
	Obesidad	66,7%	33,3%	0,0%	100,0%
	TOTAL	46,2%	42,4%	11,4%	100,0%
Índice de masa corporal-IMC ⁽³⁾ 2018 ⁽⁵⁾	Infrapeso	9,5%	38,1%	52,4%	100,0%
	Normopeso	29,9%	57,0%	13,1%	100,0%
	Sobrepeso	80,7%	14,0%	5,3%	100,0%
	Obesidad	90,0%	0,0%	10,0%	100,0%
	TOTAL	38,0%	48,1%	14,0%	100,0%

⁽¹⁾ Chi-cuadrado de Pearson=101,8, con un nivel de significación inferior a 0,001.
⁽²⁾ Chi-cuadrado de Pearson=22,0, con un nivel de significación inferior a 0,001.
⁽³⁾ Escala del IMC (según OMS): <18,5=infrapeso, 18,5-24,9=normopeso, 25-29,9=sobrepeso, 30 y más=obesidad.
⁽⁴⁾ Chi-cuadrado de Pearson=93,7, con un nivel de significación inferior a 0,001.
⁽⁵⁾ Chi-cuadrado de Pearson=25,6, con un nivel de significación inferior a 0,001.

Tanto en hombres como en mujeres, quienes consideran que deberían mantener su peso son poco menos del 50%. Las diferencias (significativas estadísticamente) las encontramos entre quienes creen que deberían modificarlo, ya que en los hombres encontramos cierto equilibrio entre los que adelgazarían y los que engordarían, mientras que en las mujeres dominan claramente las que se sienten inclinadas a adelgazar, a pesar de que el IMC medio de las mujeres es visiblemente menor. En relación a 2003, el porcentaje de quienes creen que deberían engordar ha aumentado ligeramente en ambos sexos, a pesar de que el IMC medio ha aumentado unas décimas.

En los dos últimos segmentos de la Tabla 4 los resultados de autopercepción se obtienen en función del Índice de Masa Corporal (IMC), tanto para 2018, como para 2003. En relación a lo que indica el IMC, hay un porcentaje importante de alumnos cuyas expectativas respecto al propio cuerpo no se ajustan a lo que la OMS prescribe. Así, cerca del 50% de los que tienen infrapeso considera que no debería modificar su estado e incluso el 9,5% opina que debería adelgazar más. Aunque la mayoría de los que tienen normopeso se mantendría como está, cerca del 30% cree que debe adelgazar y el 13% que debe engordar (la presión del ideal de delgadez es mayor que la fuerza contraria). El 14% de los que tienen sobrepeso consideran que deben quedarse como están (incluso con un 5,3% que opina que tendrían que engordar). En cambio, la gran mayoría de los pocos obesos de la muestra son conscientes de que deben adelgazar.

DISCUSIÓN

Actualmente, más del 75% de los alumnos tiene un peso considerado normal según los parámetros de la OMS en línea con la mayoría de los estudios con este tipo de población^{5,7,17,19,28}. La distribución de 2003 era muy similar, si acaso con ligeramente más obesos y personas con infrapeso, y menos personas con normopeso. Por tanto, se podría decir que a pesar de que la satisfacción con el propio cuerpo ha aumentado, en 2018 habría una proporción levemente menor que en 2003 de alumnos con motivos para la complacencia. De todos modos, tampoco es pertinente hablar de una actitud incorrecta en 2018, sino más bien de una preocupación excesiva en 2003, cuando quizá el ideal de delgadez ejercía más presión que en la actualidad.

Otro resultado a destacar es el incremento global de la satisfacción con el propio cuerpo, que se debe sobre todo a una modificación de las cifras de las mujeres, que pasan de un 60% a un 73%. Los hombres siguen registrando un porcentaje más elevado y su cifra relativa también ha aumentado, pero la distancia entre ambos sexos se ha reducido (de más de 20 puntos a menos de 15). De todos modos, y como también refieren algunos autores, conviene insistir en que el porcentaje de mujeres satisfechas con su cuerpo sigue siendo menor que el de hombres^{5,28,29}.

Los resultados muestran que el IMC de las mujeres es inferior al de los hombres, en consonancia con prácticamente todos los estudios de estas características^{7,9,19}. Una posible explicación es el, por lo general, mayor porcentaje de masa muscular de los hombres, y la masa muscular es más densa que la masa grasa, es decir, que con un volumen menor puede acabar pesando lo mismo que la masa grasa. En este sentido, el IMC no es un buen indicador de la composición corporal, ya que no distingue en cuanto a la contribución de la masa magra y de la masa grasa en el peso³⁰.

El trabajo recoge que las mujeres están dispuestas en una proporción seis veces mayor que los hombres a someterse a una prueba para mejorar su imagen. La diferencia estadísticamente significativa que se apuntaba en 2003 se mantiene en 2018, pero cabe destacar que ambos sexos disminuyen el porcentaje notablemente, confirmando que la obsesión por la imagen ya no es la de la generación anterior. Mientras, y frente al 8,5% actual de las alumnas de la Universidad de Alicante, en la Universidad Autónoma de Nayarit (México), la cifra se elevaba al 55,8% sólo cinco años atrás²².

Otro resultado que merece mención, es el que se refiere a la modificación del peso. Como se ha comentado en los resultados hay un cierto equilibrio entre los hombres que adelgazarían y los que engordarían, sin embargo, las diferencias son estadísticamente significativas en las mujeres, donde dominan claramente las que se sienten inclinadas a adelgazar, a pesar de que el IMC

medio de las mujeres es visiblemente menor, estas diferencias de sexo ya se han encontrado en otros estudios^{21,31,32}.

Como ya se ha comentado, los resultados de autopercepción se obtienen también en función del Índice de Masa Corporal (IMC), tanto para 2018, como para 2003. En conjunto, un 38,9% considera que debería actuar con su cuerpo de manera diferente a como prescribe la OMS. Es una cifra elevada, pero muy inferior a la que se desprende de los resultados de Castejón et al. para estudiantes universitarios de la vecina Murcia, donde el porcentaje de predisposiciones erróneas se eleva al 58%⁵ o en estudios similares en Chile³³.

Este estudio no incluye indicadores capaces de explicar qué motiva los cambios en las percepciones, valoraciones y predisposiciones de los alumnos universitarios. Entendemos que un conjunto de elementos estará actuando para favorecer estos cambios, entre ellos la limitación de las tallas pequeñas en las pasarelas³⁴, la renormalización de los cuerpos de hombres y mujeres en la televisión, la extensión gradual de la moda *curvy* y las tallas grandes^{35,36} o, en general, la adopción de hábitos más saludables. Los pasos que se han dado deben reforzarse, tanto en los centros educativos, como, sobre todo, en los medios de comunicación. Para ello, es necesario que las autoridades públicas en materia de salud, tengan la misma determinación que mostraron en 2006 contra el tabaco, las tallas pequeñas o la comida rápida³⁷, e impulsen, por ejemplo, la superación del concepto "tallas grandes" para recuperarlo en una oferta normalizada, la imposición de un tallaje o IMC mínimo para aparecer en programas de televisión, o el endurecimiento de la normativa sobre la cirugía estética enfocada a la pérdida de peso. Los datos indican que la tendencia es la correcta, pero son necesarios pasos más firmes para consolidarla.

Por último, el presente estudio ha permitido comprobar que los resultados de 2018 se adecuan en mayor medida al mandato del organismo internacional de salud que los de 2003, cuando el ideal de delgadez ejercía una presión notablemente mayor, de manera que sólo el 19,1% de los que tenía infrapeso consideraba que debía incrementar su peso y el 25% incluso opinaba que debía bajar más. Cerca de la mitad de los que tenían peso normal creía que debía adelgazar. También el porcentaje de personas con sobrepeso que consideraba que debía bajar era superior al de 2018. En conjunto, el desajuste en 2003 era del 51% (frente al 38,9% de 2018), es decir, más de la mitad tenía una creencia errónea respecto a lo que debía hacer con su propio cuerpo en términos de salud. Actualmente, una amplia mayoría está en sintonía con los parámetros de la OMS.

Una posible limitación del estudio es que las medidas antropométricas (peso y altura) son auto-referidas en el marco de la entrevista estructurada. Somos conscientes que la toma de

información ideal es con observación directa a partir de la medición con instrumentos de precisión, como es habitual en gran parte de los estudios de este tipo^{7,9,17,23,25,26}. Pero el procedimiento autorreferido también está presente en investigaciones de estas características y suelen proporcionar resultados similares, en tanto que los sujetos suelen estar informados de su propio peso, y la reducción a promedios minimiza los posibles desajustes^{5,19,21,24}. Como fortaleza, cabe destacar el valor de contar con una repetición del estudio inicial 15 años después, de modo que podemos contemplar prácticamente variaciones intergeneracionales. Además, los resultados de 2018 son consistentes con los obtenidos en otra encuesta similar de 2017, que ya fue comparada con los de 2003³⁸.

CONCLUSIONES

Respecto a 2003, se ha constatado una mayor satisfacción con el propio cuerpo y una percepción más ajustada a la realidad, menos sometida a la presión del ideal de delgadez entre los alumnos de la UA. También, se ha observado un incremento notable del porcentaje de mujeres que están satisfechas con su cuerpo. A pesar del alto grado de satisfacción con el propio cuerpo, más de la mitad de los alumnos de la UA cree que debería modificar su peso. Para las mujeres, el deseo de variación del peso normalmente implica adelgazar, mientras que para los hombres hay un relativo equilibrio entre engordar y adelgazar, resultados mejores que en 2003. Un alto porcentaje de los alumnos tiene un IMC normal, al igual que en 2003. Se ha observado una reducción del porcentaje de los alumnos de la UA que tiene una actitud desajustada respecto a su propio cuerpo en relación a su IMC desde 2003. Normalmente se trata de alumnos que están en un peso normal y consideran que deben bajarlo. También se ha reducido el porcentaje de alumnos que se sometería a una operación de cirugía estética para mejorar su imagen, respecto a 2003. Las mujeres son claramente más proclives a realizar este tipo de intervenciones y ya lo eran en 2003.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Ambos autores han participado en el diseño del método, análisis de la información, obtención de resultados y tablas, en la generación de conclusiones y discusión, y transmiten su conformidad a los criterios de autoría de los firmantes y su filiación profesional. No obstante, el peso de LCO ha sido quizá mayor en el diseño metodológico y el análisis de datos, mientras que el de MTS ha sido más notable en la revisión bibliográfica y su conexión con el estudio original, incluyendo la comparación de datos.

FINANCIACIÓN

Los autores expresan que no ha existido financiación para realizar este estudio.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

REFERENCIAS

- (1) Grogan S. Body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children. East Sussex: Routledge; 2008.
- (2) Bourdieu P. El sentido social del gusto. Elementos para una sociología de la cultura. Madrid: Siglo XXI; 2011.
- (3) Rizo M. Discusiones sociológicas y filosóficas en torno al cuerpo y la producción de sentido: una lectura desde los aportes de Goffman, Bourdieu y Merleau-Ponty. Razón y Palabra. 2015;91.
- (4) Raich RM. Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Madrid: Pirámide; 2000.
- (5) Castejón MA, Berengüí R, Garcés de los Fayos, EJ. Relación del índice de masa corporal, percepción de peso y variables relacionadas con los trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes universitarios. Nutr Clin Diet Hosp. 2016;36(1):54-63.
- (6) Williams L, Germov J. The thin ideal: women, food and dieting. En: Germov J, Williams L, editores. A sociology of food and nutrition. Melbourne: Oxford Univ. Press; 1999.
- (7) Zaccagni L, Masotti S, Donati R, Mazzoni G, Gualdi-Russo E. Body image and weight perceptions in relation to actual measurements by means of a new index and level of physical activity in Italian university students. J Transl Med. 2014;12-42.
- (8) Walzer A. Pedagogías del cuerpo. La construcción espec(tac)ular del cuerpo femenino en el reality show español. RLCS. 2009;64:203-09.
- (9) Míguez M, De la Montaña J, González J, González M. Concordancia entre la autopercepción de la imagen corporal y el estado nutricional en universitarios de Ourense. Nutr Hosp. 2011;26(3):472-79.
- (10) Ramos C, Navas J. Influence of Spanish TV commercials on child obesity. Public Health. 2015;129:725-31.
- (11) Sepúlveda AR, León JA, Botella J. Aspectos controvertidos de la imagen corporal en los trastornos de la conducta alimentaria. Clínica y Salud. 2004;15(1):55-74.
- (12) Mendieta G. Percepción de cuerpo e imagen corporal masculina: una revisión narrativa. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología. 2014;14(1):17-30.
- (13) Ohara K, Kato Y, Mase T, Kouda K, Miyawaki C, Fujita Y et al. Eating behavior and perception of body shape in Japanese university students. Eat Weight Disord. 2014;19(4):461-68.

- (14) Girona MJ. Malestares en las mujeres. Pamplona: Universidad Pública de Navarra (tesis doctoral); 2017. <https://academica-e.unavarra.es/xmlui/handle/2454/28789>.
- (15) Romeu V, Cerón C, Piñón M. ¿Qué hacen los hombres con su cuerpo? Una exploración de los sistemas de significación y cognición en torno al cuerpo masculino en jóvenes universitarios en el DF. Razón y Palabra. 2016;92:37.
- (16) Arnau J, Bono R. Estudios longitudinales. Modelos de diseño y análisis. Escritos de Psicología 2008;2(1):32-41.
- (17) Rodríguez A, Fernández R, Quintana I, Jiménez S. Estado nutricional, imagen corporal y prácticas alimentarias, en un grupo de estudiantes universitarios cubanos. Provincia de Sancti Spíritus. Rev Esp Nut Com. 2011;17(2):66-72.
- (18) Sánchez MA, De Luna E. Hábitos de vida saludable en la población universitaria. Nutr Hosp. 2015;31(5):1910-19.
- (19) Cervera F, Serrano R, Vico C, Milla M, García MJ. Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria. Nutr Hosp. 2013;28(2):438-46.
- (20) Oakes ME, Slotterback CS, Mecca EK. Gender differences in perceptions of normal body weights. Current Psychology. 2003;22(2):93-99.
- (21) Wardle J, Haase AM, Steptoe A. Body image and weight control in young adults: international comparisons in university students from 22 countries. Int J Obes. 2006;30(4):644-51.
- (22) Figueroa MR, Careaga G. La opción de la reconfiguración estética: estudio en jóvenes universitarias. Revista de Estudios de Género La Ventana. 2013;4(37):324-60.
- (23) Soto MN, Marín B, Aguinaga I, Guillén F, Serrano I, Canga N et al. Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de Navarra. Nutr Hosp. 2015;31(5):2269-75.
- (24) Zazpe I, Marqués M, Sánchez-Tainta A. Hábitos alimentarios y actitudes hacia el cambio en alumnos y trabajadores universitarios españoles. Nutr Hosp. 2013;28(5):1673-81.
- (25) Da Silva G, Pereira M, Miranda R, De Campos W. Sobrepeso y práctica de actividad física asociados con la conducta alimentaria de estudiantes universitarios brasileños. Nutr Hosp. 2015;32(2):616-21.
- (26) Valdés-Badilla P, Godoy-Cumillaf A, Herrera-Valenzuela T, Durán-Agüero S. Comparación en hábitos alimentarios y condición física entre estudiantes de educación física y otras carreras universitarias. Nutr Hosp. 2015;32(2):829-36.

- (27) Sánchez V, Aguilar A. Hábitos alimentarios y conductas relacionadas con la salud en una población universitaria. *Nutr Hosp.* 2015;31(1):449-57.
- (28) Benítez AM. Hábitos alimentarios de riesgo en la población universitaria extremeña. Badajoz: Universidad de Extremadura (tesis doctoral); 2016.
- (29) Román P, Munera R, Rus T, Pinillos F. La satisfacción corporal en adultos españoles, influencia del sexo, edad y estado ponderal. *RIDEP.* 2018;47(2):83-94.
- (30) Moreno M. Definición y clasificación de la obesidad. *Revista Médica Clínica Las Condes.* 2012;23(2):124-28.
- (31) Ramos A, Hernández RP, Abraham WM, Urquídez R, Barahona I, Villalobos R. Body shape as body image determinant in university students. *Nutr Hosp.* 2017;34(5):1112-18.
- (32) Cruzat-Mandich C, Díaz-Castrillón F, Lizana P, Aravena M, Haemmerli C. Diferencias en imagen corporal de jóvenes con normopeso y con sobrepeso/obesidad. *Nutr Hosp.* 2017;34(4):847-55.
- (33) Durán-Agüero S, Beyzaga-Medel C, Miranda-Durán M. Comparación en autopercepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios evaluados según Índice de Masa Corporal y porcentaje de grasa. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2016;20(3):180-89.
- (34) Guedes S. Pasarela Cibeles: de la extrema delgadez a las extremas medidas. *Página Abierta.* 2006;175:38-40.
- (35) Mañas-Viniegra L, Veloso A-I, Cuesta U. Fashion Promotion on Instagram with Eye Tracking: Curvy Girl Influencers Versus Fashion Brands in Spain and Portugal. *Sustainability.* 2019;11.
- (36) Limatius H. Fat, curvy or plus-size? A corpus-linguistic approach to identity construction in plus-size fashion blogs. En: Juntunen H, Sandberg K, Kocabaş MK, editores. *In Search of Meaning Literary, Linguistic, and Translational Approaches to Communication.* Tampere: University of Tampere; 2018.
- (37) Díaz JA. Retórica periodística y controversias biopolíticas: el caso de las noticias sobre la polémica de las 'hamburguesas gigantes'. *Signos.* 2011;44(75):4-17.
- (38) Català L, Apryshko V, Celdrán J, Dítkun I, Fernández-Aracil A, Fernández-Núñez A et al. Pautas de consumo alimentario y actitud hacia el propio cuerpo en los alumnos de la Universitat d'Alacant. En: Correa A, Ramos G, Eugenio M, López G, editoras. *Construir hábitos y entornos saludables en la universidad.* Valladolid: Universidad de Valladolid; 2018. p. 49-70.