

## ARTÍCULO ORIGINAL

## Bienestar psicológico e insatisfacción corporal en los universitarios peruanos

Bryan Duran-Carrillo<sup>1,a</sup> | Jesús Yandir Hernández-Aparcana<sup>1,b</sup> | Evelyn Vanessa Lopez-Ramirez<sup>1,b</sup> <sup>1</sup> Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.<sup>a</sup> Bachiller en Psicología.<sup>b</sup> Licenciado en Psicología.**Palabras clave:**

bienestar psicológico; insatisfacción corporal; estudiantes universitarios; influencia positiva; autonomía (fuente: DeCS-BIREME).

**RESUMEN**

**Objetivo.** Explorar la influencia de la insatisfacción corporal en el bienestar psicológico en los universitarios peruanos. **Métodos.** Fue un estudio de enfoque cuantitativo y de tipo descriptivo, en el cual formaron parte de la muestra 400 varones universitarios. Para poder medir la variable "insatisfacción corporal" se utilizó la escala de salud mental (Ryff), que constó de 13 ítems y 4 dimensiones. También realizamos una encuesta de insatisfacción corporal llamada BSQ-20 y se realizaron análisis que comprenden el modelamiento estructural. **Resultados.** El bienestar psicológico mostró una influencia positiva sobre la insatisfacción corporal con un  $\beta = ,75$  %, y con respecto al tamaño del efecto se reconoce que se puede considerar grande con un  $R^2 = 0,56$ . **Conclusiones.** Existe una influencia positiva del bienestar psicológico sobre la insatisfacción corporal en los universitarios peruanos.

## Psychological well-being and body dissatisfaction among Peruvian university students

**Keywords:**

psychological well-being; body dissatisfaction; university students; positive influence; autonomy (source: MeSH-NLM).

**ABSTRACT**

**Objective.** To explore the influence of body dissatisfaction on psychological well-being among Peruvian university students. **Methods.** This study followed a quantitative, descriptive approach and included a sample of 400 male university students. To measure the variable "body dissatisfaction," the Mental Health Scale (Ryff) was used, comprising 13 items and 4 dimensions. Additionally, the Body Shape Questionnaire (BSQ-20) was administered, and structural modeling analyses were conducted. **Results.** Psychological well-being showed a positive influence on body dissatisfaction, with  $\beta = 0.75$ . The effect size was considered large, with  $R^2 = 0.56$ . **Conclusions.** Psychological well-being positively influences body dissatisfaction among Peruvian university students.

**Citar como:** Duran-Carrillo B, Hernandez Aparcana JY, Lopez-Ramirez EV. Bienestar psicológico e insatisfacción corporal en los universitarios peruanos. Rev Peru Cienc Salud. 2024;6(3):188-94. doi: <https://doi.org/10.37711/rpcs.2024.6.3.542>

**Correspondencia:**

Jesús Yandir Hernández Aparcana

Yandir0704@gmail.com



## INTRODUCCIÓN

La salud mental se considera un estado frágil y frecuentemente es descrito como dinámico; por tal razón, los jóvenes pueden encontrar un malestar psicológico, producto de ser susceptibles a cualquier tipo de malestar emocional asociado a su entorno y también se puede considerar el intento de búsqueda de sus progenitores, la familia, la escuela, amigos, etc. La Organización Mundial de la Salud (OMS) <sup>(1)</sup> menciona que es típico que los jóvenes pasen por diversos cambios y se expresan de diferentes maneras. Comprendidos entre los 19 y los 25 años, las personas pueden cambiar según la cultura, el nivel socioeconómico, etc. <sup>(2,3)</sup>.

El escaso impacto positivo para frenar el malestar en la salud mental es una de las principales razones por las que esto puede derivar en trastornos mentales <sup>(4)</sup>. La OMS <sup>(1)</sup> menciona que la depresión, la ansiedad o el estrés, entre otros padecimientos, son parte de la vida de 8282 personas en los EE. UU. Al mismo tiempo, se han detectado trastornos alimentarios en casi 1 % de las mujeres y el 0,3 % de varones con anorexia y bulimia. En México, por ejemplo, 9 de cada 10 mujeres tienen trastornos de conducta alimentaria (TCA).

En el caso del Perú, los adolescentes suelen sufrir ciertos trastornos de salud. Las cuestiones alimentarias son más importantes en la ciudad, como Callao y Lima (6 %), donde se encuentra un 2 % de personas de sexo femenino y el 0,3 % en las del sexo masculino con este padecimiento. Además, según el Ministerio de Sanidad, la bulimia tiene una prevalencia del 0,7% en la población masculina <sup>(5)</sup>. El trabajo correlativo realizado en Ica describe que los estudiantes con mayor estrés también padecen de una mayor insatisfacción corporal <sup>(6)</sup>; por otro lado, trabajos realizados en Tacna encuentran resultados contrarios <sup>(7,8)</sup>.

El bienestar psicológico es una lucha por alcanzar el ideal, es decir, representa tus habilidades. La felicidad puede ser producto de vivir bien. Debe reflejar tu autonomía, autoaceptación, desarrollo de la personalidad, vínculos favorables establecidos con personas importantes, propósito de vida y afrontamiento al medio que nos rodea <sup>(9-11)</sup>. Haciendo uso de los postulados de Ryff <sup>(9)</sup>, se propone trabajar un enfoque humanista.

La insatisfacción corporal se considera como una evaluación propia y desfavorable hacia uno mismo, además de la creencia de no poder gustarle a los demás. Stice <sup>(12)</sup> encontró en su meta análisis que la insatisfacción corporal se establece de forma rigurosa como un elemento de riesgo para las dietas, el afecto negativo y un factor de mantenimiento <sup>(13)</sup>. Todo lo

que fundamenta la importancia de este estudio, el cual estableció como objetivo explorar el efecto de la insatisfacción corporal en el bienestar psicológico.



## MÉTODOS

### Tipo y área de estudio

El enfoque de esta investigación fue cuantitativo, siendo de tipo descriptivo, no experimental, y de un nivel explicativo, ya que se recogieron los datos y se formularon hipótesis explicativas entre variables para superar las dificultades asociadas a la incapacidad de manipular variables independientes <sup>(14)</sup>. El diseño de la investigación fue consistente con la investigación empírica, con una estrategia asociativa y explicativa para probar modelos teóricos y tuvo como objetivo integrarlos con la teoría subyacente <sup>(15)</sup>. El presente trabajo fue desarrollado en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en la facultad de Psicología, ubicado en Lima entre los meses de setiembre y diciembre durante el año 2023.

### Población y muestra

La población estuvo compuesta por estudiantes universitarios de pregrado del Perú, residentes en las regiones de Ica, Lima y Tacna, de sexo masculino, comprendidos entre las edades de 18 a 30 años, con una  $\bar{x} = 24$  (DE: + -3,894). Cabe mencionar que la participación de los estudiantes ha sido de manera voluntaria, dado que estos no fueron obligados o presionados para formar parte de la propuesta.

La muestra estuvo conformada por 400 estudiantes universitarios, quienes aceptaron de manera voluntaria participar y que se encontraban matriculados de manera regular en centro universitarios de los departamentos de Ica, Lima y Tacna, en el mes de diciembre del 2023. Se utilizó el tipo de muestra no probabilística, la cual, según Otzen y Manterola, se entiende como <sup>(16)</sup> "la selección de las personas directamente derivadas por ciertas características o criterios", es decir, se basa en el juicio personal de los investigadores.

### Variable e instrumentos de recolección de datos

Para evaluar el bienestar psicológico se empleó la escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A), basada en el estudio de Casullo <sup>(17)</sup>, la cual estuvo conformada por 13 ítems, con una escala de tipo Likert. Estos se puntúan del 1 al 3 (de acuerdo; ni de acuerdo ni en desacuerdo, en desacuerdo). La calificación estuvo comprendida entre 13 y 39 puntos, por lo que se puede inferir que una mayor puntuación indica mejor bienestar psicológico; además, estuvo conformada por cuatro dimensiones: aceptación/control de situaciones (2, 11 y 13), autonomía (4, 9 y 12), vínculos sociales (5, 7 y 8) y proyectos (1, 3, 6 y 10).

Para verificar la pureza psicométrica de cada uno de los ítems se llevó a cabo un análisis factorial de componentes principales, con rotación varimax de sus elementos. La solución factorial final constaba de cuatro factores que explicaban más del 50% de la varianza de las puntuaciones. La confiabilidad total de la escala fue aceptable, alcanzando valores de 0,74<sup>(17,18)</sup>.

Para evaluar la insatisfacción corporal se utilizó el Body Shape Questionnaire (BSQ -14), conformado por 14 ítems de tipo Likert (de "nunca" = 1 hasta "siempre" = 6). Por tanto, puntuaciones altas indican una mayor insatisfacción corporal; además, se aplicó la validación española del BSQ-14, desarrollada por Izquierdo<sup>(19)</sup> en mujeres estudiantes de universidades peruanas.

El instrumento midió la capacidad para estar atento a los diferentes eventos de la vida que ocurren en el momento presente y fue validado en universitarios peruanos, cuya confiabilidad por consistencia interna fue adecuada (= 0,78)<sup>(19)</sup>.

### Técnicas y procedimientos de la recolección de datos

Fue solicitado el acceso y trámite administrativo a tres universidades de cada región, Ica, Lima y Tacna, y luego de ser aceptada, se proporcionó información a los estudiantes acerca del propósito de la investigación y se obtuvo el consentimiento informado de estos. Con todo, en el mes de diciembre del 2023 les fueron administrados dos cuestionarios: la escala BIEPS-A y la escala BSQ-14. Una vez completada la recopilación de datos, estos fueron revisados y luego depurados. Posteriormente, se creó una base de datos en Excel y se exportaron los datos al programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 25. Seguidamente, se procedió al vaciado de datos, lo que incluía todas las respuestas de los participantes, para realizar los análisis estadísticos apropiados para la investigación.

### Análisis de datos

En primer lugar, se realizó un análisis estadístico descriptivo y al mismo tiempo, inferencial, considerando todos los datos de los participantes en los instrumentos aplicados. La parte descriptiva se reportó mediante el programa de SPSS versión 25, y el análisis inferencial se realizó mediante *software* los programas RStudio y Amos versión 25. Para corroborar que existiera un adecuado ajuste en lo que respecta a la estructura factorial en ambos cuestionarios utilizados para medir el bienestar psicológico y la insatisfacción corporal con los universitarios se ejecutó un análisis factorial confirmatorio. Del mismo modo, fueron analizados los valores descriptivos, como la asimetría entendida como g1 y la curtosis como g2 de las variables, con la finalidad de realizar un análisis de ecuaciones estructurales, a través de lo cual fueron comprobados los siguientes índices: índice de bondad de ajuste,

también conocido como GFI; error cuadrático medio de aproximación (RMSEA); y raíz media cuadrática residual estandarizada (SRMR), como los índices para determinar el correcto ajuste de los datos.

### Aspectos éticos

Para el desarrollo de la investigación fueron considerados los aspectos éticos basados en el Informe Belmont, respetando así los principios de la investigación. Estos principios incluyen: beneficencia, asegurando el respeto por la información encontrada; autonomía, respetando las decisiones e identidades de los participantes; y justicia, aplicando principios de equidad. También se garantizó la no maleficencia, evitando cualquier daño al no recolectar información sensible e informando sobre los posibles riesgos a los participantes<sup>(20)</sup>.

Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes antes de recopilar los datos, asegurando que estos estuvieran plenamente informados sobre el propósito de la investigación y el uso previsto de la información. Además, se destacó la importancia de la confidencialidad y el anonimato de los datos, para preservar la privacidad de los sujetos<sup>(21)</sup>.

Se garantizó la integridad científica y la transparencia en la presentación de los resultados, evitando así la manipulación o tergiversación de los datos, para respaldar intereses particulares<sup>(22)</sup>.

## RESULTADOS

En primera instancia se muestra los datos sociodemográficos de los universitarios participantes, donde el sexo masculino prevaleció en un 56 % de los casos, también prevaleció el grupo de edad entre 25 y 27 años con un porcentaje del 26,8 % y el año de estudio tercero de secundaria en un 20,3 % (ver Tabla 1).

**Tabla 1.** Datos sociodemográficos de los universitarios participantes

Características generales de la muestra	fi	%
Sexo		
Masculino	224	56,0
Femenino	176	44,0
Edad		
18 - 20	92	23,0
21 - 24	105	26,3
25 - 27	107	26,8
28 - 30	96	24,0
Años de estudios		
Primer	77	19,3
Segundo	74	18,5
Tercero	85	21,3
Cuarto	81	20,3
Quinto	83	20,8

**Tabla 2.** Estadística descriptiva, consistencia interna y correlaciones para las variables de BP y BSQ-14

Variables	M	DE	$\alpha$	1	2	3	4	5
1. Insatisfacción corporal	12,2	5,2	,92	-				
2. Aceptación/Control	12,1	5,1	,93	0,77***	-			
3. Autonomía	15,3	5	,92	0,72***	0,64***	-		
4. Vínculos	12,3	4,2	,87	0,42***	0,35***	0,46***	-	
5. Proyectos	10,3	4	,86	0,53***	0,48***	0,52***	0,39***	-

\*\*\* Todas las correlaciones son estadísticamente significativas ( $p < ,01$ ). Se resaltan aquellas correlaciones entre las variables de estudio.

Dentro de los resultados, se reportan puntajes de media (M), desviación estándar (DE), coeficiente de confiabilidad ( $\alpha$ ) y correlación entre las variables en estudio. Por lo tanto, se demuestra que la insatisfacción corporal tiene una correlación más alta con la aceptación/control ( $r = ,77$ ) y una más baja con vínculos ( $r = ,42$ ). Así mismo, en el bienestar psicológico se evidencia un rango de ,39 hasta ,64 de correlación entre las dimensiones (ver Tabla 2).

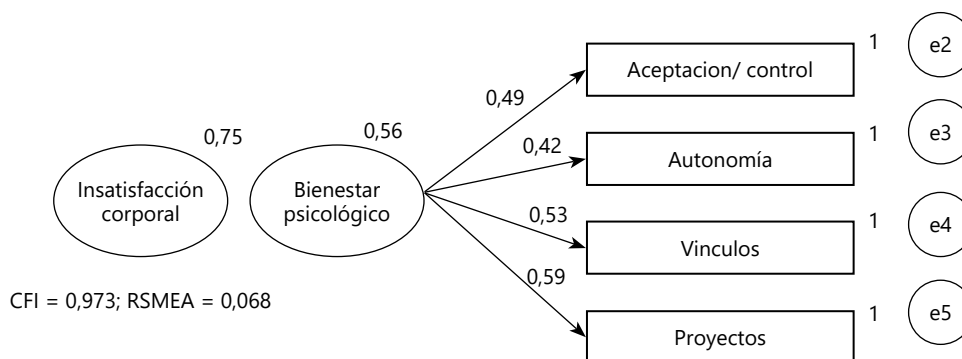
Para la comprobación del modelo estructural se procedió a evaluar los índices de ajuste mediante el modelamiento de ecuaciones estructurales, que considera la influencia de la insatisfacción corporal en el bienestar psicológico. Se obtuvo un modelo de  $\chi^2(6) = 15,420$ ,  $p < ,01$ , CFI = ,973, RMSEA = ,068, SRMR = ,028. El modelo propuesto se presenta en la Figura 1 y los coeficientes de regresión generales y específicos se detallan en la Figura 2.

Se observa que el coeficiente de regresión estandarizado de la insatisfacción corporal sobre el bienestar psicológico ( $\beta = ,75$ ,  $p < ,001$ ,  $R^2 = ,56$ ), lo que indica que un efecto medio en la insatisfacción corporal influye positivamente el bienestar psicológico. Por otro lado, es la dimensión de vínculos la que presenta

mayor influencia positiva por la insatisfacción corporal ( $\beta = ,52$ ,  $p < ,001$ ,  $R^2 = ,27$ ), lo que explica el 27 % de la varianza de vínculos y tuvo un tamaño del efecto pequeño. En el caso contrario es la dimensión de proyectos la que presentó menos influencia positiva por la insatisfacción corporal ( $\beta = ,38$ ,  $p < ,001$ ,  $R^2 = ,14$ ), lo que explica el 14 % de la varianza de proyectos y tuvo un tamaño del efecto pequeño, siendo todas estadísticamente significativas (ver Tabla 3).

## DISCUSIÓN

Este estudio tuvo como objetivo primordial identificar la influencia del bienestar psicológico sobre la insatisfacción corporal en universitarios. Los resultados permiten responder a este objetivo y comprobar la hipótesis planteada, es decir, que existe una influencia positiva entre el bienestar psicológico e insatisfacción corporal, mostrando una relación inversamente proporcional. El bienestar psicológico influye en la insatisfacción corporal y cumplió con los supuestos sugeridos en el modelo propuesto originalmente, de tal manera que a mayor bienestar psicológico en el individuo se presenta una menor insatisfacción corporal; es así que en las dimensiones de aceptación/



**Figura 2.** Resultados del modelo estructural explicativo de insatisfacción corporal

**Tabla 3.** Impacto de las dimensiones de Internalización en la Insatisfacción corporal

Variable 1		Variable 2	$\beta^*$	B	E.E.	r.c. (Z)	P**	R <sup>2</sup>
Insatisfacción corporal	à***	Bienestar psicológico	0,75	0,70	0,03	21,92	< ,01	,56
Insatisfacción corporal	à	Aceptación/Control	0,43	0,41	0,05	9,38	< ,01	,19
Insatisfacción corporal	à	Autonomía	0,45	0,40	0,04	14,38	< ,01	,20
Insatisfacción corporal	à	Vínculos	0,52	0,49	0,06	11,92	< ,01	,27
Insatisfacción corporal	à	Proyectos	0,38	0,36	0,08	8,92	< ,01	,14

\*  $\beta$  = coeficiente estandarizado.

\*\* p = significancia estadística.

\*\*\*à = significa la relación que existe entre la variable y las dimensiones

control, autonomía, vínculos y proyectos tienen mayor relevancia los resultados que coinciden con los trabajos previos (23-26).

En el estudio de Hun et al. (27) se pudo corroborar la influencia del comportamiento alimentario en el bienestar psicológico, donde desde una mirada inversa se relacionan ambas variables. De igual manera, no se encontró ninguna relación entre la ingesta externa y el bienestar psicológico, por lo que sería recomendable que se realicen investigaciones con variables sociodemográficas, para poder encontrar una mejor conexión entre ambas variables. Así mismo, vale la pena mencionar hoy en día el impacto que tiene la conducta alimentaria en el bienestar psicológico de los jóvenes, porque esto afecta en gran medida todos los aspectos de la vida de una persona, ya sea emocional, personal, familiar o profesionalmente, entre otros aspectos (28-30).

Los hallazgos de la actual investigación sugieren que el bienestar psicológico está asociado con la insatisfacción corporal, dado que el modelo de Ryff (3) explica y cubre múltiples dimensiones de la salud mental, lo cual se explica teniendo presente la autoaceptación, las relaciones interpersonales positivas, la autonomía, el control situacional o los objetivos de vida. Sin embargo, el crecimiento personal no significa que dependa de tu nivel; en otros términos, cuanto menor sea el nivel, mayor será la disfunción.

Es importante mencionar que este estudio proporciona evidencia concreta de cómo el bienestar psicológico tiene un efecto alto sobre la insatisfacción corporal en los estudiantes universitarios, e incluso en los tamaños de las dimensiones. Esto permite una posible reestructuración en las intervenciones para mejorar el bienestar psicológico; con ello se puede apreciar la relevancia que tiene nuestra salud mental, dado que es igual de importante que la salud física, partiendo no solo en la etapa adulta si no desde la infancia.

Como proyección futura y dados los desafíos de la integración disciplinaria y de los conocimientos en

la investigación sobre salud mental e insatisfacción corporal, se recomienda investigar en profundidad las relaciones entre estas variables. El presente estudio tuvo como limitación la ejecución en una sola universidad restringiendo la posibilidad de generalizar los hallazgos en otros contextos universitarios. Así mismo, al ser un estudio descriptivo solo se evidenció las percepciones de los universitarios mas no se sabe la evolución de esta. En cuanto a las recomendaciones del estudio, además de diversificar la muestra ampliando la selección a otras premisas y otros grupos de edad, se recomienda hacer coincidir la distribución por género de la muestra con variables sociodemográficas generales, teniendo en cuenta las necesidades específicas

Este artículo representa un gran aporte ¿para qué? Y servirá como base para futuros investigadores de la rama clínica y educativa, teniendo en cuenta las limitaciones. Eso no impide poder realizar abordajes preventivos promocionales para poder mejorar el equilibrio emocional en los jóvenes a fin de orientarlos hacia la autorrealización personal la aceptación de la propia imagen corporal.

**Conclusiones**

A partir de todo lo expuesto, se concluye que existe una influencia positiva del bienestar psicológico sobre la insatisfacción corporal en las/os universitarios peruanos, de modo que la insatisfacción corporal influye positivamente en el bienestar psicológico de las/os universitarios peruanos.

**Recomendación**

Se recomienda implementar programas de bienestar psicológico en las universidades, para que estas incluyan talleres y actividades que fomenten el bienestar mental y emocional, así como campañas que promuevan la aceptación y la imagen corporal positiva. Además, es fundamental integrar la educación sobre la imagen corporal en currículo, para aumentar así la conciencia de los estudiantes a fin de fortalecer las relaciones interpersonales mediante la creación de espacios y actividades que fomenten vínculos saludables de apoyo.

## Agradecimientos

Agradezco a Dios por permitirme estar aquí y a mi familia por su apoyo constante a lo largo de esta investigación. También extendiendo mi agradecimiento a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y a la facultad de psicología, por permitir la realización de este estudio (Duran-Carrillo, B).

Mi agradecimiento a mis colegas del grupo de investigación por sus valiosas contribuciones, discusiones y críticas constructivas, las cuales enriquecieron este estudio. A mi familia y amigos, por su paciencia, comprensión y apoyo incondicional durante el desarrollo de este trabajo (Hernández-Aparcana, J).

Estoy profundamente agradecido a todos los colaboradores de este artículo científico, cuya contribución fue esencial para el éxito de este trabajo. Agradezco también a todos los participantes del estudio, quienes generosamente ofrecieron su tiempo y esfuerzo, haciendo posible la recolección de datos esenciales para esta investigación (López Ramírez, E).



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Organización Mundial de la Salud. Estadísticas de los trastornos de la conducta alimentaria [Internet]. Ginebra: OMS; 2020 [Consultado el 10 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Knowles S, Gass C, Macrae F. Illness perceptions in IBD influence psychological status, sexual health and satisfaction, body image and relational functioning: A preliminary exploration using Structural Equation Modeling. *J Crohns Colitis* [Internet]. 2013 [Consultado el 10 de febrero de 2024];7:344-350. <https://doi.org/10.1016/j.crohns.2013.01.018>
- Lee H, Lee H, Choi J, Kim J, Han H. Social media use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. *J Health Commun* [Internet]. 2014 [Consultado el 10 de febrero de 2024];19(12):1343-58. <https://doi.org/10.1080/10810730.2014.904022>
- Marfil-Carmona R, Ortega-Caballero M, Zurita-Ortega F, Ubago-Jiménez J, González-Valero G, Puertas-Molero P. Impact of the mass media on adherence to the Mediterranean diet, psychological well-being and physical activity. Structural equation analysis. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021 [Consultado el 10 de febrero de 2024];18:2-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073746>
- Ministerio de Salud. Documento técnico: situación de salud de los adolescentes y jóvenes en el Perú [Internet]. Lima: MINSA; 2020 [Consultado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>
- Argandoña G, Fernández N. Estrés en pandemia e insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de nivel secundario de la institución educativa nuestros héroes de la guerra del pacífico, Tacna, 2021 [Internet]. Ica: Universidad Autónoma de Ica; 2021 [Consultado el 10 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/9395425>
- Gutiérrez G. Bienestar Psicológico e Insatisfacción con la Imagen Corporal en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Nuestros Héroes se la Guerra del Pacífico, Tacna 2022 [Internet]. Tacna: Universidad Privada de Tacna; 2022 [Consultado el 15 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2936>
- Díaz L. Estrés Percibido y Percepción de Imagen Corporal en los estudiantes de Ciencias Empresariales de la Universidad Privada de Tacna en el año 2021 [Internet]. Tacna: Universidad Privada de Tacna; 2021 [Consultado el 15 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2198>
- Ryff C, Keyes C. The structure of psychological well-being revisited. *J Pers Soc Psychol* [Internet]. 1995 [Consultado el 15 de febrero de 2024];69(4):719-27. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/1996-08070-001>
- Chaiton M, Sabiston C, O'Loughlin J, McGrath J, Maximova K, Lambert M. A structural equation model relating adiposity, psychosocial indicators of body image and depressive symptoms among adolescents. *Int J Obes* [Internet]. 2009 [Consultado el 18 de febrero de 2024];33(5):588-96. <https://doi.org/10.1038/ijo.2009.43>
- Rodríguez-Flores E, Sánchez-Trujillo M. Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. *Propósitos y Representaciones* [Internet]. 2022 [Consultado el 13 de marzo de 2024];10(3):e1705. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705>
- Stice E. Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychol Bull* [Internet]. 2002 [Consultado el 13 de marzo de 2024];128(5):825-48. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.5.825>
- Pérez J, Vega H, Contreras M, Vásquez S, Solano-Pinto N. The role of biopsychosocial variables in the prediction of the behavioral factor of body dissatisfaction. A structural equations model. *Rev Iberoam Diagn Eval Psicol* [Internet]. 2021 [Consultado el 13 de marzo de 2024];2:63-75. <https://doi.org/10.21865/RIDEP59.2.05>
- Montero I, León O. Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en psicología. *Rev Int Psicol Clín Salud* [Internet]. 2002 [Consultado el 10 de agosto de 2024];2(3):503-8. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33720308>
- Ato M, López J, Benavente A. Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en Psicología. *An Psicol* [Internet]. 2013 [Consultado el 13 de marzo de 2024];29(3):1038-59. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-972820130003000043](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-972820130003000043)
- Otzen T, Manterola C. Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int J Morphol* [Internet]. 2017 [Consultado el 13 de abril de 2024]; 35(1):227-232. Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95022017000100037](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037)
- Casullo M. Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica [Internet]. Primera edición digital. Buenos Aires. Editorial Paidós; 2002 [Consultado el 13 de abril de 2024]. Disponible en: <https://pdfcoffee.com/casullo-evaluacion-del-bienestar-psicologico-en-iberoamerica-pdf-free.html>
- Domínguez-Lara S. Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychol. Avances Disciplina* [Internet]. 2014 [Consultado el 13 de abril de 2024];8(1):23-31. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1900-23862014000100003&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862014000100003&lng=en&tlng=es)
- Izquierdo-Cárdenas S, Caycho-Rodríguez T, Barboza-Palomino M, Reyes-Bossio M. Insatisfacción corporal en mujeres universitarias: nuevas evidencias psicométricas del Body Shape Questionnaire de 14 ítems (BSQ-14). *CPD* [Internet]. 2021 [Consultado el 13 de abril de 2024];21(2):112-126. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232021000200010&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232021000200010&lng=es)
- Goldenberg A, Brothers K, Rivera S, Cadigan R, Sharp R. A Belmont Reboot: Building a Normative Foundation for Hu-

- man Research in the 21st Century. *The Journal of Law, Medicine & Ethics* [Internet]. 2019 [Consultado el 13 de abril de 2024];47(1):165-172. Disponible en: <https://bit.ly/3MHuQKU>
21. Dove E, Chen J, Moyes K, Bovenberg J, Boeckhout M, Shen H., et al. Ethics review for international data-intensive research. *Science* [Internet]. 2020 [Consultado el 25 de mayo de 2024];370(6512):1389-91. Disponible en: [10.1126/science.aad5269](https://doi.org/10.1126/science.aad5269)
  22. Grady C, Wenner D, Taylor H, Porter K, Danis M. Expanding the spectrum of protections against research risks: Identifying and minimizing risks of research participation. *J Law Med Ethics* [Internet]. 2021 [Consultado el 25 de junio de 2024];49(3):408-419. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK217976/>
  23. Blanco-Vega H, Jurado-García P, Jiménez-Lira C, Aguirre-Vásquez S, Peinado-Pérez J, et al. Influencia de la insatisfacción corporal y la actividad física en el bienestar psicológico de jóvenes mexicanas. *Retos* [Internet]. 2022 [Consultado el 25 de junio de 2024];45:259-67. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/91097>
  24. Choma B, Shove C, Busseri M, Sadava S, Hosker A. Assessing the role of body image coping strategies as mediators or moderators of the links between self-objectification, body shame, and well-being. *Sex Roles* [Internet]. 2009 [Consultado el 25 de mayo de 2024];61:699-13. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9666-9>
  25. Greenleaf C, Boyer E, Petrie T. High school sport participation and subsequent psychological well-being and physical activity: The mediating influences of body image, physical competence, and instrumentality. *Sex Roles* [Internet]. 2009 [Consultado el 25 de mayo de 2024];61:714-26. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11199-009-9671-z>
  26. Kavehfarsani Z, Kelishadi R, Beshldeh K. Study of the effect of family communication and function, and satisfaction with body image, on psychological well-being of obese girls: The mediating role of self-esteem and depression. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health* [Internet]. 2020 [Consultado el 10 de julio de 2024];14(1):1-10. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00345-3>
  27. Hun N, Urzúa A, López-Espinoza A, Escobar N, Leiva J. Comportamiento alimentario y bienestar psicológico en población universitaria en el norte de Chile. *Arch Latinoam Nutr* [Internet]. 2020 [Consultado el 25 de mayo de 2024];69(4):202-8. <https://doi.org/10.37527/2019.69.4.001>
  28. René J, Ornelas B, Rangel-Iledzma Y, Jurado-García P, Vásquez S, Contreras M, et al. Actividad física, imagen corporal y bienestar psicológico en universitarios mexicanos. *Retos* [Internet]. 2023 [Consultado el 25 de mayo de 2024];47:720-28. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8696560>
  29. Romano K, Heron K. Examining Race and Gender Differences in Associations Among Body Appreciation, Eudaimonic Psychological Well-Being, and Intuitive Eating and Exercising. *Am J Health Promot* [Internet]. 2022 [Consultado el 10 de julio de 2024];36(1):117-28. <https://doi.org/10.1177/08901171211036910>
  30. Van-Oosten J, Vandenbosch L, Peter J. Predicting the use of visually oriented social media: The role of psychological well-being, body image concerns and sought appearance gratifications. *Comput Human Behav* [Internet]. 2023 [Consultado el 10 de julio de 2024];144:1-13. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107730>

#### Contribución de los autores

**BDC, JYHA, ELR:** conceptualización, redacción, borrador original, metodología, análisis de resultados, discusión, supervisión, revisión y edición final del artículo.

#### Fuentes de financiamiento

La investigación fue realizada con recursos propios.

#### Conflictos de interés

Los autores declaran no tener conflictos de interés.