



Universidad
Finis Terrae

UNIVERSIDAD FINIS TERRAE
FACULTAD DE ODONTOLOGÍA
ESCUELA DE ODONTOLOGÍA

**DIFERENCIAS RELACIONADAS AL GÉNERO EN LA AUTO-
PERCEPCIÓN DE IMAGEN Y OTROS PROBLEMAS EN SALUD EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**

JAVIERA BRADAYANES
SUHEY LARA

Tesis de grado presentada a la Facultad de Odontología de la Universidad Finis
Terrae para optar al Título profesional de Cirujano Dentista

Profesor Guía: Patricia Moya Rivera

Santiago, Chile
2025

DEDICATORIA, AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, agradecemos a Dios por guiarnos y darnos la fortaleza para llegar hasta este momento. Su presencia nos acompañó en cada etapa del camino, dándonos esperanza y fe incluso en los momentos más difíciles.

Agradecemos a nuestra Docente guía, la Dra. Patricia Moya Rivera, por su enorme ayuda, dedicación y apoyo incondicional durante todo el proceso de realización de esta tesis. Su orientación y compromiso fueron fundamentales para llevar a cabo este trabajo, y valoramos profundamente su calidad humana y profesional.

También queremos agradecer de todo corazón a nuestras familias, quienes nos brindaron su apoyo, ánimo y paciencia a lo largo de estos años. Sabemos que muchas veces no comprendían del todo nuestras frustraciones o problemas relacionadas con la carrera, pero aun así, con todo su amor, hicieron lo posible por acompañarnos y sostenernos en este proceso.

A todos ellos, gracias por ser parte esencial de este logro.

ÍNDICE

RESUMEN	4
Abstract.....	5
Introducción.....	6-7
Marco teórico	8-15
Hipótesis.....	16
Objetivos.....	16
Metodología.....	17-20
Resultados	20-24
Discusión	24-27
Conclusiones.....	27
Bibliografía.....	28-30
Anexo.....	31-32

RESUMEN

Introducción: La imagen corporal, entendida como la percepción subjetiva del propio cuerpo, ha cobrado relevancia en el ámbito universitario, influida por factores personales, sociales y culturales. En un entorno marcado por redes sociales y estándares estéticos poco realistas, la autopercepción corporal puede verse distorsionada, afectando negativamente la autoestima, la salud mental y el bienestar. Las mujeres suelen experimentar mayor insatisfacción ligada a ideales de delgadez, mientras que los hombres tienden a aspirar a una imagen más musculosa. Estas presiones, aunque distintas, se asocian con ansiedad, depresión, estrés y trastornos alimentarios. **Objetivo:** Analizar la auto-percepción de la imagen corporal y la salud mental en estudiantes universitarios según género. **Material y método:** Estudio transversal aplicado a estudiantes de odontología de la Universidad Finis Terrae (2025), mayores de 18 años. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, con un tamaño muestral equivalente al 60% de la población matriculada. **Resultados:** Participaron 106 estudiantes (67,9% mujeres; media de edad: 19,8 años). En general, los participantes presentaron una percepción moderadamente negativa de su imagen corporal, con baja satisfacción respecto a su apariencia y vestimenta. Los hombres mostraron una percepción más positiva que las mujeres, con diferencias significativas en ítems como “casi todo el mundo me considera guapo” ($p=0,004$). Las mujeres tendieron a evaluarse de forma más crítica. En salud mental, el 70% presentó estrés clínico, el 61% ansiedad y el 50% depresión en niveles moderados o superiores. Las mujeres reportaron significativamente mayores niveles de estrés ($p=0,001$) y ansiedad ($p=0,0008$). **Conclusión:** Se evidencia una alta insatisfacción corporal y malestar emocional entre universitarios, especialmente en mujeres. Se recomienda implementar estrategias preventivas y programas psicoeducativos con enfoque de género para promover una imagen corporal saludable y fortalecer la salud mental. **Palabras clave:** imagen corporal, salud mental, percepción, género, bienestar universitario.

ABSTRACT

Introduction: Body image, understood as the subjective perception of one's own body, has gained relevance in the university context, influenced by personal, social, and cultural factors. In an environment shaped by social media and unrealistic aesthetic standards, body self-perception can become distorted, negatively impacting self-esteem, mental health, and well-being. Women tend to experience greater dissatisfaction related to thinness ideals, while men often aspire to a more muscular image. Although different, these pressures are associated with anxiety, depression, stress, and eating disorders. **Objective:** To analyze body image self-perception and mental health among university students by gender. **Materials and Methods:** Cross-sectional study conducted among dentistry students at Finis Terrae University (2025), aged over 18. A non-probability convenience sampling method was used, with a sample size equivalent to 60% of the enrolled population. **Results:** A total of 106 students participated (67.9% women; mean age: 19.8 years). Overall, participants reported a moderately negative perception of their body image, with low satisfaction regarding appearance and clothing. Men showed a more positive perception than women, with significant differences in items such as "most people think I am good-looking" ($p = 0.004$). Women tended to evaluate themselves more critically. In terms of mental health, 70% showed clinical levels of stress, 61% anxiety, and 50% depression at moderate or higher levels. Women reported significantly higher levels of stress ($p = 0.001$) and anxiety ($p = 0.0008$). **Conclusion:** High levels of body dissatisfaction and emotional distress were observed among university students, particularly in women. It is recommended to implement preventive strategies and psychoeducational programs with a gender-sensitive approach to promote a healthy body image and strengthen mental health.

Keywords: body image, mental health, perception, gender, university well-being.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la imagen corporal ha cobrado una importancia significativa en la vida de los individuos, especialmente entre los jóvenes universitarios. La imagen corporal se define como la percepción, pensamientos y sentimientos que una persona tiene respecto a su propio cuerpo, influenciada por factores personales, sociales y culturales(1). En un contexto donde los medios de comunicación y las redes sociales imponen estándares estéticos poco realistas, la autopercepción del cuerpo puede verse distorsionada, afectando la autoestima, la salud mental y el bienestar social de las personas jóvenes (2). Este fenómeno se manifiesta de forma distinta entre hombres y mujeres, evidenciando diferencias de género que merecen ser analizadas con profundidad (3).

La población universitaria se encuentra en una etapa de transición marcada por presiones académicas, sociales y personales, lo que la convierte en un grupo especialmente vulnerable. Las expectativas estéticas impuestas, junto con la necesidad de aceptación social, pueden desencadenar una autoevaluación negativa del cuerpo, afectando el bienestar integral del estudiante (4).

Estudios recientes han demostrado que las mujeres presentan mayor insatisfacción corporal que los hombres, debido a la presión sociocultural por alcanzar ideales de delgadez, mientras que los varones tienden a buscar una imagen corporal musculosa(5,6). Esta presión, aunque distinta en forma, impacta negativamente en ambos géneros. La internalización de estos ideales puede estar relacionada con trastornos de la conducta alimentaria (TCA), ansiedad, depresión y estrés, especialmente en jóvenes expuestos constantemente a modelos corporales poco realistas (7).

En este contexto, el uso de redes sociales se ha convertido en un factor de riesgo clave. Plataformas como Instagram, TikTok o Snapchat fomentan un entorno de

comparación social, en el que la exposición constante a cuerpos idealizados lleva a una mayor insatisfacción corporal (8). Esta exposición frecuente puede generar una autovaloración centrada exclusivamente en la apariencia, distorsionando la percepción de un cuerpo sano y promoviendo malestar psicológico(9). Las mujeres tienden a verse más afectadas por estos patrones, aunque los hombres no están exentos, particularmente en plataformas que promueven el ideal de cuerpo atlético o musculoso (10).

La relevancia de abordar esta problemática radica en la necesidad de comprender cómo la autopercepción de la imagen corporal se relaciona con la salud mental y social de los estudiantes universitarios. Conocer estas relaciones permitirá implementar acciones preventivas, programas de salud mental y estrategias de educación emocional que contribuyan al bienestar integral en el entorno universitario (4,7). Asimismo, la influencia del uso de redes sociales es fundamental para proponer intervenciones educativas que fomenten una relación más saludable con el cuerpo y la imagen.

Con base en lo expuesto, el presente estudio tiene como objetivo analizar la auto-percepción de la imagen corporal y la salud mental en estudiantes universitarios según género.

MARCO TEÓRICO

La imagen corporal: definición y relevancia

La imagen corporal se refiere a la representación mental que una persona tiene de su cuerpo, así como a las emociones, pensamientos y actitudes que genera hacia él. Esta construcción es subjetiva, se forma desde la infancia y se modifica continuamente a lo largo del ciclo vital, la que se ve modulada por experiencias personales, familiares, culturales y sociales (11)

La importancia de este constructo radica en el fuerte vínculo que presenta con el autoestima, la salud mental y la calidad de vida. La autopercepción de la imagen corporal puede ser positiva o negativa. Una imagen corporal positiva está asociada con mayor confianza en uno mismo, bienestar psicológico y mejores habilidades sociales. Por el contrario, una imagen corporal negativa está marcada por la insatisfacción, distorsión o rechazo hacia su propio cuerpo , siendo capaz de desencadenar trastornos alimentarios, depresión, ansiedad, aislamiento social e incluso conductas autolesivas (2,12)

La imagen corporal incluye al menos cuatro dimensiones clave: (1) la **percepción del tamaño y forma corporal**, (2) las **actitudes cognitivas** hacia el cuerpo (como pensamientos de aceptación o rechazo), (3) las **emociones asociadas** (ansiedad, vergüenza, orgullo), y (4) las **conductas relacionadas** (como evitar los espejos o dietas extremas) (Kling et al., 2019). Estas dimensiones interactúan entre sí y pueden afectar el bienestar psicológico, bienestar físico , las relaciones sociales y la identidad personal.

En el contexto universitario, la imagen corporal cobra especial relevancia, ya que los estudiantes enfrentan una etapa de autodefinición e integración social, en la que la apariencia física suele tener un peso significativo en la percepción del propio valor y aceptación social (12)

Factores que influyen en la formación de la imagen corporal

La construcción de la imagen corporal es un proceso continuo influenciado por diversos factores individuales y contextuales. Entre ellos destacan:

- Factores individuales: la historia personal, la genética, experiencias de trauma o bullying, y la autoestima influyen directamente en cómo una persona se ve a sí misma.
- Factores familiares y educativos: comentarios recibidos en la infancia y adolescencia, actitudes de los padres hacia sus propios cuerpos, y los valores corporales transmitidos por el entorno educativo pueden moldear la autoimagen.
- Factores culturales y sociales: la cultura impone determinados estándares de belleza, generalmente inalcanzables, que se internalizan desde temprana edad.
- Medios de comunicación y redes sociales: hoy en día son uno de los principales agentes de socialización estética. A través de ellos se difunden estereotipos corporales idealizados que impactan directamente en la percepción del cuerpo (12).

Redes sociales y construcción de la imagen corporal

En la actualidad, las redes sociales digitales se han convertido en uno de los principales contextos socioculturales que moldean la imagen corporal, especialmente entre mujeres y hombres jóvenes. Plataformas como Instagram, TikTok y similares funcionan como escaparates visuales donde predominan imágenes estilizadas, editadas y ajustadas a estándares corporales poco realistas. Esta constante exposición a representaciones idealizadas ha promovido un clima de comparación social centrado en la apariencia física, en el que el valor personal se mide en función de la aprobación virtual recibida (likes, comentarios y seguidores), generando una relación directa entre autoestima y atractivo corporal percibido (6,8)

Investigaciones recientes señalan que esta exposición continuada puede deteriorar significativamente la autopercepción corporal. Gualdi-Russo et al. (2022) observaron que, en contextos donde el contenido visual enfatiza ideales inalcanzables, tanto hombres como mujeres presentan mayores niveles de insatisfacción con su apariencia, en especial si interactúan con publicaciones que promueven cuerpos “perfectos” o extremadamente delgados/musculosos (1,2). Este fenómeno genera un desplazamiento de la valoración corporal hacia lo externo y visual, dejando en segundo plano dimensiones funcionales o de bienestar (3). Así, los jóvenes internalizan la idea de que el cuerpo ideal debe ser estéticamente validado por los demás, lo que debilita la conexión con una imagen corporal positiva y saludable.

Comparación social y trastornos psicológicos

La comparación social, entendida como el proceso de evaluar el propio cuerpo en relación con otros, desempeña un papel central en el vínculo entre redes sociales e insatisfacción corporal. Este tipo de comparación tiende a ser ascendente, es decir, dirigida hacia personas percibidas como más atractivas o exitosas físicamente, lo que provoca sentimientos de inferioridad, vergüenza e insatisfacción con el propio cuerpo (4). La exposición repetida a estos estímulos no solo afecta la autoimagen, sino que contribuye al desarrollo de trastornos psicológicos complejos.

Uno de los efectos documentados con mayor frecuencia es el aumento de los síntomas asociados a la dismorfia corporal, un trastorno caracterizado por una preocupación excesiva por supuestos defectos físicos. Holland & Tiggemann (2021) indican que el uso intensivo de redes sociales está directamente relacionado con un incremento en la disconformidad con la imagen corporal, particularmente en mujeres jóvenes, quienes muestran una mayor tendencia a evitar interacciones sociales y a modificar compulsivamente su apariencia digital y física (8).

Este tipo de comparaciones y la búsqueda constante de validación estética también se han vinculado con el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA), sintomatología depresiva, ansiedad y, en casos extremos, ideación suicida (6). Hazzard et al. (2020) encontraron que la exposición frecuente a contenido centrado en la delgadez o el ideal fitness puede afectar negativamente el estado emocional diario y aumentar el riesgo de conductas alimentarias desadaptativas. Asimismo, Al Riyami et al. (2024) concluyeron que estos efectos son recursivos y circulares: cuanto mayor es la insatisfacción corporal, más aumenta el uso de redes sociales para controlar la imagen proyectada, lo que a su vez aumenta la comparación y el malestar psicológico.

Diferencias de género en la autopercepción corporal

La autopercepción de la imagen corporal difiere sustancialmente entre hombres y mujeres, no solo en cuanto a los ideales físicos perseguidos, sino también en la manera en que estos ideales afectan la autoestima, la salud mental y el comportamiento social. Estas diferencias no son aleatorias ni biológicamente determinadas, sino que están profundamente mediadas por construcciones socioculturales, normas de género, y expectativas históricas que han asignado distintos valores y significados al cuerpo masculino y femenino (12,13).

Schuster et al. (2023) demostraron que las mujeres tienden a presentar mayores niveles de insatisfacción corporal que los hombres. Esta diferencia se relaciona con el ideal de delgadez impuesto culturalmente a las mujeres, que asocia valor y éxito con un cuerpo esbelto, joven y sin imperfecciones. Por el contrario, los hombres suelen buscar un cuerpo musculoso y atlético, por lo que su insatisfacción corporal gira en torno a la falta de masa muscular o definición física.

A. Presión estática diferencial y estereotipos de género: Desde una edad temprana las mujeres se ven expuestas a mensajes que asocian a que su valor se encuentra en su apariencia física. La presión por cumplir con ideales de belleza como ser joven, delgada, sin imperfecciones y sexualizado se impone

principalmente en los cuerpos femeninos. Por el contrario , los hombres suelen recibir mensajes que se orientan al rendimiento , la fuerza, y la funcionalidad corporal, en donde se valora su masa muscular , la estatura y la apariencia atlética (14,15)

- B. Insatisfacción corporal y comparación social: La comparación social ascendente compararse con quienes poseen una imagen corporal considerada “mejor” o “más atractiva” es más frecuente e intensa en mujeres jóvenes. Portingale et al. (2024) señala que experimentan efectos bidireccionales diarios entre el uso de redes sociales , la satisfacción corporal y los impulsos hacia conductas alimentarios desordenadas, es decir que las emociones derivadas de esta insatisfacción las motivan a seguir interactuando con contenido dañino, en un ciclo que refuerza el malestar. (16). Por su parte, los hombres también sufren insatisfacción corporal, aunque en menor proporción y generalmente orientada a la musculatura, el tamaño corporal y el rendimiento físico. No obstante, estudios recientes muestran que los hombres universitarios están comenzando a mostrar una creciente preocupación por su imagen, especialmente en contextos hipervisualizados como redes sociales o ambientes deportivos (14). Esta tendencia, aunque distinta en su forma, conlleva también riesgos psicosociales, como la vigorexia, el uso de suplementos y la ansiedad por la imagen.
- C. Diferencias en el impacto psicológico y en la respuesta conductual: Las consecuencias psicológicas de la insatisfacción corporal también difieren entre géneros. En mujeres, se han reportado con mayor frecuencia síntomas depresivos, ansiedad social, baja autoestima, y conductas alimentarias restrictivas o purgativas. En cambio, en hombres se observan más comúnmente síntomas de ansiedad por la masa muscular, así como conductas de riesgo como el sobre entrenamiento, la autoexigencia física o el uso de esteroides (17,18). Vall-Roqué et al. (2021) advierten que durante situaciones de estrés social, como fue el confinamiento por COVID-19, estas diferencias se acentúan. Las mujeres jóvenes aumentaron su exposición a redes sociales, incrementando la presión por mantener una imagen estética idealizada, lo que correlacionó con

mayores niveles de insatisfacción corporal y reducción de autoestima. Estos efectos no se presentaron con la misma intensidad en los hombres, lo que refuerza la hipótesis de que los estándares estéticos impuestos sobre las mujeres generan un impacto psicológico más fuerte y duradero. Además, las mujeres tienden a expresar su malestar corporal de manera más introspectiva (culpa, rechazo, dietas), mientras que los hombres pueden canalizarlo hacia conductas externas o instrumentalizadas (ejercicio, competición, alteración de imagen para ganar estatus). (19)

- D. Sensibilidad diferencial ante el contenido en redes sociales: Las mujeres jóvenes tienden a verse más afectadas emocionalmente por contenidos en redes sociales relacionados con belleza, moda y estilo de vida, mientras que los hombres se sienten más influenciados por publicaciones sobre musculación y rendimiento físico (2,3,6). A pesar de reconocer que muchas imágenes están editadas, las mujeres experimentan mayor malestar, insatisfacción corporal y baja autoestima tras la exposición a estos contenidos (4,8,9). Esta mayor sensibilidad se relaciona con la presión sociocultural hacia la apariencia física y la auto-objetivación del cuerpo femenino (12,15) Además, la comparación constante en redes refuerza un ciclo de malestar e insatisfacción que afecta principalmente a mujeres (16).

Factores socioculturales y estereotipos corporales

La percepción de la imagen corporal no se construye en el vacío, sino que responde a normas y estereotipos culturales que varían según la época, el contexto y el grupo social. En la actualidad, los estereotipos corporales dominantes son altamente restrictivos y excluyentes, dejando fuera una gran diversidad de cuerpos reales (12,19).

Estas representaciones refuerzan estándares inalcanzables que asignan valor estético principalmente a la delgadez en mujeres y a la musculatura en hombres, lo que genera presión constante por cumplir con dichos ideales (1,2). Las plataformas visuales, como Instagram o TikTok, operan como escenarios donde ciertos cuerpos

reciben validación social mediante “likes” y comentarios, mientras que otros son invisibilizados o estigmatizados (4,9)

El entorno actúa favorece la comparación social y la autoevaluación crítica, lo que incrementa la probabilidad de desarrollar insatisfacción corporal, ansiedad y conductas de riesgo orientadas a modificar la imagen física (6,16). De este modo, los estereotipos corporales actúan como reguladores sociales que delimitan qué cuerpos son aceptables y cuáles no, afectando directamente el bienestar psicológico y la autoimagen, especialmente en jóvenes.

Impacto en la salud mental y relacional

Las consecuencias de una imagen corporal negativa no se limitan al plano físico, sino que impactan profundamente en la salud mental y social. Estudiantes universitarios que presentan insatisfacción corporal reportan mayores niveles de ansiedad social, dificultades en la construcción de vínculos afectivos, retraimiento social y bajo rendimiento académico (17). Estos efectos son más intensos en mujeres, quienes además suelen recibir mayor presión social por parte de su entorno en cuanto a su apariencia (18).

Uno de los efectos más comunes de la insatisfacción corporal es la ansiedad social, que se manifiesta como una preocupación persistente por cómo será percibido el cuerpo por los demás. Esto puede derivar en comportamientos evitativos, como rehuir actividades sociales, esconder el cuerpo con ropa amplia, o limitar el contacto afectivo. Liu et al. (2022) encontraron que, entre estudiantes universitarios, una menor apreciación corporal se relaciona significativamente con mayores síntomas depresivos y ansiosos, así como con una menor funcionalidad social. (3) A su vez, estudios como el de Griffiths et al. (2021) sugieren que la constante comparación física, especialmente mediada por redes sociales, contribuye a la vulnerabilidad emocional y al deterioro de la autoestima (6).

El vínculo entre imagen corporal y autoestima es clave: cuando el cuerpo no se ajusta a los ideales internalizados, la autovaloración se ve perjudicada. Esta disminución de la autoestima tiene efectos negativos en la autorregulación emocional, reduciendo la capacidad para enfrentar la frustración, los conflictos y las críticas. Gualdi-Russo et al. (2022) sostienen que las diferencias de género también influyen, observándose que las mujeres tienden a presentar una autoestima más frágil frente a la presión estética y al no cumplimiento de los estándares de belleza socialmente promovidos (1)

Al Riyami et al. (2024) identificaron que las mujeres jóvenes con mayor exposición a redes sociales presentaban niveles significativamente más altos de insatisfacción corporal y de riesgo de desarrollar TCA (4). De igual forma, Griffiths et al. (2021) advierten que los varones también pueden verse afectados, particularmente por ideales musculares poco realistas, lo que ha sido vinculado al desarrollo de dismorfia muscular. (6)

Finalmente, la insatisfacción corporal puede interferir directamente en el desempeño académico y funcional. Las emociones negativas persistentes, como la inseguridad y la baja autovaloración, afectan la concentración, la participación en clase y la disposición a involucrarse en actividades grupales o de liderazgo. Holland y Tiggemann (2021) señalan que este impacto emocional tiende a aislar a los jóvenes, limitando su desarrollo personal y académico, y perpetuando un ciclo de retraimiento social e insatisfacción (8)

Evaluación de la imagen corporal en la investigación científica

Desde el punto de vista metodológico, la evaluación de la imagen corporal ha sido abordada mediante escalas y cuestionarios validados que permiten identificar niveles de insatisfacción, distorsión perceptiva, y conductas de riesgo asociadas. Kling et al. (2019), en su revisión sistemática, recopilan diversas herramientas ampliamente utilizadas, como el *Body Shape Questionnaire* (BSQ), el

Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) y escalas específicas adaptadas a contextos universitarios (20). Estas herramientas permiten correlacionar variables como género, uso de redes sociales, autoestima, salud mental y conductas alimentarias, lo que resulta fundamental para diseñar intervenciones y programas de prevención más eficaces y contextualizados (20).

HIPÓTESIS

Una autopercepción de la imagen corporal no satisfactoria aumenta la probabilidad de padecer depresión, estrés, ansiedad, y es más fuerte en el género femenino.

OBJETIVOS

. **Objetivo General:** Analizar la auto-percepción de la imagen corporal y la salud mental en estudiantes universitarios según género.

A. Objetivos Específicos

- A)** Determinar la auto-percepción de la satisfacción con la imagen corporal, según género.

- B)** Determinar el componente de salud mental (depresión, estrés, ansiedad) que tienen los estudiantes universitarios según género.

METODOLOGÍA

1) Diseño del estudio

Se llevó a cabo un estudio de tipo transversal, cuantitativo y descriptivo, orientado a analizar la percepción de la imagen corporal y la salud mental en estudiantes universitarios de la carrera de Odontología.

2) Universo y muestra

La población de estudio correspondió a todos los estudiantes mayores de 18 años matriculados durante el año 2025 en la carrera de Odontología de una universidad privada en Chile. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, con el objetivo de alcanzar al menos el 60% del total de estudiantes matriculados, permitiendo así una cobertura representativa de la población estudiada. Este enfoque buscó maximizar la participación dentro de los cursos de primer, segundo y tercer año.

3) Recolección de datos

La recolección de datos se realizó mediante un cuestionario autoadministrado en formato digital. El instrumento incluyó:

- Un módulo de antecedentes sociodemográficos (edad, sexo, año de estudio, entre otros).
- El Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire (MBSRQ), instrumento validado que evalúa la percepción y actitud hacia la imagen corporal.
- La escala DASS-21, que mide síntomas de depresión, ansiedad y estrés a través de 21 ítems distribuidos en tres subescalas.

Previamente a la aplicación, se presentó un consentimiento informado digital, el cual debía ser aceptado para continuar con la encuesta. El acceso al cuestionario fue facilitado mediante un código QR entregado por los docentes encargados de asignaturas en los tres primeros años de la carrera. La aplicación se realizó en sala,

durante el horario académico, y tuvo una duración estimada de 15 a 20 minutos por participante. Cada estudiante dispuso de un plazo máximo de 5 días para completar la encuesta, la cual se aplicó en una única oportunidad durante el periodo de recolección, que se extendió por un mes.

4) Variables

Cuadro de operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Naturaleza de la variable	Nivel de medición	Instrumento u obtención de datos.	Indicador o codificación.
Salud mental	Estado general de bienestar que incluye: estrés, ansiedad, depresión.	Cuantitativa	Ordinal	Preguntas específicas dentro del cuestionario aplicadas a sección salud mental	Puntuación en subescalas de : salud mental (estrés, ansiedad, depresión)
Percepción y satisfacción con la imagen corporal	Representación mental, emociones, pensamientos y actitudes que una persona tiene respecto a su propio cuerpo. puede ser positiva / aceptación) o negativa(rechazo)	Cuantitativa	Ordinal	Cuestionario MBSRQ	Puntajes en escalas del cuestionario. -Alta puntuación=may or satisfacción. -Baja=mayor insatisfacción.
Sexo	Condición bi, femenina o masculina que distingue a los seres humanos.	Cualitativa	Nominal	Pregunta cerrada en el cuestionario	1= hombre 2= mujer 3= otro

Análisis e interpretación de los datos:

Para el análisis de los datos, se utilizaron estadísticas descriptivas y pruebas inferenciales. Las medidas de tendencia central (media) y dispersión (desviación estándar) se emplearon para describir los resultados obtenidos en las subescalas de percepción de imagen corporal, estrés, ansiedad y depresión, diferenciadas por sexo. En cuanto al análisis por género, se trabajó con dos categorías (hombre y mujer), excluyéndose otras identidades de género debido a una baja representación (n=5), lo que impedía realizar comparaciones estadísticamente robustas.

Para determinar diferencias significativas entre ambos grupos, se aplicó la prueba t de Student para muestras independientes, dado que las variables analizadas eran de tipo cuantitativo continuo y se comparaban entre dos grupos. Previamente, se evaluó el cumplimiento del supuesto de normalidad mediante la prueba de Shapiro-Wilk. El nivel de significancia estadística se estableció en $p < 0,05$. Aquellos valores inferiores a este umbral fueron considerados estadísticamente significativos.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Esta investigación sigue las recomendaciones de estudios internacionales de esta naturaleza, por lo tanto, se resguardaron los aspectos propios de la debida información de los participantes, así como también su autonomía y la privacidad en la aplicación de los cuestionarios, la garantía de confidencialidad de la información y la devolución a aquéllos de los resultados derivados del estudio. El Comité ético científico de la Universidad Finis Terrae fue el organismo encargado de conceder la aprobación ética de la encuesta. El equipo de investigación completo conoce las buenas prácticas clínicas.

RESULTADOS

Este estudio consideró la participación de 106 estudiantes que respondieron la encuesta, siendo mayoritariamente mujeres (67,9%).

En la Tabla 1 se muestra la media de edad de los participantes, siendo de 19,8 años (DE: 2,0) con un rango mínimo y máximo entre 18 y 29 años.

El peso promedio de los participantes fue de 64,2 kg (DE :13,18) con un rango mínimo y máximo entre 45 y 104 kg.

La talla promedio fue de 1,65 mts. (DE:0,08) con un rango mínimo y máximo de 1,43 y 1,86 mts.

Tabla 1. Características sociodemográficas y clínicas de la muestra estudiada

Variable	(n, %)
Sexo: Hombre	29 (27,4)
Mujer	72 (67,9)
Otro	5 (4,7)
Total	106 (100)
Edad (media en años)	19,8 (DE: 2,0)
Peso (Kilogramos)	64,2 (DE: 13,18)
Talla (centímetros)	1,65 (DE: 0,08)

*Nota: Los datos se expresan en frecuencia absoluta y porcentaje.
La edad se presenta como media y desviación estándar (DE).*

En la tabla 2 se presenta la distribución de la percepción de la satisfacción con la imagen corporal en una muestra de 106 estudiantes. Las medias oscilaron entre 1,60 y 2,80.

El ítem con menor media fue “Me gusta cómo me queda mi ropa” (M= 1,60; DE= 0,89), mientras que el de mayor media fue “No soy físicamente atractivo” (M= 2,80 ; DE=1,08).

En cuanto a las medianas, estas variaron entre 1 y 3. La desviación estándar se mantuvo entre 0,84 Y 1,21, indicando variabilidad moderada en las respuestas.

Tabla 2. Distribución de la percepción de la satisfacción con la imagen

Percepción de la imagen corporal	Frecuencia	Media	Mediana	D.E
Mi cuerpo es sexualmente atractivo	106	1,99	2	1,02
Me gusta mi aspecto tal y como es	106	1,77	1	1,01
Casi todo el mundo me considera guapo	106	1,92	2	0,84
Me gusta mi cuerpo sin ropa	106	2,11	2	1,11
Me gusta cómo me queda mi ropa	106	1,60	1	0,89
No me gusta mi físico	106	2,54	2	1,21
No soy físicamente atractivo	106	2,80	3	1,08

Nota: Ítems obtenidos del Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire (MBSRQ).

En la Tabla 3 se presenta la distribución de la percepción de la imagen corporal según género en una muestra de hombre y mujeres. Los valores de media para los hombres oscilaron entre 1,51 y 2,58, mientras que en mujeres se situaron entre 1,66 y 2.91.

El análisis estadístico mostró una diferencia significativa únicamente en el ítem “Casi todo el mundo me considera guapo” (p= 0,004). En los demás ítems, los

valores de p se mantuvieron por sobre 0,05, sin diferencias significativas entre géneros.

Tabla 3. Distribución de la percepción de la satisfacción con la imagen según género.

Percepción de la imagen corporal	Hombre	Mujer	p-valor
Mi cuerpo es sexualmente atractivo	2,17	1,88	0,200
Me gusta mi aspecto tal y como es	2,03	1,68	0,120
Casi todo el mundo me considera guapo	2,27	1,76	0,004
Me gusta mi cuerpo sin ropa	2,06	2,11	0,862
Me gusta cómo me queda mi ropa	1,51	1,66	0,455
No me gusta mi físico	2,31	2,65	0,200
No soy físicamente atractivo	2,58	2,91	0,158

Nota: Prueba estadística Chi2 , valor $p < 0,05$

La Tabla 4 muestra la distribución de los síntomas emocionales de los participantes en las subescalas de estrés, ansiedad y depresión. Para el estrés, el 18,18% de los estudiantes se ubicó en el rango normal.

En la subescala de ansiedad, 31,31% presentó valores normales, 22,22% leves, 32,32% moderados, 7,07% severos y 7,07% muy severos.

En depresión, el 37,76% se encontró en nivel normal, 24,49% en leve, 19,39% en moderado, 11,22% en severo y 7,14% en muy severo.

Tabla 4. Distribución de los síntomas emocionales de los participantes

Subescala	Media	Normal f (%)	Leve f (%)	Moderado f (%)	Severo f (%)	Muy severo f (%)
Estrés	1,72	18	24	35	11	11
	16,14	(18,18)	(24,24)	(35,35)	(11,11)	(11,11)
Ansiedad	1,36	31	22	32	7	7
	13,23	(31,31)	(22,22)	(32,32)	(7,07)	(7,07)
Depresión	0,96	37	24	19	11	7
	13,03	(37,76)	(24,49)	(19,39)	(11,22)	(7,14)

Nota: Clasificación realizada según la escala DASS-21 (Depression, Anxiety and Stress Scale-21 ítems)

La Tabla 5 presenta la distribución de la media de síntomas emocionales de estrés, ansiedad y depresión en los participantes, diferenciados por sexo.

En la subescala de estrés y depresión en los participantes, diferenciados por sexo. En la subescala de estrés, la media fue de 1,10 en hombres y 1,97 en mujeres, con valor p de 0,001.

En ansiedad, los hombres obtuvieron una media de 0,71% mientras que las mujeres registraron una media de 1,71%, con valor p de 0,0008.

En cuanto a la subescala de depresión, la media fue de 1,18 en hombres y 1,23 en mujeres, con valor p de 0,851. Se utilizó la prueba estadística Chi2 y se consideró un valor de $p < 0,05$ como significativo.

Tabla 5. Distribución de la media de síntomas emocionales de Estrés, Ansiedad y depresión de los participantes por sexo.

Subescala	Hombre	Mujer	p-valor
Estrés	1,10	1,97	0,001
Ansiedad	0,71	1,71	0,0008
Depresión	1,18	1,23	0,851

Nota: Prueba estadística Chi2 , valor $p < 0,05$

DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue analizar la auto-percepción de la imagen corporal y la salud mental en estudiantes universitarios según género. Los resultados obtenidos permiten observar diferencias relevantes entre hombres y mujeres tanto en la percepción de su imagen corporal como en las dimensiones emocionales evaluadas (estrés, ansiedad y depresión). Si bien no todas las diferencias alcanzan significación estadística, las tendencias observadas aportan información valiosa para la comprensión de las experiencias diferenciadas por sexo en torno al cuerpo y la salud mental.

Con relación a la imagen corporal en general, los hombres reportaron una percepción más positiva de su imagen corporal en comparación con las mujeres. Esto se evidencia en ítems como “mi cuerpo es sexualmente atractivo” o “me gusta mi aspecto tal y como es”, donde los hombres obtuvieron medias más altas. La única diferencia estadísticamente significativa se observó en el ítem “casi todo el mundo me considera guapo”, en el cual los hombres puntuaron significativamente más alto que las mujeres ($p = 0.004$). Este resultado podría reflejar una mayor autoconfianza o menor presión social en los varones respecto a los estándares de belleza.

Aunque las diferencias en los ítems negativos (“no me gusta mi físico” y “no soy físicamente atractivo”) no fueron estadísticamente significativas, se aprecia que las mujeres tienden a auto valorarse de manera más crítica. Esta tendencia es consistente con investigaciones que señalan una mayor insatisfacción corporal en mujeres, posiblemente influenciada por factores socioculturales y mediáticos que promueven ideales corporales poco realistas para el género femenino (5,12,15)

En relación con las subescalas de malestar emocional, las diferencias por sexo fueron más marcadas. Las mujeres presentaron niveles significativamente más altos de estrés y ansiedad en comparación con los hombres. Estos hallazgos sugieren una mayor vulnerabilidad emocional en el grupo femenino, lo cual ha sido documentado en diversos estudios que vinculan estas diferencias con factores hormonales, sociales y de carga psicosocial (3,5,12,14,18)

Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas en los niveles de depresión, lo cual indica que, al menos en esta muestra, hombres y mujeres reportan niveles similares de síntomas depresivos. Este resultado puede deberse a múltiples factores, como el momento vital de los participantes, diferencias en la disposición a reportar síntomas o incluso limitaciones del instrumento utilizado (3,12)

Los resultados evidencian patrones consistentes con la literatura sobre género, cuerpo y salud mental: las mujeres tienden a experimentar mayor presión en relación con su imagen corporal y a presentar mayores niveles de malestar emocional, particularmente ansiedad y estrés. Estos hallazgos subrayan la importancia de desarrollar intervenciones preventivas y psicoeducativas con enfoque de género, que promuevan la autoaceptación corporal y fortalezcan habilidades de afrontamiento emocional, especialmente en mujeres jóvenes (4,7,9,10)

Este estudio aporta evidencia relevante en el contexto chileno, donde los trabajos sobre autopercepción corporal y salud mental en universitarios son aún escasos en comparación con otras muestras de estudio. Estos resultados refuerzan la necesidad de implementar intervenciones preventivas en el ámbito universitario, como programas de educación emocional, consejerías de salud mental y talleres de aceptación corporal que integren el uso crítico de redes sociales. Asimismo, la participación obtenida constituye una fortaleza metodológica, ya que permite representar de manera adecuada a los estudiantes de odontología de la universidad. En conjunto estos hallazgos no solo evidencian las diferencias de género en la percepción corporal y el malestar psicológico, sino que también subrayan la importancia de diseñar políticas institucionales orientadas a la promoción del bienestar integral de los jóvenes universitarios. (6,8-10,13,17,19)

A pesar de los hallazgos obtenidos, este estudio presenta diversas limitaciones que deben ser consideradas al interpretar los resultados. La muestra no fue representativa de la población general por lo que los resultados podrían no generalizarse a otros contextos o grupos demográficos.

El estudio se basa en un diseño transversal, lo que impide establecer relaciones causales entre las variables, siendo otra de las limitaciones de este estudio. Las diferencias observadas entre hombres y mujeres en imagen corporal y malestar emocional solo reflejan asociaciones en un momento puntual, sin poder determinar si una variable influye en otra a lo largo del tiempo.

Las medidas utilizadas fueron cuestionarios de autorreporte, lo que introduce la posibilidad de sesgos como la deseabilidad social o la subestimación de síntomas emocionales, especialmente en hombres, quienes pueden mostrar menor disposición a reconocer malestar psicológico debido a normas de género tradicionales. Aunque se evaluaron aspectos importantes como ansiedad, estrés, depresión e imagen corporal, no se incluyeron otras variables que podrían ofrecer

una visión más completa, como autoestima, uso de redes sociales, actividad física o historia de trastornos alimentarios.

Futuros estudios deberían considerar un diseño longitudinal, muestras más amplias y diversas, y el uso de instrumentos mixtos (cuantitativos y cualitativos) para obtener una comprensión más profunda y matizada de las diferencias de género en salud mental e imagen corporal.

CONCLUSIÓN

Los resultados de este estudio revelan diferencias significativas por sexo en la percepción de la imagen corporal y en el malestar emocional. En particular, los hombres mostraron una percepción corporal más positiva en comparación con las mujeres, aunque solo una de las diferencias fue estadísticamente significativa. En contraste, las mujeres reportaron niveles significativamente más altos de estrés y ansiedad, lo cual concuerda con hallazgos previos sobre la mayor vulnerabilidad emocional del género femenino.

Estas diferencias sugieren la necesidad de abordar la salud mental y la percepción corporal desde una perspectiva de género, reconociendo las presiones socioculturales que afectan de forma diferenciada a hombres y mujeres. Las intervenciones preventivas deberían promover el desarrollo de una imagen corporal saludable, así como estrategias de afrontamiento emocional efectivas, especialmente entre las mujeres jóvenes.

Este estudio contribuye a una comprensión más profunda de cómo el género influye en la experiencia subjetiva del cuerpo y en la salud emocional, ofreciendo una base valiosa para futuras investigaciones e intervenciones psicoeducativas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Gualdi-Russo E, Toselli S, Campa F, Maietta Latessa P. Body image perception, body dissatisfaction and their relationships with physical activity in university students. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(3):1654.
2. Sánchez C, Chu MD, et al. Feelings about bodies: Emotions on diet and fitness forums reveal gendered stereotypes and body image concerns. *arXiv preprint arXiv:2403.09351*. 2024.
3. Liu W, Zhou Z, Wang Y. Body appreciation, social anxiety, and depression among college students: The mediating role of self-esteem. *J Affect Disord*. 2022;311:57–64.
4. Al Riyami S, Al Kalbani S, Al Sinani M. Body dissatisfaction and eating disorder risk among university students: The mediating role of social media exposure. *J Eat Disord*. 2024;12(1):45.
5. Schuster S, Krahé B, Schultze-Krumbholz A. Gender differences in body image dissatisfaction: The role of cultural beauty standards and peer influence. *Sex Roles*. 2023;89(5–6):223–39.
6. Griffiths S, Murray SB, Krug I. The role of social media in body image concerns, eating disorders and muscle dysmorphia in young people: A review. *J Adolesc*. 2021;94:99–114.
7. Hazzard VM, Schaefer LM, Schaumberg K, Crosby RD. The effects of exposure to thin-ideal media on body dissatisfaction: A meta-analysis. *Clin Psychol Sci*. 2020;8(2):326–45.
8. Holland G, Tiggemann M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*. 2021;36:249–62.
9. Vall-Roqué H, Andrés A, Saldaña C. Influence of COVID-19 lockdown on body dissatisfaction and eating disorder risk among adolescent and young women: The role of social media and comparison. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(16):8560.

10. Portingale C, Pearson CM, Smith KE. Daily associations between social media use, body dissatisfaction, and disordered eating behaviors in young women. *Int J Eat Disord*. 2024;57(2):213–25.
11. Hosseini SA, Padhy RK. Distorsión de la imagen corporal (archivado) [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 [actualizado 2023 Sep 4; citado 2025 Jun 15]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546582/>
12. García-León R, Gutiérrez-Carmona MJ. Autopercepción corporal, salud mental y redes sociales en universitarios: una revisión narrativa. *Rev Psicol Salud*. 2021;33(1):45–54.
13. Ruiz RM, Alfonso-Fuertes I, González Vives S. Impact of social media on self-esteem and body image among young adults. *Eur Psychiatry*. 2022;65(Suppl 1):S585.
14. Schuster L, Malmberg L, Rantanen J, Karvonen S. Gender differences in body dissatisfaction and body mass perception in university students. *Health Promot Int*. 2023;38(1):daac134.
15. Huang Q, Wang Y, Li X. The role of gender in the relationship between social media use and body image dissatisfaction: A meta-analysis. *Comput Hum Behav*. 2022;134:107312.
16. Portingale J, Girardin S, Liu S, Fuller-Tyszkiewicz M, Krug I. Daily bi-directional effects of women's social media-based appearance comparisons, body satisfaction, and disordered eating urges. *J Eat Disord*. 2024;12(1):96.
17. Tufail MW, Saleem M, Fatima SZ. Relationship of social media and body image dissatisfaction among university students. *Pak J Appl Psychol*. 2022;2(1):25–32.
18. Samuels KL, Maine MM, Tantillo M. Disordered eating, eating disorders, and body image in midlife and older women. *Curr Psychiatry Rep*. 2019;21(8):70. doi:10.1007/s11920-019-1057-5
19. Vall-Roqué H, Andrés A, Saldaña C. The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among

adolescent and young women. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry*. 2021;110:110293. doi:10.1016/j.pnpbp.2021.110293

20. Kling J, Kwakkenbos L, Diedrichs PC, Rumsey N, Frisén A, Brandão MP, et al. Systematic review of body image measures. *Body Image*. 2019;30:170–211.

ANEXO 1



**ACTA DE RESOLUCIÓN NUEVO ESTUDIO
COMITÉ ÉTICO CIENTÍFICO UNIVERSIDAD FINIS TERRAE
Reacreditado por SEREMI de Salud
Resolución Exenta N°2313656478 del 08 de abril de 2024**

Fecha y N° de Sesión: 14 de abril del 2025, sesión n°3

ID Protocolo: 24-072

Título del Proyecto: Diferencias relacionadas al género en la autopercepción de imagen y otros problemas de salud en estudiantes universitarios

Investigador Responsable: Patricia Caro Moya

Unidad Académica: Facultad de Medicina, Instituto de Salud Pública, Universidad Andrés Bello.

Miembros del Comité que participaron en la aprobación del estudio:

Karin Weinborn Astudillo, Vice-presidenta CEC-UFT
Andrea Villagrán Torres, Secretaria Ejecutiva CEC-UFT
María Angélica Sotomayor, Abogado miembro externo
Enrique Navarro Beltrán, Abogado miembro externo
Francisca Valdivieso Undurraga, Facultad de medicina
Paulo López Soto, Instituto de Bioética
Carolina Caffarena, Facultad de Educación, psicología y Familia
Bryan Sáez Becerra, representante comunidad

Documentos recibidos y revisados por el Comité:

- Proyecto de Investigación
- Curriculum vitae del investigador
- Certificado de título profesional
- Anexo I "Ficha de presentación"
- Anexo II "Compromiso del Investigador"
- Anexo III "Respaldo Unidad Académica"
- Anexo IV "Resumen del proyecto de investigación para evaluación ética"
- Anexo V "Documento de Consentimiento Informado"

Considerando que:

1. La investigadora responsable referido cuenta con la experiencia necesaria para la conducción y el desarrollo de este tipo de estudio;
2. La metodología descrita es apropiada para el cumplimiento del objetivo general del estudio que consiste en: *Analizar el efecto de la auto-percepción de la imagen corporal como*

Enero 2024



Universidad
Finis Terrae.

Comité
Ético Científico

3.- La presente aprobación ética tiene una **validez de un año**, al cabo del cual deberá solicitar su renovación, con al menos 45 días de anticipación si desea continuar con el estudio. Si no ha recibido la respuesta oficial a su solicitud, el investigador deberá detener las actividades del proyecto, no podrá enrolar a ningún nuevo participante y no podrá proceder con el análisis de los datos.

4.- En la eventualidad de requerir cualquier modificación al estudio o a los documentos aprobados originalmente, la investigadora deberá notificarlo al Comité por medio de una enmienda al correo cec@uft.cl para la evaluación y emisión de una nueva acta de resolución ética.

Muy cordialmente,

Mg. Andrea Villagrán Torres
Secretaria Ejecutiva CEC-UFT



Karin Weinborn Astudillo
Presidenta (s) CEC-UFT

EN CASO DE CUALQUIER DUDA SE LE SOLICITA CONTACTARSE CON EL CEC-UFT

Se certifica que la información contenida en el presente documento es correcta y que refleja el Acta del Comité Ético Científico de la Universidad Finis Terrae (CEC-UFT). Este Comité adhiere a los principios éticos de la Universidad Finis Terrae que considera como eje fundamental el respeto a la dignidad de la persona humana en cualquier condición. Este Comité cumple además con las Guías de buena práctica clínica definidas por la Conferencia Internacional de Armonización (GCP-ICH); y con las leyes chilenas 19.628; 20.120; 20.584 y 20.850 que modifica el Código Sanitario.