

INSATISFACCIÓN Y DISTORSIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN ADOLESCENTES DE DOCE A DIECISIETE AÑOS DE EDAD

BODY IMAGE DISSATISFACTION AND DISTORTION IN TWELVE TO SEVENTEEN YEARS OLD TEENAGERS

Alberto **GÓMEZ-MARMOL** (Universidad de Murcia - España)¹

Bernardino J. **SÁNCHEZ-ALCARAZ** (Universidad de Murcia - España)

María del Pilar **MAHEDERO-NAVARRETE** (IES Monte Miravete de Murcia - España)

RESUMEN

La presente investigación ha analizado la satisfacción con la apariencia física y el nivel de distorsión entre la imagen real y la imagen autoconcebida. Para ello se ha administrado el cuestionario BODY SHAPE (self-perceived) a 195 alumnos con edades comprendidas entre los doce y los diecisiete años, recogiendo además sus datos de peso y talla reales. Los resultados alcanzados reflejan que los hombres se encuentran más insatisfechos en este sentido, teniendo además una mayor distorsión de su imagen que las mujeres. Del mismo modo, a medida que aumenta la edad se observa una disminución de la distorsión, así como un aumento de los niveles de satisfacción. No obstante, los valores son alarmantes por lo que toda la comunidad educativa debe concienciarse de esta situación y aunar esfuerzos para revertirla.

ABSTRACT

This research has assessed physical appearance satisfaction and distortion level between real image and self-perceived image. In order to do that, BODY SHAPE (self-perceived) questionnaire has been administrated to 195 students whose ages vary from twelve to seventeen years old, as well as having measured their real weight and height. The achieved results show that boys are more dissatisfied in this way, furthermore they also have bigger distortion levels than girls. Analogously, while the age increases, a decrease of distortion is recorded, as well as a satisfaction level increase. However, the values are so alarming that the entire school community must be aware of this situation and join efforts to reverse it.

PALABRAS CLAVE. Imagen corporal; autopercepción; educación secundaria.

¹ Correspondencia en relación con este artículo mediante el correo electrónico: alberto.gomez1@um.es

KEYWORDS. Body image; self-perception; secondary education.

1. INTRODUCCIÓN

La autopercepción entendida como la concepción que un individuo posee sobre sí mismo (González & Ham-Chande, 2007) es un campo que está cobrando cada vez más relevancia dentro de las sociedades occidentales (Castro-Vázquez, Espinosa-Gutiérrez, Rodríguez-Contreras & Santos-Iglesias, 2005). La percepción del valor de sí mismos como personas, es un logro de una importancia incuestionable en la infancia y adolescencia. Por una parte, las autopercepciones organizan las experiencias y guían los comportamientos (Swann, Chang-Schneider & McClarty, 2007). Por otra, una autopercepción de sí mismo saludable puede funcionar como un factor protector y promotor de la salud de los jóvenes (Mann, Hosman, Schaalman & De Vries, 2004).

Numerosos estudios muestran el rol protector de una autopercepción positiva en tanto ésta se asocia a una mayor resiliencia (Buckner, Mezzacappa & Beardslee, 2003; Cardozo & Alderete, 2009), bienestar subjetivo (Vacek, Coyle & Vera, 2010), una actitud positiva hacia la escuela y el estudio (Schmidt, Messoulam & Molina, 2008) y un desempeño académico favorable (Guay, Marsh & Boivin, 2003). A su vez, una autopercepción negativa puede funcionar como un factor de riesgo de numerosas problemáticas en la niñez. En este sentido, se vincula a una mayor predisposición a la depresión (Harter, 1999; Robins, Donnellan, Widaman & Conger, 2010), ideas suicidas (De la Torre, Cubillas Rodríguez, Román Pérez & Valdez, 2009) y ansiedad e inadaptación (Acevedo & Carrillo, 2010). Asimismo, predice la agresividad, el comportamiento antisocial y la delincuencia en niños y adolescentes (Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffit & Caspi, 2005).

Bruch (1962) fue la primera autora que propuso que la distorsión de la imagen corporal, evidenciada por sobre-estimación de su tamaño, era una característica patognomónica de la anorexia nerviosa. Desde entonces, muchos estudios han mostrado interés por este fenómeno. Garner y Garfinkel (1981) y Hsu (1982) han constatado la sobre-estimación en mujeres con anorexia así como incluso la sub-estimación del tamaño corporal en estas pacientes. Además, este fenómeno se ha encontrado a su vez presente en la población normal que suele servir de control en estos mismos estudios (Crisp & Kalucy, 1974; Garner, Garfinkel, Stancer & Moldofsky, 1976; Halmi, Goldberg & Cunningham, 1977; Touyz, Beaumont, Collins, McCabe & Supp, 1984). Tal ha sido la representatividad de este fenómeno entre la población normal, en concreto en adolescentes, que los trabajos antes mencionados han señalado la existencia de una relación entre edad y sobre-estimación (a menor edad, mayor sobre-estimación).

La obsesión por la delgadez y la insatisfacción corporal son variables asociadas a trastornos de alimentación que están vinculadas al modelo estético corporal vigente (Cruz & Maganto, 2002). La gran presión social a la que se ven sometidos determinados estratos de la población, en particular mujeres, adolescentes y jóvenes, con la imposición de un modelo estético de extrema delgadez, hace que la

preocupación por la imagen corporal haya trascendido al mundo de la salud, tanto física, como mental (Abraham, 2003; Boschi et al., 2003; Cuadrado, Carbajal & Moreiras, 2000; Haizmouitz, Lansky & O'Reilly, 1993; Killen et al., 1996; Montero, Vernis, Varea & Arias, 1999; Núñez, Carbajal & Moreiras, 1998).

Estudios realizados por López, Findling y Abramzón (2006) mostraron resultados en los que, teniendo en cuenta la variable sexo, los hombres obtuvieron una mejor autopercepción de sí mismos que las mujeres, con la gran influencia del entorno para la fijación del autoconcepto (Alonso & Román, 2005; Becerril, 2011; De la Torre, García, Villa & Casanova, 2008; Pastor, 2007).

La influencia sobre las autopercepciones de esta presión social a la que se está haciendo referencia confirma que las mujeres jóvenes se preocupan más por perder peso y los hombres jóvenes por perder peso y ganar masa muscular (McCabe & Ricciardelli, 2005). Dentro de este grupo de población joven motivado por perder peso, cabe destacar que está formado por hombres con sobrepeso y por mujeres que o bien tienen sobrepeso o bien se perciben con sobrepeso (Ingledeew & Sullivan, 2002), hecho que vuelve a poner de manifiesto las diferencias en el ámbito de la autopercepción de apariencia entre hombres y mujeres.

Se pueden aportar cifras que apoyen esta realidad al remitirnos a la investigación llevada a cabo por Montero, Morales y Carbajal (2004): el 52,3% de los hombres y el 38,7% de las mujeres eligen modelos que corresponden a sus Índices de Masa Corporal (IMC) reales, es decir, los hombres se autoperciben más correctamente que las mujeres. El 29,2% de los hombres se ven con menor adiposidad de la que tienen y el 18,5% con mayor grado de adiposidad. El 8,6% de las mujeres se perciben con menor adiposidad de la que poseen y el 41,1% se conciben con mayor adiposidad. Las mujeres con valores de IMC real correspondientes a normopeso y sobrepeso (IMC entre 20 y 29,9 kg/m²) se ven con más adiposidad de la que tienen en realidad, mientras que las mujeres con problemas de obesidad (IMC > 30 kg/m²), se autoperciben con menor adiposidad. Por el contrario, los hombres con normopeso y con problemas de obesidad se autoperciben con menores niveles de adiposidad de los que tienen mientras que los que presentan sobrepeso se clasifican correctamente.

Además, existen dos aspectos de las autopercepciones que son relevantes. En primer lugar, su valencia (si son positivas o negativas), y en segundo lugar, su contenido (qué aspectos de las distintas áreas del desarrollo vital son más relevantes para la percepción de sí mismo) (Harter, 1999).

Si se analiza esta temática buscando establecer una tendencia de evolución de las autopercepciones en función de la edad, estudios realizados por Ingledeew y Sullivan (2002) en adolescentes concluyeron que las diferencias que encontramos a favor de los hombres en los niveles de autopercepción de apariencia aparecen al comienzo de la adolescencia y van disminuyendo conforme avanza la edad, es decir, con el incremento de la edad se constataron reducciones en la intensidad del ejercicio que se producían paralelamente al desarrollo de una percepción negativa de su imagen corporal, afirmación apoyada por el estudio de López et al. (2006).

Los profesionales que trabajan en este campo utilizan a menudo la percepción de la imagen corporal como medida de la autoestima y del grado de satisfacción con la propia imagen (Dowson & Hendersen, 2001; Stevens, Kumaylka & Keil, 1994; Thompson & Gray, 1995). Sin duda, múltiples factores biológicos, sociales y culturales modulan esta percepción, pero en algunos casos estos factores son difíciles de valorar (Gittelsohn et al., 1996; Gupta, Chaturvedi, Chandarana & Johnson, 2000). Habitualmente se procede a la comparación de parámetros objetivos, es decir, peso y talla medidos por el investigador, con los valores autorreferidos por la muestra del estudio (Stewart, 1982; Stewart et al., 1987).

El objetivo del presente trabajo es evaluar la percepción de la imagen corporal de un grupo de jóvenes estudiante mediante el uso de gráficos diseñados a tal efecto que corresponden a determinados valores de índice de masa corporal, analizando la valoración que hacen sobre su situación actual y sobre la deseada.

Este objetivo principal puede subdividirse en dos hipótesis:

En primer lugar, cabe esperar que existan diferencias significativas entre el peso real y el peso percibido, es decir, entre lo que el sujeto realmente pesa y lo que cree pesar.

En segundo lugar, se espera encontrar diferencias en la evaluación del tamaño corporal en función del peso.

2. MÉTODO

El presente estudio contó con una muestra de 195 sujetos (100 hombres y 95 mujeres), con edades comprendidas entre los doce y los diecisiete años (edad media $14,03 \pm 1,31$ años) de un Centro de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) de la Región de Murcia.

El instrumento utilizado ha sido el cuestionario BODY SHAPE (self-perceived) diseñado por Stunkard, Sorensen y Schulsinger (1983), elegido por la sencillez para su relleno, la diferenciación entre hombres y mujeres y la fácil comprensión por parte del alumnado extranjero. Se ha utilizado la versión traducida al castellano (Tomás, 1998), que cuenta con 9 figuras masculinas y femeninas ordenadas de menor a mayor Índice de Masa Corporal (valores desconocidos para los encuestados), debiendo señalar en primer lugar aquella figura con la que más se siente identificado y en segundo lugar aquella deseable en la medida en la que representa el ideal al que gustaría parecerse. De este modo se pudo medir la insatisfacción con la imagen corporal de la muestra así como la diferencia existente entre la figura actual y la deseable. Además, también fueron recogidos los datos de talla y peso reales, de tal modo que se pudo obtener el IMC real, analizando el grado de distorsión de la imagen corporal autopercibida, mediante la diferencia entre el IMC real y el IMC perteneciente a la figura que señalaban parecerse.

La administración del cuestionario tuvo lugar en el centro educativo y de manera anónima, asegurando la idoneidad de las condiciones en las que éste era relleno y recordando la importancia de no dejar ningún apartado sin respuesta.

Finalmente, para el tratamiento estadístico de los datos se utilizó el programa SPSS 18.0 para Windows. Se analizó la normalidad de la distribución de la muestra mediante la prueba de χ^2 , resultando una distribución no paramétrica. Asimismo, también se comprobó la normalidad de las variables (tipo escala) mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, obteniendo una distribución no paramétrica. Por ende, para el consecuente cruce de variables de tipo categórico con las variables de tipo escala, en el caso del sexo, se realizó con la prueba U de Mann Whitney, mientras que para analizar la variable curso, formada por cuatro grupos, se utilizó la prueba H de Kruskal-Wallis. Por otro lado, se analizó la relación entre las propias variables cuantitativas, con el coeficiente de correlación de Pearson.

3. RESULTADOS

Con el análisis segmentado del Índice de Masa Corporal, la insatisfacción y la distorsión de la imagen corporal, en función del sexo (**tabla 1**), se puede observar cómo el Índice de Masa Corporal de los hombres ($21,91 \pm 4,55$ kg/m²) es ligeramente superior al de las mujeres ($21,69 \pm 2,92$ kg/m²), y que las diferencias, analizadas mediante la prueba U de Mann Whitney no reflejan diferencias significativas ($p = .425$) en este sentido.

Tabla1: Diferencias entre hombres y mujeres con las variables IMC, insatisfacción con su imagen corporal y distorsión de su imagen corporal

	Hombres		Mujeres	
	Media	Desv. Típica	Media	Desv. Típica
IMC	21,91	4,55	21,69	2,92
Insatisfacción con su imagen corporal	3,94	2,68	2,27	1,73
Distorsión de su imagen corporal	3,82	2,38	2,20	1,66

Del mismo modo, la insatisfacción con su imagen corporal es superior en los hombres ($3,94 \pm 2,68$) que en las mujeres ($2,27 \pm 1,73$), aunque de manera no significativa ($p = .070$). No obstante, estos datos se contrastaron con los resultados del análisis de la distorsión de la imagen corporal. En este sentido, Strauss (1999) puso de relieve que la imagen corporal actúa de manera independiente del peso real. Se observa que, en una escala de 9 puntos, la media de distorsión para los hombres es de $3,82 \pm 2,38$, mientras que para las mujeres es de $2,20 \pm 1,66$. Además, la prueba U de Mann Whitney determina que esta diferencia sí alcanza la significación estadística ($p \leq 0.001$). Por lo tanto, si bien es cierto que se ha registrado una mayor insatisfacción en ellos con su imagen corporal, cabe destacar que también es en este grupo en el que se plasma una mayor distorsión de su autoconcepto físico.

Atendiendo a la edad de los participantes, se ha realizado la prueba estadística del coeficiente de correlación de Pearson para analizar su relación con la distorsión. De

este modo se aprecian diferencias significativas ($p \leq 0.001$; $r = -.295$) a medida que aumenta la edad de los participantes y disminuye su nivel de distorsión o, dicho de otro modo, conforme avanzamos en la Etapa Secundaria los jóvenes se autoconciben físicamente cada vez con un menor sesgo de su imagen.

Análogamente, también se han registrado diferencias significativas entre la distorsión de la imagen corporal y la insatisfacción ($p = .048$; $r = .142$), por lo que se puede afirmar que aquellos sujetos que sufren de una mayor distorsión de su imagen, tienden a sentirse más insatisfechos con su cuerpo.

La influencia de la edad, agrupada en sus respectivos cursos, en las variables que han sido objeto de estudio (figura 1), representa los niveles de insatisfacción de los jóvenes de acuerdo con el curso en el que se encuentran matriculados. Los resultados en esta línea son positivos ya que el porcentaje inicial de sujetos poco satisfechos (52,2 %) y nada satisfechos (26,1 %) disminuye hacia el final de la Etapa Secundaria, lo que se traduce en un considerable incremento de sujetos que se reconocen como satisfechos con su propia imagen corporal (del 21,7 % hasta el 38,8 %).

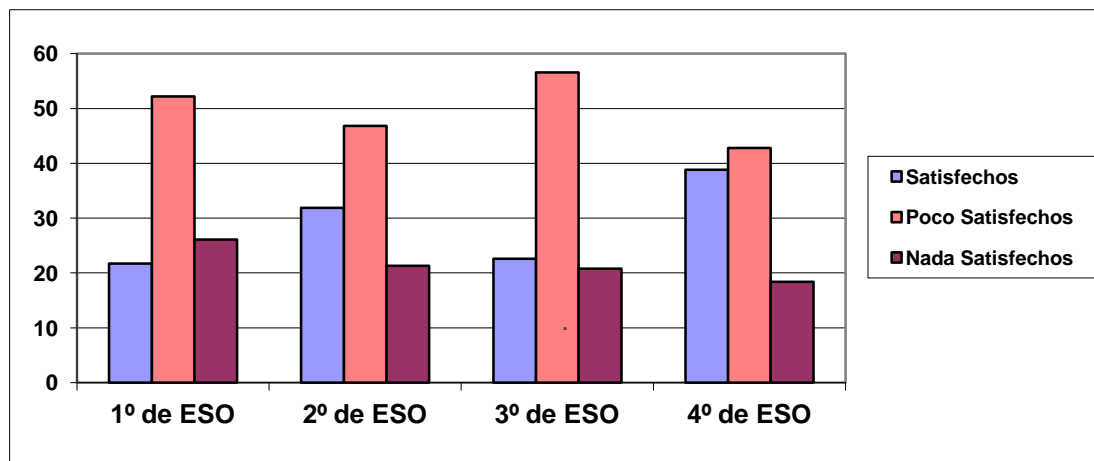


Figura 1: Satisfacción de los sujetos con su imagen corporal en función del curso

Alcanzando un mayor grado de concreción en lo concerniente al grado de insatisfacción, la **figura 2** (página siguiente) muestra en qué sentido se produce la misma, es decir, si los sujetos quieren aumentar su IMC, disminuirlo o mantenerse en su estado actual (grupo de sujetos satisfechos).

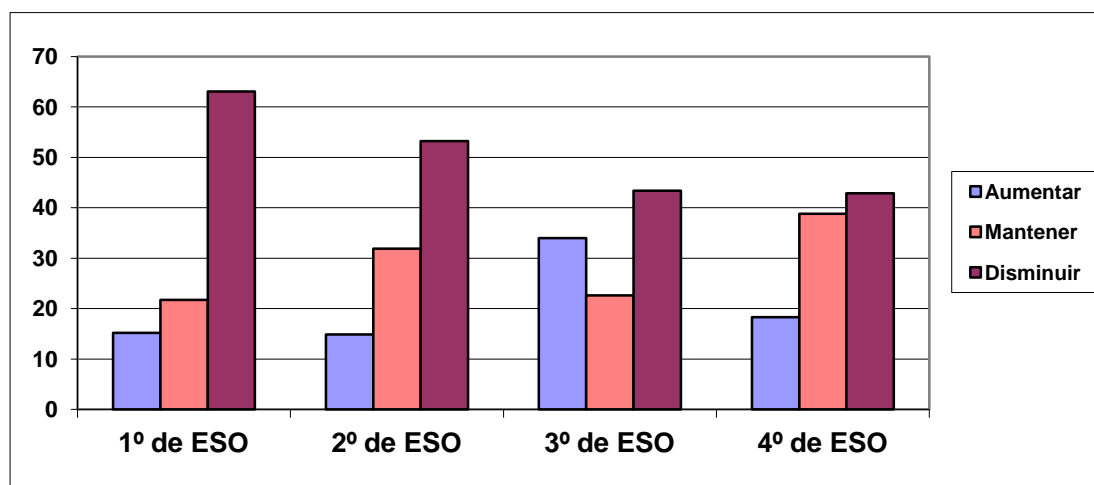


Figura 2: Dirección de la satisfacción de los sujetos con su índice de masa corporal en función del curso

El análisis de la figura 2 permite afirmar que en la gran mayoría de los casos, los sujetos insatisfechos quieren disminuir su Índice de Masa Corporal, siendo alarmantemente preocupante el 63,1 % de alumnos de primero de ESO recogidos en este grupo. No obstante, cabe señalar que este descontento se reduce considerablemente en los sujetos de cuarto de ESO (42,9 %). En contraposición, el conjunto de sujetos que quieren aumentar su IMC (normalmente se han autoconcebido con figuras que representan niveles de IMC por debajo de los valores saludables), a pesar de sufrir altas oscilaciones en el tercer curso de la ESO, se mantiene prácticamente estable al comparar el comienzo y el fin de dicha etapa (aumento de sólo el 3,1 %).

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La autopercepción que los adolescentes poseen sobre su propia imagen corporal está adquiriendo progresivamente un papel más determinante en la vida de los adolescentes. De hecho, con preocupante frecuencia, un desorden en este ámbito desemboca en patologías de corte psicológico como la anorexia o la bulimia, con sus consecuentes perjuicios sobre la salud.

En la presente investigación se ha puesto de relieve que, especialmente en el caso de los hombres, los jóvenes no se encuentran satisfechos con su imagen corporal, ratificando los hallazgos de Montero et al. (2004) y, además, suelen poseer una imagen distorsionada sobre su apariencia física (Garner & Garfinkel, 1981; Hsu, 1982). No obstante, cabe destacar que, a medida que aumenta la edad, esta distorsión tiende a disminuir (Crisp & Kalucy, 1974; Garner et al., 1976; Halmi et al., 1977; Touyz et al., 1984).

Asimismo, en cualquiera de los cuatro cursos que conforman la Educación Secundaria Obligatoria, la mayor parte de los discentes no acepta su estado actual como su

figura ideal (desde el 69,3 % en primero de ESO al 51,2 % en cuarto de ESO), queriendo normalmente disminuir de peso, tal y como concluyeran McCabe y Ricciardelli (2005).

Esta realidad pone de manifiesto la necesidad de una intervención conjunta de toda la comunidad educativa para cambiar la situación actual en materia de autopercepciones de apariencia física. En este sentido, la Educación Física debe asumir un rol preferente, pues se articula como el espacio idóneo desde donde se debe fomentar la práctica deportiva, despertando un interés por la misma que, sin lugar a dudas, puede contribuir a la mejora de la imagen corporal autopercebida de nuestros adolescentes; la sociedad del futuro más próximo.

BIBLIOGRAFÍA

- Abraham, F. (2003). Dieting, body weight, body image and self-esteem in young women: doctors' dilemmas. *The Medical Journal of Australia*, 178, 607-611.
- Acevedo, J.A. & Carrillo, M.L. (2010). Adaptación, ansiedad y autoestima en niños de 9 a 12 años: una comparación entre escuela tradicional y montessori. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 19-29.
- Alonso, J. & Román J.M. (2005). Prácticas educativas familiares y autoestima. *Psicothema*, 17(1), 76-82.
- Becerril, R. (2011). Cuerpo, cultura y envejecimiento. Análisis de la imagen corporal en la publicación "60 y más" (IMSERSO). *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 13(2), 139-164.
- Boschi, V., Siervo, M., D'Orsi, P., Margiotta, N., Trapanese, E., Basile, F., Nasti, G., Papa, A., Bellini, O. & Falconi, C. (2003). Body composition, eating behaviour, food-body concerns and eating disorders in adolescent girls. *Annals of Nutrition & Metabolism*, 47, 284-293.
- Bruch, H. (1962). Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nervosa. *Psychosomatic Medicine*, 24, 187-194.
- Buckner, J.C., Mezzacappa, E. & Beardslee, W.R. (2003). Characteristics of resilient youths living in poverty: The role of self-regulatory processes. *Development and Psychopathology*, 15, 139-162.
- Cardozo, G. & Alderete, A.M. (2009). Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia. *Psicología desde el caribe*, 23, 148-182.
- Castro-Vázquez, A., Espinosa-Gutiérrez, I., Rodríguez-Contreras P. & Santos-Iglesias, P. (2005). Relación entre el estado de salud percibido e indicadores de salud en población española. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 883-898.
- Crisp, A.H. & Kalucy, R.S. (1974). Aspects of the perceptual disorder in anorexia nervosa. *British Journal of Medical Psychology*, 47, 349-361.
- Cruz, S. & Maganto, C. (2002). Índice de masa corporal, preocupación por la delgadez y satisfacción corporal en adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 55(3), 455-473.
- Cuadrado, C., Carbajal, A. & Moreiras O. (2000). Body perceptions and slimming attitudes reported by Spanish adolescents. *European Journal of Clinical Nutrition*, 54(1), 65-68.
- De la Torre, I.M., Cubillas Rodríguez, M.J., Román Pérez, R. & Valdez, E.A. (2009). Ideación suicida en población escolarizada infantil: Factores psicológicos asociados. *Salud Mental*, 32(6), 495-502.

- De la Torre, I.M., García, M., Villa, M. & Casanova, P. (2008). Relaciones entre violencia escolar y autoconcepto multidimensional en adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria. *European Journal of Education and Psychology*, 1(2), 57-70.
- Donnellan, M.B., Trzesniewski, K.H., Robins, R.W., Moffitt, T.E. & Caspi, A. (2005). Low self-Esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science*, 16(4), 328-335.
- Dowson, J. & Hendersen, L. (2001). The validity of a short version of the Body Shape Questionnaire. *Psychiatry Research*, 102, 263-271.
- Garner, D.M. & Garfinkel, P.E. (1981). Body image in anorexia nervosa: measurements, theory and clinical implications. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 11, 263-284.
- Garner, D.M., Garfinkel, P.E., Stancer, C. & Moldofsky, H. (1976). Body image disturbances in anorexia nervosa and obesity. *Psychosomatics Medicine*, 38, 327-336.
- Gittelsohn, I., Harris, S.B., Lyman, T.H., Hanley, A., Barnie, A. & Zinman, B. (1996). Body image concepts differ by age and sex in an Ojibway-Cree Community in Canada. *Journal of Nutrition*, 126, 2990-3000.
- González, C.A. & Ham-Chande, R. (2007). Functionality and health: a typology of aging in Mexico. *Revista de Salud Pública de México*, 49(4), 448-458.
- Guay, F., Marsh, H.W. & Boivin, M. (2003). Academic selfconcept and academic achievement: Developmental perspectives on their causal ordering. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 124-136.
- Gupta, M.A., Chaturvedi, S.K., Chandarana, P.C. & Johnson, A.M. (2000). Weight-related body image concerns among 18-24-years-old women in Canada and India. An empirical comparative study. *Journal of Psychosomatic Research*, 50, 193-198.
- Haizmouitz, D., Lansky, L.M. & O'Reilly, P. (1993). Fluctuations in body satisfaction across situations. *International Journal of Eating Disorders*, 13(1), 77-84.
- Halmi, K., Goldberg, S. & Cunningham, S. (1977). Perceptual distortion of body image in adolescent girls. *Psychological Medicine*, 7, 253-257.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: a Developmental perspective*. New York: The Guilford Press.
- Hsu, L.K. (1982). Is there a body image disturbance in anorexia nervosa? *Journal of Nervous and Mental Disease*, 5, 305-307.
- Ingledeu, K. & Sullivan, G. (2002). Effects of body mass and body image on exercise motives in adolescents. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 323-338.
- Killen, D.J., Taylor, C.B., Hayward, C., Haydel, F.H., Wilson D. & Hammer L. (1996). Weight concerns influence the development of eating disorders: a 4-year prospective study. *Journal of Consulting Clinical of Psychology*, 64, 936-940.
- López, E., Findling, L. & Abramzón, M. (2006). Health Inequalities: Are morbidity perceptions between men and women different? *Salud Colectiva*, 2(1), 61-74.
- Mann, M., Hosman, C.M, Schaalman, H.P. & De Vries, N.K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Educational Research. Theory & Practice*, 19(4), 357-372.
- McCabe, M.P. & Ricciardelli, L.A. (2005). A longitudinal study of body image and strategies to lose weight and increase muscles among children. *Journal of Applied Psychology*, 26, 559-577.

- Montero, P., Morales, E.M. & Carbajal, A. (2004). Valoración de la percepción de la imagen corporal mediante modelos anatómicos. *Antropo*, 8, 107-116.
- Montero, P., Vernis, C., Varea, C. & Arias, S. (1999). Hábitos alimentarios en mujeres españolas: Frecuencia de consumo de alimentos y valoración del cambio en el comportamiento alimentario. *Atención Primaria*, 23(3), 127-131.
- Núñez, C., Carbajal, A. & Moreiras, O. (1998). Índice de masa corporal y deseo de perder peso en un grupo de mujeres jóvenes. *Nutrición Hospitalaria*, 13(4), 407-411.
- Pastor, J.L. (2007). Autopercepción, conducta e intervención. *Revista E.F. Digital*, 3.
- Robins, R.W., Donnellan, M.B., Widaman, K.F. & Conger, R.D. (2010). Evaluating the link between self-esteem and temperament in Mexican origin early adolescents. *Journal of Adolescence*, 33(3), 403-410.
- Schmidt, V., Messoulam, N. & Molina, M.F. (2008). Autoconcepto académico en adolescentes de escuelas medias: Presentación de un instrumento para su evaluación. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 25(1), 81-106.
- Stevens, J., Kumaylka S.H. & Keil, J. (1994). Attitudes toward body size and dieting. Differences between elderly black and white women. *American Journal of Public Health*, 84, 1322-1325.
- Stewart, A.L. (1982). The reliability and validity of self-reported weight and height. *Journal of Chronic Diseases*, 35(4), 295-309.
- Stewart, A.L., Jackson, M.A., Ford, M.A. & Beaglehole, R. (1987). Underestimation of relative weight by use of self-reported height and weight. *American Journal of Epidemiology*, 125(1), 122-126.
- Strauss, R.S. (1999). Self-reported weight status and dieting in a cross-sectional sample of young adolescents. National Health and Nutrition Examination Survey III. *Archives of Paediatric and Adolescent Medicine*, 153, 741-747.
- Stunkard, A., Sorensen, T. & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. En S. Kety, L. Roland, R. Sidman y S. Matthysse (eds). *The genetics of neurological and psychiatric disorders*. Nueva York: Raven Press.
- Swann, W.B., Chang-Schneider, C. & McClarty, K.L. (2007). Do people's self-views matter? *American Psychologist*, 62(2), 84-94.
- Thompson, M.A. & Gray, J.J. (1995). Development and validation of a new body image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, 64(2), 258-269.
- Tomás, I. (1998). *Equivalencia psicométrica de una traducción del cuestionario de autoconcepto físico Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ) al castellano*. Tesis Doctoral. Valencia: Universidad de Valencia.
- Touyz, S.W., Beaumont, P.J., Collins, J.K., McCabe, M.P. & Supp, J. (1984). Body shape perception and its disturbance in anorexia nervosa. *British Journal of Psychiatry*, 144, 167-171.
- Vacek, K.R., Coyle, L.D., Vera & E.M. (2010). Stress, self- Esteem, hope, optimism, and well-being in urban, ethnic minority adolescents. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 38(2), 99-111.