



## **Imagen corporal: realidad, percepción y deseo, y su relación con su evaluación multidimensional y la motivación muscular**

**Jose Ángel Medina Cascales**

Doctor en Ciencias del Deporte

*(Recibido, 10 de Junio de 2018; Aceptado 12 de Septiembre de 2018)*

**RESUMEN:** La satisfacción por la imagen corporal parece asociarse a la realización de ejercicio físico y a la motivación por la musculatura. La percepción de la imagen corporal propia puede generar alteraciones en el bienestar de los sujetos, condicionando sus conductas hacia en el mantenimiento de la forma física y el incremento muscular. El objetivo principal fue determinar la relación entre la imagen corporal: percibida, deseada y real; y analizar sus relaciones con la adecuación conductual corporal y con la motivación muscular, comprobando las diferencias entre sexos a este respecto. Participaron 128 sujetos (96 hombres; 32 mujeres;  $M_{\text{edad}} = 31.16$ ,  $DE = 5.82$ ). Los resultados indican diferencias significativas ( $p < .01$ ) en la evaluación de la imagen corporal con respecto a su propia percepción en ambos sexos. En la relación de la imagen real con la evaluación multidimensional de la imagen corporal, las mujeres presentan valores significativamente mayores ( $p < .01$ ) en prácticamente todas las dimensiones. Para la motivación por la musculatura, los hombres obtienen mayores valores correlacionales para su imagen percibida, mientras que las mujeres obtienen valores más elevados para la imagen real siendo estas relaciones estadísticamente significativas ( $p < .01$ ). Finalmente, la relación entre la evaluación multidimensional de la imagen corporal y la motivación muscular difiere entre ambos sexos a nivel global. Concluimos que la percepción corporal puede regular la motivación muscular en hombres, mientras que en las mujeres, es la imagen real y las conductas orientadas a mantener la forma física las que inciden en una mayor motivación por la musculatura.

**Palabras clave:** imagen corporal, percepción, musculatura, motivación, conducta.

*Body image: reality, perception and desire, and his relationship with his multi-dimensional evaluation and muscular motivation*

**ABSTRACT:** The body image satisfaction seems associated with physical exercise and motivation by the musculature. The perception of the own body image can lead to alterations in welfare of subjects, conditioning their behavior towards in the maintenance of physical fitness and muscle increase. The main objective was to determine the relationship between body image: perceived, desired and actual; and analyze its relationship with the body behavioral adaptation and muscular motivation, checking the differences between the sexes in this respect. Participants included 128 subjects (96 men, 32 women;  $M_{\text{aged}} = 31.16$ ,  $in = 5.82$ ). The results indicate significant differences ( $p < .01$ ) in the evaluation of the body image with respect to his own perception in both sexes. On the relationship of the real image with the multidimensional assessment of body image, women have values significantly higher ( $p < .01$ ) in

virtually all dimensions. For the motivation by the musculature, men obtained higher correlative values for your perceived image, while women get higher values for the actual image being statistically significant relationships ( $p < .01$ ). Finally, the relationship between the multidimensional assessment of body image and muscular motivation differs between the sexes at the global level. We conclude that body perception can regulate motivation muscle in men, while in women, is the real image and behaviors oriented to keep the physical shape that affect greater motivation for the muscles.

**Keywords:** body image, perception, muscle, motivation, behavior.

*Correspondencia:* Jose Ángel Medina Cascales, Doctor en Ciencias del Deporte. E-mail: [joseangelmedinacascals@gmail.com](mailto:joseangelmedinacascals@gmail.com)

## Introducción

La imagen corporal (IC) puede entenderse como la percepción que se tiene del cuerpo y de cada una de las partes que lo componen, encontrándose distintas connotaciones a lo largo de los últimos tiempos (Tatangelo, McCabe, & Ricciardelli, 2015). Así pues, la idea de IC puede comprender percepciones, actitudes, creencias, sentimientos y comportamientos en relación con la apariencia física (Cash, 2004). En la sociedad occidental, la estética de la IC se idealiza con una prominente musculatura para los hombres y con la esbeltez en las mujeres, siendo reforzadas estas ideas a través de los distintos medios de comunicación (Sánchez, Suárez, & Smith, 2018). Hoy día, en la búsqueda por la satisfacción con la IC, las personas han otorgado una importante relevancia social al cuidado del aspecto físico, estético y de la IC (Álvaro González et al., 2016; Cachón, Cuervo, Zagalaz, & González, 2015; Chacón Cuberos et al., 2017; Sánchez, Ahmed, & Suárez, 2017; Zurita-Ortega et al., 2016). Tanto es así, que en las sociedades actuales se están creando diferentes subculturas que se basan tanto en la percepción como en la importancia de la imagen ideal (Banfield & McCabe, 2002). Dicha idealización de la IC perfecta, puede llegar a afectar incluso el desarrollo psicológico tanto en hombres como en mujeres, siendo estas últimas, sobretodo en la pre y en la adolescencia, las que muestran mayor susceptibilidad a la hora de enfrentarse a mayores conflictos con la IC, en especial con aquellos relativos a la pérdida de peso (Francisco, Alarcão, & Narciso, 2011).

Por su parte, autores como Pedro et al. (2016), afirman la existencia de una relación entre la IC y el índice de masa corporal (IMC). Por este motivo Coelho, Padez, Moreira, Rosado, & Mourão-Carvalho (2013), sugieren que las siluetas de IC pueden ser una herramienta válida y útil para evaluar el IMC. La IC que se percibe y la que se desea poseer puede concordar con la imagen real, o bien puede ser distinta, pudiendo conducir en este último caso a trastornos en el bienestar de la persona (Tatangelo et al., 2015). Estos trastornos, podrían enfocarse, bien a nivel interpersonal, es decir, relacionados con los comportamientos socioculturales, pero también a nivel intrapersonal referidos a la masa corporal o a la talla (Clark & Tiggemann, 2008; Karr, Davidson, Bryant, Balague, & Bohnert, 2013).

La conjunción de estos dos niveles inter-intrapersonal conducen a la idealización de la belleza, en especial la que se “vende” en los medios de comunicación (Clark & Tiggemann, 2008), la cual puede resultar muy complicado de alcanzar, lo que puede llevar a producir ciertas conductas poco saludables, como la autoaplicación de distintas formas para controlar la masa corporal, la autoprescripción de dietas restrictivas, la toma compulsiva de suplementos

alimenticios, o la realización de severos y rígidos programas de ejercicio físico con el objetivo de lograr mayor musculatura y/o esbeltez (Cash, 2004).

En cuanto al ajuste entre la IC y la realidad de las dimensiones corporales, éste puede ser apropiado para la adaptación social y personal de los individuos, modulando variables como la alimentación (Baile, 2014; Cruz-Sáez, Salaberria, Rodríguez, & Echeburúa, 2013), o la práctica de ejercicio físico enfocada en la búsqueda de la hipertrofia, lo que derivará en una mayor protección del bienestar general (Aguirre-Loaiza, Reyes, Ramos-Bermúdez, Bedoya, & Franco, 2017).

Teniendo en cuenta las anteriores consideraciones, el objetivo principal de este trabajo ha fue evaluar y analizar las relaciones entre la IC, sus evaluaciones a nivel multidimensional y la motivación por la musculatura, y todo ello atendiendo a ambos sexos.

## Método

### Participantes

Fueron un total de 128 los sujetos de ambos sexos y procedentes de la Región de Murcia, los cuales se sometieron al estudio (96 hombres y 32 mujeres), estos contaban con edades entre los 18 y los 50 años (Medad = 31.16, D.E. = 5.82). Destacar, que el conjunto de participantes tenían en común ser sujetos sanos y activos físicamente, siendo todos ellos usuarios de gimnasios deportivos. La Tabla 1 ofrece algunas de las características antropométricas, así como su comparación de medias mediante la prueba *t-student* para muestras independientes.

Tabla 1. *Datos descriptivos de las variables demográficas y antropométricas de la muestra en función del sexo*

	Hombres		Mujeres		<i>t</i>
	Media	DE	Media	DE	
Edad (años)	31.87	6.25	29.00	3.55	2.468*
Altura (cm)	177.85	6.50	170.63	3.97	5.924*
Peso (Kg)	78.04	6.68	69.88	6.92	5.938*
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	24.72	2.35	23.99	2.19	1.541

*Nota:* IMC = índice de masa corporal; DE = desviación estándar.

El tipo de muestreo seleccionado fue no probabilístico por conveniencia o casual (Bisquerra, 2014), caracterizado por “ser individuos a los que se tienen facilidad de acceso” (McMillan y Schumacher, 2005).

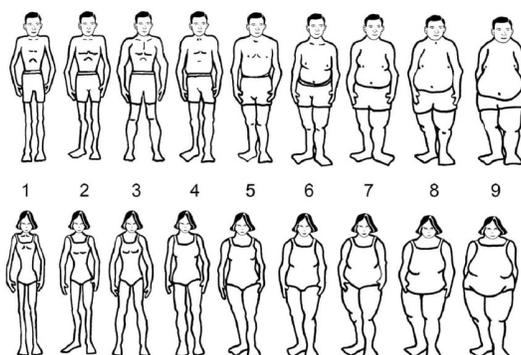
## Instrumentos

### Evaluación de la Imagen Corporal

Para evaluar la IC, se utilizó el método de siluetas corporales diseñado por Stunkard & Stellar (1990), compuesto por nueve figuras de siluetas corporales, tanto de hombres como de mujeres, que van desde muy delgado a muy obeso, puntuadas desde el 1 al 9 (figura 1). Dichas siluetas van incrementándose de manera progresiva de izquierda a derecha, comenzando la más

delgada con un IMC aproximado al de 17 Kg/m<sup>2</sup>, mientras que la más obesa, se correspondería con un IMC aproximado de 33 Kg/m<sup>2</sup>. Los individuos deben elegir la figura que para ellos más se aproxima a su silueta, y también la silueta a la que desearían parecerse. Los resultados ofrecen como las medidas de la imagen percibida y la deseada, pudiendo considerarse la discrepancia entre ambas como una medida de insatisfacción con la IC. Esta herramienta se ha utilizado en múltiples investigaciones a fin de evaluar la IC (Meneses & Moncada, 2008).

Figura 1. *Siluetas corporales y equivalencia con el IMC (Marrodán et al., 2008; Stunkard & Stellar, 1990).*



Silueta	1	2	3	4	5	6	7	8	9
IMC	17	19	21	23	25	27	29	31	33

Nota: IMC = índice de masa corporal

### ***Multidimensional Body Self Relations Questionnaire MBSRQ***

El cuestionario multidimensional de las relaciones con el propio cuerpo, o en inglés Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ) de Brown, Cash, & Mikulka (1990), consiste en una autoevaluación de 69 ítems, donde se consideran aspectos actitudinales, referidos a componentes cognitivos, evaluativos y también conductuales, en relación a la IC (Cash, 2000).

Este cuestionario ha sido validado en población española por (Botella, Ribas, & Benito, 2009), mostrando un Alfa de Cronbach de .88 y obteniéndose 4 factores principales como son la Importancia Subjetiva de la Corporalidad (ISC), las Conductas Orientadas a Mantener la Forma Física (COMF), el Atractivo Físico Autoevaluado (AFA) y el Cuidado del Aspecto Físico (CAF). El cuestionario MBSQR está recomendado para una población de más de 15 años de edad, pudiendo encontrar que éste ha sido utilizado por multitud de investigaciones relativas no solo a la temática del peso corporal (Cash, 2000), sino que también relacionados con temas como la alopecia, el acné y la efectividad de las terapias centradas en la IC (Botella, Ribas, & Benito, 2009).

### ***Drive for Muscularity Scale (DMS)***

La escala de motivación por la musculatura, en inglés Drive for Muscularity Scale (DMS) de McCreary & Sasse (2000), se compone de un total de 15 ítems tipo Likert con seis posibles respuestas. Esta escala pretende medir las conductas y el nivel de preocupación por el

incremento muscular. Así, cuanto mayores sean las puntuaciones, mayores serán los niveles motivacionales que se muestran hacia dicho objetivo. La DMS en su validación al castellano, ha obtenido una consistencia interna alta, medida mediante el Alfa de Cronbach con un coeficiente de .80 (Escoto et al., 2007), pudiendo diferenciar entre tres tipos de factores motivación para incrementar musculatura, suplementos alimenticios y obsesión por el entrenamiento.

### **Procedimiento**

Todos los participantes, dieron su conformidad y aceptaron voluntariamente su participación en el presente estudio. Respetándose en todo momento los principios éticos proclamados en la Declaración de Helsinki.

La información fue recopilada a través de entrevistas personales breves, donde los sujetos completaron tanto el cuestionario MBSRQ, como la Escala DMS en formato de papel y lápiz. Para la información relativa a la IC se siguieron las recomendaciones de (Marrodán et al., 2008), mostrando a los participantes las figuras y debiendo señalar estas la imagen con las que se identifican (imagen percibida) y con la imagen que desearían tener (imagen deseada). Para la imagen real, se ponderó el IMC, obtenido mediante las medidas de talla y peso.

### **Análisis estadístico**

Todos los datos se filtraron y depuraron mediante una matriz de datos en el software Microsoft Excel 2010, y posteriormente fueron analizados en el paquete estadístico de SPSS v.23.0 para Windows.

Para la parte descriptiva, se calcularon la media y la desviación estándar (DE) de las evaluaciones principales. Tras comprobar la normalidad de la muestra mediante la prueba *Kolmogorov-Smirnov*. Se calcularon los estadísticos descriptivos de las diferentes pruebas evaluadas, así como se compararon sus medias intergéneros mediante la prueba *t-student* para muestras independientes. Además, se analizaron los coeficientes de correlación *Pearson* para determinar las posibles relaciones entre las puntuaciones de la Evaluación de la Imagen Corporal, el cuestionario MBSRQ y la escala DMS.

Para establecer la significación estadística, se utilizó un valor de  $p < .05$ .

### **Resultados**

La Tabla 2, refleja los estadísticos descriptivos de las puntuaciones obtenidas para los factores principales de las diferentes herramientas evaluadas, ofreciendo además, su comparación entre medias según género.

Tabla 2. *Descriptivos de los factores principales evaluados*

		Hombres		Mujeres		<i>t</i>
		Media	DE	Media	DE	
IMC	Real	24.72	2.35	23.99	2.19	1.54
	Percibida	23.33	2.94	25.75	2.68	-4.11*
	Deseada	21.25	1.34	21.25	1.22	0.00
DMS	MM	3.92	.76	2.98	.54	6.43*
	OE	3.69	.83	2.87	.65	5.05*
	USA	3.36	1.21	2.04	.8	5.72*
	Total	3.73	.80	2.76	.61	6.32*
	ISC	3.29	.28	3.08	.22	3.93*
MBSRQ	COMF	3.17	.22	3.36	.27	-3.70*
	AFA	3.26	.44	2.96	.48	3.18*
	CAF	3.67	.509	3.55	.20	1.35
	Total	3.31	.28	3.16	.13	2.88*

*Nota:* B= IMC= índice masa corporal; DE= desviación estándar; MM= motivación incremento musculatura; OE= obsesión por el entrenamiento; USA= uso de suplementos alimenticios; ISC= importancia subjetiva de la corporalidad; COMF= conductas orientadas a mantener la forma física; AFA= atractivo físico autoevaluado; CAF= cuidado del aspecto físico. \* $p < .001$

En la Tabla 3, se presentan las correlaciones entre las puntuaciones de las distintas pruebas de IC, relación multidimensional del propio cuerpo y de motivación por la musculatura

Tabla 3. *Coefficientes de correlación de la IC e IMC real con los IMC percibidos y deseados*

	Hombres		Mujeres	
	IMC percibido	IMC deseado	IMC percibido	IMC deseado
Altura	-.29**	-.07	.15	-.43*
Peso	.06	-.11	-.39*	-.27
IMC real	.26**	-.05	-.49**	-.08
IMC percibido		.28**		.42*
IMC deseado		.28**		.42*

*Nota:* IMC= índice de masa corporal. \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

La Tabla 4, ofrece las correlaciones de los IMC con los factores principales del MBSRQ y del DMS para hombres.

Tabla 4. Coeficientes de correlación del IMC con factores del MBSRQ y del DMS en hombres

		IMC		MBSRQ				DMS				
		Percibido	Deseado	ISC	COMF	AFA	CAF	Total	MM	OE	USA	Total
IMC	Real	,26**	-,05	-,15	-,02	,01	,16	-,07	,00	,18	,01	,06
	Percibido		,28**	-,22*	-,14	-,25*	-,29**	-,25*	,22*	,10	,37**	,25*
	Deseado			,12	,02	,03	-,03	,08	-,03	-,05	,05	-,02
MBSRQ	ISC				,84**	,59**	,78**	,98**	,24*	,05	,07	,14
	COMF					,23*	,63**	,82**	,34**	,17	,05	,23*
	AFA						,63**	,67**	,19	,03	,01	,10
	CAF							,87**	,30**	,17	,08	,22*
DMS	Total								,29**	,09	,07	,18
	MM									,84**	,69**	,95**
	OE										,67**	,93**
	USA											,84**

Nota: IMC= índice masa corporal; MM= motivación incremento musculatura; OE= obsesión por el entrenamiento; USA= uso de suplementos alimenticios; ISC= importancia subjetiva de la corporalidad; COMF= conductas orientadas a mantener la forma física; AFA= atractivo físico autoevaluado; CAF= cuidado del aspecto físico. \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

La Tabla 5, ofrece las correlaciones de los IMC con los factores principales del MBSRQ y del DMS para mujeres.

Tabla 5. Coeficientes de correlación del IMC con factores del MBSRQ y del DMS en mujeres

		IMC		MBSRQ				DMS				
		Percibido	Deseado	ISC	COMF	AFA	CAF	Total	MM	OE	USA	Total
IMC	Real	-,49**	-,08	,64**	,46**	-,28	-,35*	,69**	-,60**	-,41*	-,23	-,46**
	Percibido		,42*	-,03	-,07	,17	,96**	,17	,16	-,12	-,17	-,02
	Deseado			-,07	,28	,34	,49**	,21	-,33	-,48**	-,27	-,38*
MBSRQ	ISC				-,10	-,77**	,10	,83**	-,29	-,14	,13	-,14
	COMF					,65**	,00	,42*	-,58**	-,65**	-,70**	-,67**
	AFA						,12	-,28	-,02	-,22	-,43*	-,20
	CAF							,32	,13	-,17	-,15	-,05
DMS	Total								-,48**	-,46**	-,25	-,43*
	MM									,92**	,78**	,96**
	OE										,91**	,99**
	USA											,92**

Nota: IMC= índice masa corporal; MM= motivación incremento musculatura; OE= obsesión por el entrenamiento; USA= uso de suplementos alimenticios; ISC= importancia subjetiva de la corporalidad; COMF= conductas orientadas a mantener la forma física; AFA= atractivo físico autoevaluado; CAF= cuidado del aspecto físico. \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

## Discusión

El objetivo principal de este trabajo ha sido estudiar en función del sexo, las relaciones entre la percepción, deseo y realidad de la IC, con la motivación muscular, y con la adecuación conductual hacia el cuidado y mantenimiento corporal.

Nuestros resultados relativos al peso, talla e IMC son similares a los de otros trabajos como los de Álvarez, Licea, & Pérez (2007); Lim, Seubsman, & Sleigh (2009); Mikolajczyk et al. (2010); Muros, Som, López, & Zabala (2009); Ramos, Rivera, & Moreno (2010); Riba et al. (2008), donde los varones contaban unos valores superiores en comparación a las mujeres, de hecho estas diferencias, en gran parte de estos estudios fueron estadísticamente significativas, al igual que sucede con el presente trabajo para el peso y la talla.

Por otro lado, destaca la obtención de diferencias estadísticamente significativas en la percepción del IMC entre ambos sexos. Así, los hombres se perciben con un menor IMC que las mujeres, a la vez que esa tendencia se mantiene con respecto a las realidades de su IC, lo que confirmaría parcialmente nuestra hipótesis, de que las mujeres tienden a percibirse con una mayor IMC que los hombres. Estas circunstancias, vienen a corroborar y a dar continuidad a los hallazgos de otros estudios como Ruiz et al. (2015), donde las diferencias entre la percepción del IMC y la realidad son mucho mayores en las mujeres (58.1%) que en los hombres (9.7%), o el de González, Cuervo, Cachón, & Zagalaz (2016), donde tras analizar a 70 estudiantes universitarios, los resultados obtenidos iban en el mismo sentido, que los previos. Estos resultados, podrían deberse a la utilización del test de siluetas (Marrodán et al., 2008; Stunkard & Stellar, 1990), puesto que dicho método favorece la sobreestimación del IMC, como ocurre con estudios como los Marrodán et al., encontrándose en su investigación con jóvenes, altas discordancias entre el IMC real y el percibido para los sujetos analizados. Siguiendo esta línea en el trabajo de Sánchez-Álvarez, González-Montero, & Marrodán (2012), estudiaron a 132 chicos y 140 chicas de entre 13 y 17 años, obteniendo resultados análogos a los presentes. Otra posible circunstancia que justificaría estos resultados, es el sometimiento de las féminas a cánones de belleza más estrictos, y más enfocados en la delgadez (Acosta & Gómez, 2003), mientras que los hombres se rigen por cánones con mayor tendencias por la musculatura (Acosta, Díaz, Gómez, Núñez, & Ortiz-Hernández, 2006), ambientes que pueden explicar además, las relaciones halladas entre las dimensiones corporales analizadas y la IC real.

En relación a las diferencias intergéneros para los resultados obtenidos en la DMS muscular, decir que se han hallado diferencias significativas para las distintas dimensiones evaluadas, todas ellas obteniendo mayores puntuaciones los varones. Algo similar ha ocurrido con el MBSRQ, donde los resultados han mostrado diferencias estadísticamente significativas para todas las dimensiones evaluadas, destacando las significativas mayores puntuaciones totales para los hombres, a excepción de la dimensión del CAF, donde no encontramos diferencias intergéneros. Estos resultados vienen a ratificar y reforzar los hallazgos de otros estudios, que indican que los varones tienden a mostrar mayores motivaciones por la musculatura y por el cuidado físico y corporal focalizándose en la práctica de ejercicio como el levantamiento de pesas (Babusa, Czeglédi, Túry, Mayville, & Urbán, 2015; Baile, González, Ramírez, & Suárez, 2011). Estas ideas coinciden con las de estudios como el de Martínez, Escoto, Bosques, Ibarra, & Lugo (2014), donde se analizaron a un total de 467 participantes entre hombres y mujeres, hallando que los varones mostraban motivaciones más potentes en

relación al deseo muscular, y las mujeres estaban más enfocadas en la IC y la preocupación por la delgadez. Por su parte, investigaciones como las de Laus, Braga, & Almeida (2013), afirman que las féminas muestran en los fines estéticos una de sus principales motivaciones para realizar actividades físicas,

Derivado del análisis diferenciado por sexos de las relaciones entre las variables de estudio, se observa que tanto para hombres como para mujeres, existen significaciones en las correlaciones entre el IMC real y el percibido, el percibido y el deseado. Equivalentes resultados obtuvieron Aguirre-Loaiza et al. (2017), los cuales analizaron las relaciones entre las características antropométricas reales y la percepción y deseo de IMC en un total de 247 sujetos físicamente activos.

En cuanto a las dimensiones del MBSRQ se observa como las correlaciones son más robustas para los varones. Además, se ha obtenido significación entre todas sus dimensiones en los varones, mientras que en las mujeres las diferencias significativas han sido más limitadas, observándose únicamente en la subjetividad y las conductas orientadas al mantenimiento de la forma física con la autoevaluación del atractivo físico. Dichos resultados se muestran acordes a los de Blanco, Álvarez, Rangel, & Gastelum (2017), donde se comparan los perfiles de IC percibida de 1539 alumnos universitarios de ambos sexos. Estas circunstancias vienen a sugerir que las mujeres muestran unas mayores tasas de inconformidad con su IC, en comparación con hombres de edades similares (Muñoz, Zueck, Blanco, Chávez, & Jasso, 2014). Apuntando a que las mujeres jóvenes son más susceptibles a la presión social y cultural actual, donde los ideales de belleza son poco reales (Jáuregui & Bolaños, 2011).

Por otro lado, en cuando a las relaciones entre los factores evaluados por el DMS, destacan las potentes correlaciones entre los mismos, siendo para ambos géneros de similar potencia, encontrando significación estadística en ambos sexos, al igual que ocurre con el estudio de Escoto, Camacho, Alvarez, Díaz, & Morales (2010), donde se analizaron un total de 295 sujetos los cuales mostraban distintos niveles de actividad física, desde muy intensa a sedentaria.

Cuando se analizan las correlaciones entre las dos herramientas, DMS y MBSRQ, se observa que en varones principalmente, todas las dimensiones evaluadas por el MBSRQ cuentan con diferencias significativas en relación a factores como la motivación por el incremento muscular, algo que no sucede con las mujeres. Ellas, por su parte, cuentan con significación en las relaciones entre las conductas orientadas a mantener la forma física y las diferentes dimensiones de motivación por la musculatura, la obsesión por el entrenamiento y el uso de suplementos alimenticios. Estos hallazgos, vuelven llevarnos a retomar la idea de que los varones cuentan con una motivación por la musculatura que está fuertemente relacionada con los aspectos actitudinales respecto al constructo de IC, mientras que en las mujeres esta relación no están fuerte, quedando sus actitudes hacia la IC más alineadas con los aspectos estéticos y de delgadez (Vaquero-Cristóbal, Alacid, Muyor, & López-Miñarro, 2013).

Como limitaciones del presente trabajo se pueden considerar, la utilización de cuestionarios en modo de autoinforme, ya que estos pueden no ser respondidos con total sinceridad. Otra posible limitación sería la comprensión de las dimensiones y factores evaluados en las herramientas empleadas, pudiendo generar problemas en las respuestas al no entender con exactitud el sentido de las cuestiones. Como futuras líneas de investigación se destaca la implementación de programas de intervención que promuevan la práctica de la

actividad física, trabajando la motivación y el fomento de conductas hacia la salud, de manera que estas estrategias sean capaces de ajustarse para atender a las particularidades motivacionales de ambos sexos.

Finalmente, y como conclusión se puede decir que atendiendo a la muestra analizada, se ha puesto de manifiesto que hombres y mujeres, muestran distintas motivaciones y actitudes ante la IC. Sugiriendo que la percepción corporal puede regular la motivación muscular en varones, los cuales muestran potentes relaciones entre los factores de motivación muscular y sus actitudes ante la IC propia. Mientras que las mujeres, muestran percepciones menos reales sobre su IMC en comparación con los hombres, generando actitudes y conductas hacia su IC menos rígidas, además, de que la motivación hacia la musculatura sea más laxa. En cuanto a su IC real femenina y las conductas orientadas a mantener la forma física, ellas cuentan con una mayor incidencia en la motivación muscular.

### Referencias

- Acosta, M. N., Díaz, C., Gómez, B. L., Núñez, A. E., & Ortiz-Hernández, L. (2006). Percepción de la imagen corporal, consumo de alimentos y actividad física en estudiantes de un colegio de bachilleres. *Rev. Esp. Nutr. Comunitaria*, 161–171.
- Acosta, M. V., & Gómez, G. (2003). Insatisfacción corporal y seguimiento de dieta. Una comparación transcultural entre adolescentes de España y México. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1).
- Aguirre-Loaiza, H., Reyes, S., Ramos-Bermúdez, S., Bedoya, D. A., & Franco, A. M. (2017). Relación entre imagen corporal, dimensiones corporales y ejercicio físico en usuarios de gimnasios. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio Y El Deporte*, 12(1).
- Álvarez, I. C., Licea, V. C., & Pérez, M. D. (2007). El índice de masa corporal y la imagen corporal percibida como indicadores del estado nutricional en universitarios. *Revista de La Facultad de Medicina UNAM*, 50(2), 76–79.
- Álvaro, J. I., Zurita, F., Viciano, V., Martínez, A., García, S., & Estévez, M. (2016). Actividad física de adolescentes: implicación de sustancias nocivas, modalidad practicada y familia. *Psicología Escolar Educativa*, 20(1). <https://doi.org/10.1590/2175-353920150201908>
- Babusa, B., Czeglédi, E., Túry, F., Mayville, S. B., & Urbán, R. (2015). Differentiating the levels of risk for muscle dysmorphia among Hungarian male weightlifters: A factor mixture modeling approach. *Body Image*, 12(1), 14–21. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.001>
- Baile, J. I. (2014). ¿Qué es la imagen corporal? *Revista de Humanidades “Cuadernos de Marqués de San Adrián,”* 1–17.
- Baile, J. I., González, A., Ramírez, C., & Suárez, P. (2011). Imagen corporal, hábitos alimentarios y hábitos de ejercicio físico en hombres usuarios de gimnasio y hombres universitarios no usuarios. *Revista de Psicología Del Deporte*, 20(2), 353–366.
- Banfield, S. S., & McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 37(146), 373.
- Bisquerra, R. (2014). *Metodología de la Investigación Educativa* (La Muralla). Madrid.
- Blanco, J. R., Álvarez, G., Rangel, Y., & Gastelum, G. (2017). Imagen corporal en universitarios: Comparaciones por género. *Revista de Educación Y Desarrollo*, 41, 71–75.

- Botella, L., Ribas, E., & Benito, J. (2009). Evaluación psicométrica de la imagen corporal: Validación de la versión española del Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ). *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 18(3).
- Brown, T. A., Cash, T. F., & Mikulka, P. J. (1990). Attitudinal body-image assessment: Factor analysis of the Body-Self Relations Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 55(1–2), 135–144. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5501&2\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5501&2_13)
- Cachón, Z., Cuervo, T., Zagalaz, S., & González, G. D. M. (2015). Relationship between sport and the dimensions of self-concept according to sex and to study specialization of university students in the grade of education. *Journal of Sport and Health Research*, 7(3), 257–266.
- Cash, T. F. (2000). Users' manuals for the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire, the Body Image Ideals Questionnaire, the Appearance Schemas Inventory, the Situational Inventory of Body-Image Dysphoria, and the Appearance Schemas Inventory.
- Cash, T. F. (2004). Body image: past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1–5. [https://doi.org/10.1016/s1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/s1740-1445(03)00011-1)
- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez, A., & Pérez, A. J. (2017). Motivational climate in sport and its relationship with digital sedentary leisure habits in university students. *Saúde E Sociedade*, 26(1), 29–39.
- Clark, L., & Tiggemann, M. (2008). Sociocultural and individual psychological predictors of body image in young girls: a prospective study. *Developmental Psychology*, 44(4), 1124. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.4.1124>
- Coelho, E. M., Padez, C., Moreira, P., Rosado, V., & Mourão-Carvalho, I. (2013). BMI and self-perceived body shape in Portuguese children. *Revista de Psicologia Del Deporte*, 22(2).
- Cruz-Sáez, M. S., Salaberria, K., Rodríguez, S., & Echeburúa, E. (2013). Imagen corporal y realización de dieta: diferencias entre adolescentes españolas y latinoamericanas. *Universitas Psychologica*, 12(3). <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy12-3.icrd>
- Escoto, M. C., Alvarez, G., Bedolla, G., Velázquez, B., Yáñez, K., & Mancilla, J. M. (2007). Consistencia interna y estructura factorial de la Drive for Muscularity Scale (DMS) en jóvenes universitarios. In *Trabajo Presentado En El XV Congreso Mexicano de Psicología, Hermosillo, México*.
- Escoto, M. D., Camacho, E. J., Alvarez, G. L., Díaz, F. D., & Morales, A. (2010). Relación entre autoestima y síntomas de dismorfia muscular en varones fisicoconstructivistas. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 3(1), 11–18.
- Francisco, R., Alarcão, M., & Narciso, I. (2011). Avaliação de factores de risco de desenvolvimento de perturbações alimentares: Desenvolvimento e estudos de validação da versão portuguesa do McKnight Risk Factor Survey IV. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico Y Evaluación-E Avaliação Psicológica*, 2(32).
- González, C., Cuervo, C., Cachón, J., & Zagalaz, M. (2016). Relación entre variables demográficas, la práctica de ejercicio físico y la percepción de la imagen corporal en estudiantes del grado de magisterio. *Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte Y Recreación*, 29.
- Jáuregui, I., & Bolaños, P. (2011). Body image and quality of life in a spanish population. *International Journal of General Medicine*, 4, 63–72. <https://doi.org/10.2147/ijgm.s16201>

- Karr, T. M., Davidson, D., Bryant, F. B., Balague, G., & Bohnert, A. M. (2013). Sport type and interpersonal and intrapersonal predictors of body dissatisfaction in high school female sport participants. *Body Image, 10*(2), 210–219. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.11.001>
- Laus, M. F., Braga, T., & Almeida, S. S. (2013). Body image dissatisfaction and aesthetic exercise in adolescents: are they related? *Estudos de Psicologia (Natal), 18*(2), 163–171. <https://doi.org/10.1590/s1413-294x2013000200001>
- Lim, L. L., Seubsman, S. A., & Sleight, A. (2009). Validity of self-reported weight, height, and body mass index among university students in Thailand: Implications for population studies of obesity in developing countries. *Population Health Metrics, 7*(1), 15.
- López, G., Ahmed, M. D., & Suárez, A. D. (2017). Nivel de actividad física habitual en escolares de 13 años de España e India. Un estudio transcultural. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte, 6*(1), 67–74. <https://doi.org/10.6018/280421>
- Marrodán, M. D., Montero, V., Mesa, M., Pacheco, J., González, I. B., Bejarano, I., & Carmenate, M. (2008). Realidad, percepción y atractivo de la imagen corporal: condicionantes biológicos y socioculturales. *Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía, 30*(1), 15–28.
- Martínez, N. B., Escoto, C., Bosques, L. E., Ibarra, J. E., & Lugo, C. S. (2014). Internalization of aesthetic ideals and body concern in males and females gym users. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios, 5*(1), 29–38. [https://doi.org/10.1016/s2007-1523\(14\)70374-x](https://doi.org/10.1016/s2007-1523(14)70374-x)
- McCreary, D. R., & Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health, 48*(6), 297–304. <https://doi.org/10.1080/07448480009596271>
- McMillan, J. H., & Schumacher, S. (2005). *Investigación educativa. Una introducción conceptual* (Pearson). Madrid.
- Meneses, M., & Moncada, J. (2008). Imagen corporal percibida e imagen corporal deseada en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio Y El Deporte, 3*(1).
- Mikolajczyk, R. T., Maxwell, A. E., El Ansari, W., Stock, C., Petkeviciene, J., & Guillen-Grima, F. (2010). Relationship between perceived body weight and body mass index based on self-reported height and weight among university students: a cross-sectional study in seven European countries. *BMC Public Health, 10*(1), 40. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-40>
- Muñoz, F., Zueck, M. C., Blanco, J. R., Chávez, A., & Jasso, J. (2014). Body Image Perception of Mexican Youth: A Gender Comparison. *Education Journal, 3*(5), 261–265. <http://doi.org/10.11648/j.edu.20140305.11>
- Muros, J. J., Som, A., López, H., & Zabala, M. (2009). Asociaciones entre el IMC, la realización de actividad física y la calidad de vida en adolescentes. *Cultura, Ciencia Y Deporte, 4*(12).
- Pedro, T. M., Micklesfield, L. K., Kahn, K., Tollman, S. M., Pettifor, J. M., & Norris, S. A. (2016). Body image satisfaction, eating attitudes and perceptions of female body silhouettes in rural South African adolescents. *PloS One, 11*(5), e0154784. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0154784>

- Ramos, P., Rivera, F. J., & Moreno, M. D. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e Índice de Masa Corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 22(1), 77–83.
- Riba, M., Martínez, N., Zarioh, M., Rodríguez, P. N., Friedman, S. M., Portela, M. L., & Almajano, M. P. (2008). Estudio de la percepción del peso corporal en tres grupos de estudiantes universitarios de Argentina y España. *Diaeta (B. Aires)*, 26(124), 7–14.
- Ruiz, M. N., Fernández, B. M., Ontoso, I. A., Guillén-Grima, F., Monzó, I. S., Armayor, N. C., & Annan, J. (2015). Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de Navarra. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 2269–2275.
- Sánchez, G. F. L., Ahmed, M. D., & Suárez, A. D. (2017). Level of habitual physical activity among 13-year-old adolescents from Spain and India: A cross-cultural study. *SportTK: Revista euroamericana de ciencias del deporte*, 6(1), 67-74.
- Sánchez-Álvarez, M., González-Montero, M., & Marrodán, M. D. (2012). Comparación entre el Índice de Masa Corporal autoreferido, auto-percibido y antropométrico en adolescentes madrileños. *Antropo*, 26(1), 91–97.
- Sánchez, G. F., Suárez, A. D., & Smith, L. (2018). Análisis de imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes españoles de 3 a 18 años. *Anales de Psicología*, 34(1), 167–172. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.1.294781>
- Stunkard, A., & Stellar, E. (1990). Eating and its disorders. In T. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Images* (pp. 3–20). Guilford Press, Nueva York.
- Tatangelo, G. L., McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2015). Body Image. In J. D. Wright (Ed.), *International Encyclopedia of Social & Behavioral Sciences* (2<sup>a</sup> Vol.2, pp. 735–740). Oxford: Elsevier.
- Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J. M., & López-Miñarro, P. Á. (2013). Imagen corporal: revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27–35.
- Zurita-Ortega, F., Alvaro-Gonzalez, J. I., Castro-Sanchez, M., Knox, E. C., Muros, J. J., & Viciano-Garofano, V. (2016). The influence of exercise on adolescent's self-concept. *International Journal of Sport Psychology*, 47(1), 67–80.