

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“AUTOCONCEPTO FÍSICO ENTRE
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS VARONES Y
MUJERES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
TRUJILLO, 2022”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Pamela Rose Luna Vega

Asesor:

Mg. Raquel Jessica Sancho Abregu

<https://orcid.org/0000-0002-7406-4811>

Trujillo - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Ciana Aglaya Agama Fernandez	09882253
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Cristian Eduardo Sarmiento Perez	43203074
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Raquel Jessica Sancho Abregu	41285430
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

AUTOCONCEPTO FÍSICO ENTRE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS VARONES Y MUJERES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO, 2022

ORIGINALITY REPORT

14%	16%	2%	8%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	hdl.handle.net Internet Source	2%
2	Submitted to Universidad Privada del Norte Student Paper	2%
3	repositorio.usmp.edu.pe Internet Source	2%
4	repositorio.ucss.edu.pe Internet Source	1%
5	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Student Paper	1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	1%
7	saber.ucv.ve Internet Source	1%
8	Submitted to St. Mary's College Twickenham Student Paper	1%
9	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Student Paper	1%
10	congresopsicologiacolombia.com Internet Source	1%
11	produccioncientificaluz.org Internet Source	1%
12	Submitted to University of Leicester Student Paper	1%

Exclude quotes On Exclude matches < 1%
Exclude bibliography On

DEDICATORIA

- A mi Madre y a mi Mamita, por siempre brindarme su apoyo incondicional.
- A mi Tía, que es como una madre más y al mismo tiempo una amiga; a mi Prima, quien saca a flote a mi niña interior y me anima siempre.
 - A Luna, cuya sola existencia y compañía me hace más que feliz.
- A mi Abuelo, Estrellita y Campanita que ya no están pero siempre están presentes en mi mente y corazón.

AGRADECIMIENTO

- Agradezco a mi familia, por siempre motivarme y alentarme en todo momento.
- Agradezco a cada docente de los diversos cursos impartidos a lo largo de mi formación académica y a mi asesora; por haberme otorgado todos los conocimientos necesarios e impulsado a investigar.

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Índice de figuras	8
Resumen	9
Capítulo I: Introducción	10
Capítulo II: Metodología	24
Capítulo III: Resultados	28
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	37
Referencias	45
Anexos	52

Índice de tablas

Tabla 1	28
Tabla 2	30
Tabla 3	32
Tabla 4	32
Tabla 5	33
Tabla 6	34
Tabla 7	34
Tabla 8	35

Índice de figuras

Figura 1	29
Figura 2	31

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la diferencia de autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022. El tipo de investigación es descriptivo comparativo, de diseño no experimental y corte transversal. La población seleccionada la constituyeron los 16456 estudiantes universitarios, de la cual se extrajo como muestra de estudio un total de 180 universitarios entre varones y mujeres por medio de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicó el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) elaborado por Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006) de manera virtual a través de la plataforma Google Forms. Se encontró que existen diferencias en las dimensiones de condición física, fuerza y autoconcepto físico general; mientras que en las dimensiones de habilidad física, atractivo físico y autoconcepto general no se hallaron diferencias significativas.

PALABRAS CLAVES: Autoconcepto físico, habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La salud mental se define como un estado de bienestar a nivel mental que hace posible que un individuo se desenvuelva adecuadamente en el entorno (Organización Mundial de la Salud, 2022). Por lo tanto, se puede decir que la persona tendría que valorar su propio ser, sus emociones, sus capacidades y sentirse capaz de utilizarlas en el día a día. Sin embargo, ¿qué daría a entender si un individuo percibe que no es capaz de ello? El ser humano, a través de la experiencia, adquiere conocimiento y capacidades, las cuales serán utilizadas durante diversas circunstancias de la vida, y a partir de ello, generará ideas y opiniones acerca de dichas facultades, creando una imagen de sí mismo (Loayza, 2019). En otras palabras, que a partir de la percepción de su persona y de su desenvolvimiento en el entorno, formará su autoconcepto.

A raíz de la pandemia por COVID-19, la población mundial tuvo que adaptarse y afrontar de la mejor forma que le fue posible a las diversas situaciones nuevas y desconocidas. Sin embargo, a partir de ello es importante destacar que los contagios masivos fueron solo uno de los puntos de las repercusiones en la población. Cambios como el aislamiento obligatorio, desempleo, educación en modalidad virtual, teletrabajo, cierre de establecimientos públicos, un nivel alto de contagios, colapso en los servicios de salud, y por supuesto, una cantidad abrumadora de pérdidas de vida (Gestión, 2020; Medina, et al., 2021) trajo consigo un incremento en problemas como la ansiedad y depresión (OMS, 2022), así como cambios en la frecuencia de actividad física (Amini, et al., 2020), en la alimentación y el ámbito emocional, que incluso hubo un incremento en el uso de aplicativos móviles

enfocados al bienestar personal (Marilia, et al., 2021). Asimismo, la búsqueda de palabras relacionadas a la salud mental a través de internet fue más frecuente (Andía, et al., 2023), y también hubo una alza en las descargas de aplicaciones de ejercicio físico (Chevalier, 2020). Esto evidencia que en esta situación de crisis, la salud mental y física también se vio comprometida, causando que las personas busquen información de ayuda para su bienestar por propia iniciativa.

En el caso de Latinoamérica, aunque su capacidad de respuesta frente al COVID-19 haya sido en parte, más rápida; fue de los sectores con más riesgo (Ramos, 2020). A raíz del distanciamiento social y el confinamiento también hubo impactos negativos en la salud mental de la población, tales como sintomatología de depresión, ansiedad y estrés, lo cual se evidenció mayormente en individuos más jóvenes (Palomera, et al., 2021). De igual forma, Martínez, et al. (2021) menciona que las personas presentaron cambios en el consumo de alimentos, así como una percepción en mayor medida de ansiedad a partir del aislamiento. El cambio en la alimentación también fue hallado por Villaseñor, et al. (2021) así como cambios en el sueño.

Asimismo, a nivel nacional, debido al confinamiento por COVID-19, también existe evidencia que hubo repercusiones en la salud mental y física de la población. En el Perú, el Instituto Nacional de Ciencias Neurológicas (2021) indica que algunas consecuencias a raíz del aislamiento social incluyen irritabilidad, insomnio, estrés, trastornos emocionales y dificultades en la concentración. De igual forma, se redujo el índice de actividad física y hubo cambios en la conducta alimentaria. Lo cual puede significar un riesgo de aumento de peso o aparición de enfermedades no transmisibles (Esparza, et al., 2022). El bajo nivel de actividad física, puede deberse a que durante la pandemia por COVID-19, los establecimientos públicos como los gimnasios fueron cerrados (Gestión, 2021), además de

que la población debía mantenerse en sus hogares por el aislamiento obligatorio (El Peruano, 2020), como también, al modificar la modalidad presencial de la educación y trabajo a modalidad virtual, se permanece por mayor tiempo sentado frente a la pantalla, aumentando el tiempo de inactividad.

En resumen, dado que la actividad física disminuyó durante el confinamiento por COVID-19, y como es de conocimiento que esta conlleva un beneficio hacia la salud física y mental del individuo (OMS, 2021), es probable que a raíz de la pandemia la percepción que se tenía sobre la condición y aptitudes físicas hayan cambiado, ya que se ha asociado que tener mejores niveles de las mismas se debe a ser físicamente activo (Jodra, et al., 2019). De tal forma que el nivel autoconcepto físico puede verse influido por la condición y habilidades físicas de un individuo (Grao, et al., 2017). Así también, la imagen corporal que un individuo percibe de sí mismo, puede causarle insatisfacción a partir de ciertas circunstancias, como por ejemplo, un aumento no deseado de peso (Paludo, et al., 2022); o también podría influir en el nivel de autoestima (Silva, et al., 2023) o ser un factor de riesgo para conductas alimentarias de riesgo (Ruíz, et al., 2021). Por otro lado, el autoconcepto también puede verse influido por la práctica de actividad física (Gentil, 2019); sin embargo, el nivel de percepción del autoconcepto físico se redujo (Cadena y Cardozo, 2021) debido que el índice de actividad física disminuyó a raíz de la pandemia (Qin, et al., 2020).

Mediante un estudio histórico temporal se encontraron investigaciones cuyo interés se enfoca en la variable de autoconcepto físico. A nivel internacional, Cardozo, et al. (2023) en su investigación que tuvo como uno de sus objetivos el analizar y comparar el autoconcepto físico en universitarios tomando en cuenta el sexo, estrato económico y edad; de tipo comparativo y corte transversal, mediante el uso del Physical Self Questionnaire (PSQ) adaptado al español en una muestra de 239 universitarios, concluyeron que las

mujeres obtenían menores puntuaciones que los hombres tanto en general como en las dimensiones del autoconcepto físico.

Pérez, et al. (2023) en su investigación que tuvo como objetivo analizar las relaciones entre el autoconcepto físico y factores académicos; de diseño descriptivo-exploratorio, de corte transversal y ex post-facto, mediante el uso del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) en una muestra de 1650 estudiantes, llegaron a la conclusión de que existe una relación entre las dimensiones del autoconcepto físico y el sexo obteniendo que los valores se inclinan más a favor de los hombres que de las mujeres.

Vernetta, et al. (2023) en su investigación que tuvo como objetivo analizar y comparar la condición física, autoconcepto físico y sus probables asociaciones con el género; de tipo descriptivo comparativo relacional y corte transversal, mediante la aplicación del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) y otras pruebas físicas, en una muestra de 91 adolescentes, concluyeron que respecto a las habilidad y atractivo físico lo varones tenían mejor nivel en comparación con las chicas, cuyo mayor puntaje se encontraba en el autoconcepto global.

Rodríguez, et al. (2023) en su investigación que tuvo como objetivo comparar los perfiles de autoconcepto físico entre hombres y mujeres mexicanos; de enfoque cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, mediante el uso del Physical Self-Description Questionnaire en una muestra de 1146 participantes, concluyeron que los varones alcanzaron niveles más altos en ocho subescalas que las mujeres.

Urrutia, et al. (2023) en su investigación que tuvo como finalidad analizar el autoconcepto físico en clases de educación física de acuerdo a las variables del cuestionario utilizado y las variables sociodemográficas, así como su relación; de enfoque cuantitativo,

de alcance descriptivo correlacional y transversal y diseño no experimental, mediante la aplicación del Cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes en una muestra de 279 estudiantes, concluyeron que respecto al autoconcepto físico, existen diferencias significativas en todas sus variables, favoreciendo a los varones.

Cadena y Cardozo (2021) en su investigación que tuvo como objetivo analizar la percepción del autoconcepto físico en universitarios en tiempos de confinamiento por COVID-19 de acuerdo al sexo, estrato socioeconómico y edad; de tipo comparativo y corte transversal, mediante el uso del Physical Self Questionnaire (PSQ) adaptado al español en una muestra de 499 estudiantes universitarios de 18 a 48 años, concluyeron que los individuos que se encontraban en confinamiento y aislamiento obligatorio por la COVID-19 obtuvieron niveles bajos en su percepción de autoconcepto físico; asimismo, las mujeres obtuvieron menores niveles que los hombres; además, los universitarios de los estratos socioeconómicos tres (bajo medio) y cuatro (medio) también mostraron menores niveles que los de estratos uno (bajo bajo) y dos (bajo); y finalmente se encontraron diferencias significativas según la edad, pero no se evidencia una reducción gradual conforme aumenta la edad.

Morales, et al. (2021) en su estudio que tuvo como objetivo analizar las dimensiones del autoconcepto de acuerdo con características sociodemográficas; de tipo descriptivo relacional, corte transversal y no experimental, mediante la aplicación de la Escala de Autoconcepto Forma 5, en una muestra de 1029 estudiantes, llegaron a la conclusión de que el autoconcepto físico tuvo mayores niveles en las mujeres.

Fernández, et al. (2020) en su investigación que tuvo como objetivo analizar el autoconcepto físico a partir de indicadores sociodemográficos y su relación con la actividad física; de tipo descriptivo inferencial y corte transversal, mediante el uso del Cuestionario

de Autoconcepto Físico (CAF) en una muestra de 1093 estudiantes, llegaron a la conclusión que el nivel de autoconcepto físico es mayor en hombres que en las mujeres, y las puntuaciones incrementan a medida que la edad aumenta.

Tapia (2019) en su investigación que tuvo como uno de sus objetivos el conocer si existen diferencias según el sexo en las variables de autoconcepto físico, actividad física y el nivel de adhesión a la dieta mediterránea; de tipo descriptivo y corte transversal, mediante la aplicación del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF), un Cuestionario sobre la práctica de actividad física de elaboración propia del autor de la investigación y el Cuestionario KIDMED en una muestra de 189 adolescentes, concluyó que las puntuaciones de la mayoría de las escalas, salvo el atractivo físico, tenían niveles bajos en el sexo femenino.

A nivel nacional y local existen escasas investigaciones que describan o comparen el nivel de autoconcepto físico en alguna población. Los estudios que se pueden hallar corresponden a investigaciones correlacionales que buscan la relación entre autoconcepto físico con otras variables (Huapalla, 2019), también incluyen investigaciones con enfoque explicativo-causal (Cajachagua, et al., 2022), asimismo, conciernen estudios que buscan evidenciar propiedades psicométricas de un instrumento que mide la variable del autoconcepto físico (Mamani, et al., 2023; Chávarry, 2021; Bueno, 2018).

No obstante, se pudo hallar una investigación perteneciente a Lago y Suárez (2021) cuya investigación que tuvo como objetivo describir los niveles del autoconcepto en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, de tipo cuantitativo, de nivel descriptivo comparativo, no experimental y corte transversal, mediante la aplicación del cuestionario de Autoconcepto Forma 5 en una muestra de 821

estudiantes universitarios, llegaron a la conclusión de que el autoconcepto físico obtuvo mayormente un nivel bajo.

Así también, Guirimaray (2020) con el objetivo de determinar el nivel de autoconcepto global en adolescentes; de tipo descriptivo simple de corte transversal, mediante la aplicación del Cuestionario de Autoconcepto Forma 5 (AF5) en una muestra de 50 individuos de 2do y 3ro de secundaria, llegando a la conclusión de que las dimensiones familiares y académico se encuentran en niveles óptimos, mientras que las dimensiones emocional, social y física prevalecen los niveles bajo y promedio.

Por otro lado, Fuentes (2017) en su investigación que tuvo como objetivo analizar la relación entre la actividad física y el autoconcepto físico en universitarios; de tipo descriptivo correlacional, mediante la aplicación de la Escala de Autoconcepto Físico, en una muestra de 1960 estudiantes, indicó como una de sus conclusiones que los varones realizaban mayor ejercicio físico que las mujeres, y a la vez muestran un mayor índice de autoconcepto físico.

Gracias a los diversos antecedentes encontrados, se puede afirmar que es necesario ahondar en el concepto del autoconcepto físico para comprenderlo de mejor forma. Por ello, se realizó una búsqueda para fundamentar teóricamente la variable de esta investigación.

El autoconcepto físico parte del autoconcepto, el cual inicialmente se consideraba unidimensional (Esnaola, et al., 2008); sin embargo, no es hasta que Shavelson, et al. (1976), transforman esa idea en un modelo que concibe al autoconcepto con las características de organizado, multifacético, jerárquico, estable, experimental, valorativo y diferenciable. Además, su estructura estaría dividida en dos áreas: la académica, y la no académica, que se subdivide en social, personal y físico. De esta manera, se entiende que el autoconcepto no solo implica conocer las capacidades intelectuales, sino también, las cualidades relacionales

y emocionales, e incluso las características, aptitudes y apariencia física, los cuales conforman el autoconcepto físico. De esta forma, el autoconcepto global sería la suma de las percepciones de cada una de estas subáreas, y así, un autoconcepto con valoración positiva sería una parte esencial para un adecuado desenvolvimiento y obtener satisfacción y bienestar de por medio (Esnaola, et al., 2008).

Habiendo definido a modo general el autoconcepto, es importante centrar la atención en la última área de este: El autoconcepto físico. La principal definición es la propuesta por Fox y Corbin (1989), quienes lo definen como la percepción que tiene el individuo en ciertas subáreas, las cuales son el atractivo físico, condición física, habilidad física y fuerza. Esta concepción del autoconcepto físico fue usada como referencia para la creación de instrumentos psicométricos como el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) elaborado por Goñi, et al. (2004); quienes también definen al autoconcepto físico como un constructo de cuatro dimensiones. Sin embargo, en la creación de su instrumento psicométrico CAF, consideran dos dimensiones más que las de Fox y Corbin. Así, el CAF se divide en las dimensiones de habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, autoconcepto físico general y autoconcepto general. Estas dos últimas subescalas, las agregan con el fin de obtener información adicional. Y a su vez, consideran a las seis dimensiones como independientes.

Respecto a los conceptos de las seis dimensiones anteriores, se puede definir a la primera dimensión de habilidad física como la percepción de las capacidades y habilidades para aprender y realizar actividades deportivas, la disposición para ello y la seguridad personal. Asimismo, la dimensión de condición física se entiende como la resistencia, energía y la seguridad con el estado y aptitud física. Por otro lado, la dimensión de atractivo físico se concibe como la percepción y la satisfacción con la apariencia e imagen de sí

mismo. A su vez, la dimensión de fuerza se entiende como la valoración de la propia fuerza, percibirse fuerte, sentirse capaz para usar la fuerza y cargar peso. Del mismo modo, la dimensión de autoconcepto físico general se concibe como la opinión y emociones positivas a nivel físico. Finalmente, la dimensión de autoconcepto general se concibe como el nivel de satisfacción con la propia persona y con la vida (Vernetta, et al., 2023).

Habiendo profundizado en el concepto del autoconcepto físico y estudios posteriores, este trabajo se justifica en la capacidad de poder aportar conocimiento acerca del nivel de autoconcepto físico, ya que es posible apreciar que este no es de poca relevancia, debido a que toma un rol importante en el desarrollo de la personalidad del individuo (Esnaola, et al., 2008) como también en el conseguir un buen nivel de bienestar psicológico (Ordóñez, 2015). De igual manera, al realizar un estudio acerca del autoconcepto físico, se puede dar a conocer datos actualizados acerca de la percepción del autoconcepto físico desde una perspectiva local y actual; ya que a través de la búsqueda de investigaciones anteriores para este estudio, se evidenció que en Perú, las cantidad de investigaciones que han abordado esta variable es escasa. Por lo cual, los datos hallados pueden ser útiles para investigaciones futuras, como también para la elaboración de estrategias de promoción, prevención y/o intervención enfocados a la mejora de la percepción del autoconcepto físico. Así, a la vez que se mejora el autoconcepto físico del individuo, se puede mejorar las variables con las cuales está relacionado como la práctica de actividad física (Gentil, 2019). De tal forma que no solo se beneficia la salud mental si no también la salud física, promoviendo un estilo de vida saludable.

1.2. Formulación del problema

Pregunta general

¿Existe diferencia de autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?

Preguntas específicas

- ¿Existe el nivel de autoconcepto físico en estudiantes universitarios varones de una universidad privada de Trujillo, 2022?
- ¿Existe el nivel de autoconcepto físico en estudiantes universitarias mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- ¿Existe diferencia en la dimensión de habilidad física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?
- ¿Existe diferencia en la dimensión de condición física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?
- ¿Existe diferencia en la dimensión de atractivo físico de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?
- ¿Existe diferencia en la dimensión de fuerza de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?

- ¿Existe diferencia en la dimensión de autoconcepto físico general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?
- ¿Existe diferencia en la dimensión de autoconcepto general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la diferencia de autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022. Así también, se planteó como

Objetivos específicos:

- Determinar el nivel de autoconcepto físico en estudiantes universitarios varones de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- Determinar el nivel de autoconcepto físico en estudiantes universitarias mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- Determinar la diferencia en la dimensión habilidad física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- Determinar la diferencia en la dimensión condición física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

- Determinar la diferencia en la dimensión atractivo físico de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- Determinar la diferencia en la dimensión fuerza de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- Determinar la diferencia en la dimensión autoconcepto físico general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- Determinar la diferencia en la dimensión autoconcepto general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

1.4. Hipótesis

Para la presente investigación se plantearon las hipótesis correspondientes, siendo la hipótesis general:

- H1: Existe diferencia significativa en el nivel de autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en el nivel de autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Así también, se plantearon como hipótesis específicas:

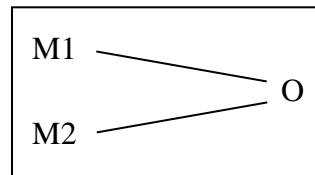
- H1: Existe diferencia significativa en la dimensión habilidad física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en la dimensión habilidad física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H2: Existe diferencia significativa en la dimensión condición física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en la dimensión condición física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H3: Existe diferencia significativa en la dimensión atractivo físico de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en la dimensión atractivo físico de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H4: Existe diferencia significativa en la dimensión fuerza de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en la dimensión fuerza de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

- H5: Existe diferencia significativa en la dimensión autoconcepto físico general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en la dimensión autoconcepto físico general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H6: Existe diferencia significativa en la dimensión autoconcepto general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.
- H0: No existe diferencia significativa en la dimensión autoconcepto general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La presente investigación es de nivel descriptivo comparativo, de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo, diseño no experimental y corte transversal. Descriptivo al especificar características de algún aspecto de determinada población; comparativo al contrastar datos de poblaciones diferentes; cuantitativo ya que se recopila datos y se analiza de forma estadística; no experimental debido a que no se manipula de forma intencional la variable de estudio; y finalmente transversal debido a que se recopilan datos en un momento específico (Hernández, et al., 2014).

El diagrama de la investigación es:



Donde:

M1 = Varones

M2 = Mujeres

O = Nivel de autoconcepto físico

El diagrama anterior representa la comparación que se realiza en la investigación en estudiantes universitarios varones (M1) y mujeres (M2) de una universidad privada de Trujillo, de acuerdo con su nivel obtenido en la variable del autoconcepto físico (O) de acuerdo con cada una de sus dimensiones independientes.

Por otro lado, la población de estudio seleccionada; es decir, el conjunto de elementos que comparten o coinciden en sus características (Hernández, et al., 2014) la conforman los estudiantes universitarios de una universidad privada de Trujillo, siendo un

total de 16 456 de individuos matriculados en el período 2022-I. Asimismo, la muestra, que hace referencia a un subgrupo de la población de estudio (Pérez, 2020) es de tipo no probabilístico por conveniencia, lo cual se entiende como extraer un subgrupo de la población dependiendo de las características del estudio y por el fácil acceso a este en el momento (Hernández, et al., 2014), quedando conformado por 180 estudiantes universitarios, divididos en 90 varones y 90 mujeres.

Respecto a la recopilación de datos del presente estudio, se hizo uso la técnica del cuestionario, que hace referencia a un conjunto de preguntas acerca de la o las variables a medir (Hernández, et al., 2014), mediante el uso del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi, Ruiz y Rodríguez (2006), adaptado por Silva (2015), el cual fue redactado y aplicado en modalidad virtual a través de la plataforma de Google Forms. Posteriormente, los datos fueron vaciados al programa Microsoft Excel, para realizar el recuento y asignación de valores a las respuestas obtenidas. Asimismo, se analizaron los datos en el programa estadístico de SPSS, obteniendo las frecuencias para los niveles de cada una de las dimensiones independientes del autoconcepto físico. De igual forma, se recurrió a la prueba no paramétrica de U de Mann-Whitney, la cual se utiliza para comparar diferencias entre las medianas de dos muestras (Ramírez y Polack, 2020), de tal forma, que se podrá conocer si existe o no diferencias en los niveles de las dimensiones de la variable de estudio según el sexo.

Este instrumento analiza la variable de estudio en cuatro dimensiones principales: Habilidad Física, a la cual le corresponden los ítems 1, 6, 17, 23, 28 y 33; Condición Física, cuyas preguntas son 2, 7, 11, 18, 24 y 29; Atractivo Físico, el cual engloba los reactivos 8, 12, 19, 25, 30 y 34; y Fuerza, que incluye a las preguntas 3, 9, 13, 20, 31 y 35. Además de estos, cuenta con dos dimensiones adicionales que fueron agregadas por los autores con un

fin de interés informativo, las cuales son: Autoconcepto Físico General, conformado por los ítems 4, 14, 16, 21, 26 y 36; y Autoconcepto General, que incluye a los ítems 5, 10, 15, 22, 27 y 32. De este modo, se obtienen un total de 36 ítems. Asimismo, las dimensiones que componen el instrumento utilizado son independientes. La aplicación es colectiva y sus opciones de respuesta se dividen en: Falso, Casi siempre falso, A veces verdadero/a veces falso, Casi siempre verdadero y Verdadero; de tal forma que se concibe en una escala de Likert de cinco puntos, asignando puntajes del 1 al 5 respectivamente, excepto a los ítems 5, 6, 7, 8, 9, 15, 16, 22, 23, 24, 25, 26, 32, 33, 35 y 36, a los cuales se le asigna un puntaje inverso en las opciones de respuesta; es decir del 5 al 1. Como las dimensiones del instrumento son independientes, no se haya una suma total general, sino por dimensiones, correspondiendo un máximo de 30 puntos para cada una. Por otro lado, se estima un tiempo de administración de 10 a 15 minutos (Silva, 2015).

Respecto a la validez de contenido del instrumento seleccionado, los autores de este cuestionario realizaron su validación a través de juicio de expertos quienes determinaron los ítems que medían cada dimensión; asimismo la validez de constructo a través del método ítem – escala, hallando que existe una correlación entre los factores de 0,615 y 0,850 indicando valores moderados y altos (Silva, 2015). Asimismo, en Perú, la adaptación de Silva (2015) estableció la validez de criterio y de constructo, hallando un nivel superior al mínimo de 0,20 de discriminación, por lo que el cuestionario es válido y confiable.

Respecto a la confiabilidad del instrumento a utilizar, Silva (2015) indica que los autores originales hallaron que este posee un 0,92 de fiabilidad en general; y en relación con las dimensiones, la subescala de Habilidad Física obtiene un 0,85; Condición Física, 0,89; Atractivo Físico, 0,87; y Fuerza un 0,84. En el caso de Silva (2015), respecto a su adaptación local, la confiabilidad del instrumento se estableció a través de consistencia interna y

estabilidad mediante la técnica de test – retest, hallando que los ítems miden lo que pretenden medir y por ende son sumables; asimismo, el cuestionario mantuvo estabilidad entre la ambas aplicaciones.

Respecto a los aspectos éticos, se tomó en cuenta lo que menciona el Colegio de Psicólogos del Perú (2018), como el artículo 24° acerca de la necesidad de contar con un consentimiento informado. En este, se dio a conocer el procedimiento y objetivo de la investigación, además de reiterar que la participación es voluntaria, por lo que no fueron obligados a participar si no lo deseaban. Asimismo, se consideró el artículo 26°, el cual hace referencia a la veracidad y objetividad de la información recopilada, la cual se obtuvo sin manipulación alguna. De igual manera el artículo 27°, que refiere que al aplicar instrumentos o técnicas, estas deben contar con validez científica. Así también, el artículo 36° que indica que el anonimato de una persona se debe mantener si es para fines de investigación.

De igual forma, se tuvo en cuenta lo mencionado por la Universidad Privada el Norte (2022), como el artículo 5°, el cual hace referencia a la promoción de la investigación científica y la protección de los datos recabados. Así también, se menciona que las investigaciones son propias de los contribuyentes y se han realizado sin quebrantar derechos de terceros. También se indica que las creaciones presentadas son responsabilidad de los autores.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En el capítulo de resultados, se presentan lo obtenido para los objetivos específicos; inicialmente dos tablas donde se detalla el nivel de autoconcepto físico de acuerdo con cada dimensión, la primera tabla aplicada a varones, y la segunda, a mujeres; a modo de descripción simple. Posteriormente, las siguientes seis tablas abordarán la comparación entre ambas muestras en cada dimensión del autoconcepto físico a través del análisis e interpretación por medio de la prueba de U de Mann-Whitney.

Tabla 1

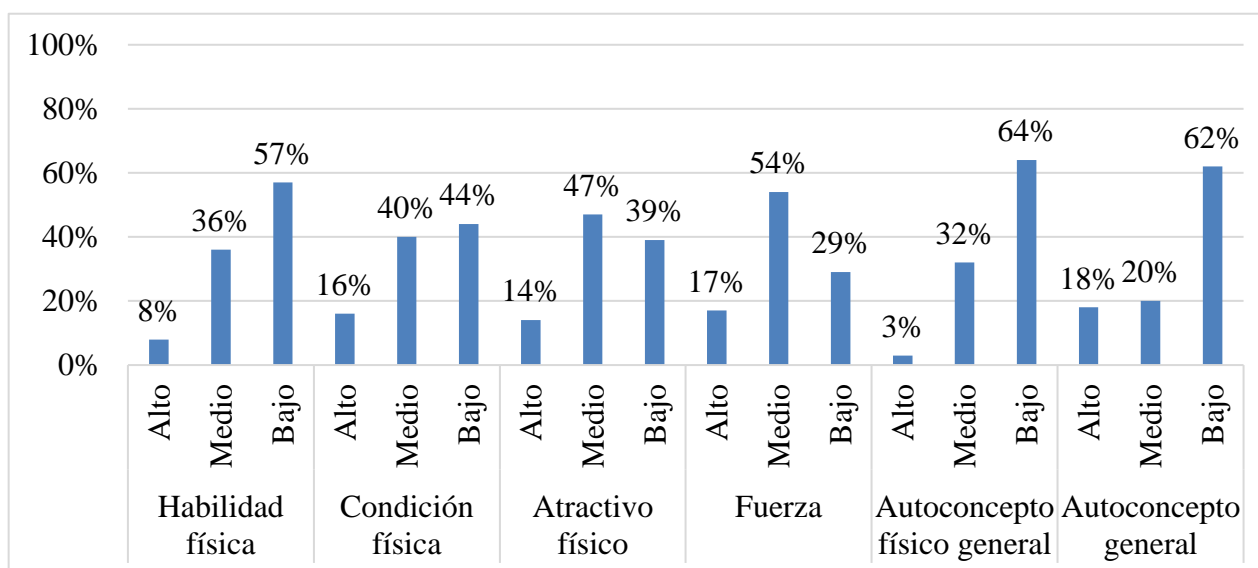
Nivel de autoconcepto físico

Dimensión	Nivel	N	%
Habilidad física	Alto	7	8%
	Medio	32	36%
	Bajo	51	57%
Condición física	Alto	14	16%
	Medio	36	40%
	Bajo	40	44%
Atractivo físico	Alto	13	14%
	Medio	42	47%
	Bajo	35	39%
Fuerza	Alto	15	17%
	Medio	49	54%
	Bajo	26	29%
Autoconcepto físico general	Alto	3	3%
	Medio	29	32%
	Bajo	58	64%
Autoconcepto general	Alto	16	18%
	Medio	18	20%
	Bajo	56	62%

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones de una universidad privada de Trujillo,
2022.

Figura 1

Nivel de autoconcepto físico



Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones de una universidad privada de Trujillo,
2022

Se puede observar en la Tabla 1 los niveles del cuestionario de autoconcepto físico según sus dimensiones independientes en universitarios varones. Respecto a la dimensión de habilidad física, se obtuvo un 57% en nivel bajo, 36% en nivel medio y un 8% en alto. En la dimensión de condición física se obtuvo en mayor proporción un 44% en nivel bajo, 40% en nivel medio y un 16% en nivel alto. En la dimensión de atractivo físico se encontró mayormente un 47% en un nivel medio, 39% en nivel bajo y un 14% en nivel alto. Por otro lado, en la dimensión de fuerza, se encontró un 54% en nivel medio, un 29% en nivel bajo y

un 17% en nivel alto. Respecto a la dimensión de autoconcepto físico general, se encontró un nivel bajo de 64%, seguido de un nivel medio de 32% y un 3% en nivel alto. Finalmente en la dimensión de autoconcepto general, se encontró un 62% en nivel bajo, un 20% en nivel medio y un 18% en nivel alto.

Tabla 2

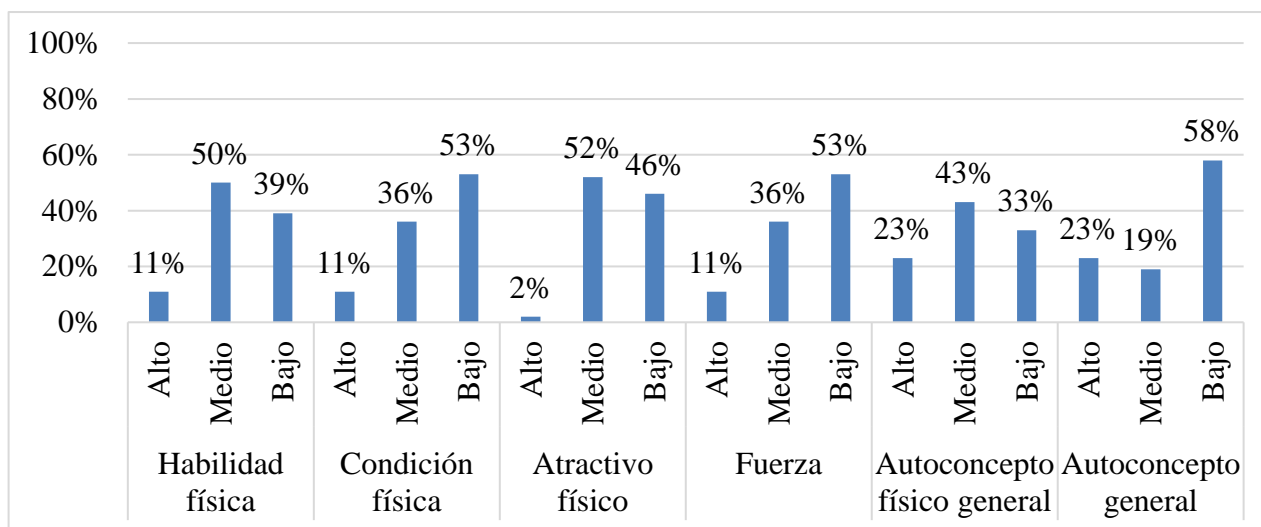
Nivel de autoconcepto físico

Dimensión	Nivel	N	%
Habilidad física	Alto	10	11%
	Medio	45	50%
	Bajo	35	39%
Condición física	Alto	10	11%
	Medio	32	36%
	Bajo	48	53%
Atractivo físico	Alto	2	2%
	Medio	47	52%
	Bajo	41	46%
Fuerza	Alto	10	11%
	Medio	32	36%
	Bajo	48	53%
Autoconcepto físico general	Alto	21	23%
	Medio	39	43%
	Bajo	30	33%
Autoconcepto general	Alto	21	23%
	Medio	17	19%
	Bajo	52	58%

Nota: Aplicado a estudiantes universitarias mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Figura 2

Nivel de autoconcepto físico



Nota: Aplicado a estudiantes universitarias mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Se puede observar en la Tabla 2 los niveles del cuestionario de autoconcepto físico según sus dimensiones independientes en universitarias mujeres. Respecto la dimensión de habilidad física, se obtuvo un 50% en nivel medio, 39% en nivel bajo y un 11% en alto. En la dimensión de condición física se halló en mayor proporción un 53% en nivel bajo, 36% en nivel medio y un 11% en nivel alto. En la dimensión de atractivo físico se encontró mayormente un 52% en un nivel medio, 46% en nivel bajo y un 2% en nivel alto. Por otro lado, en la dimensión de fuerza, se encontró un 53% en nivel bajo, un 36% en nivel medio y un 11% en nivel alto. Respecto a la dimensión de autoconcepto físico general, se obtuvo un nivel medio de 43%, seguido de un nivel bajo de 33% y un 23% en nivel alto. Finalmente en la dimensión de autoconcepto general, se encontró un 58% en nivel bajo, un 23% en nivel alto y un 19% en nivel medio.

Tabla 3

Diferencia de la dimensión habilidad física de la variable autoconcepto físico

Estadísticos de prueba ^a	
Habilidad física	
U de Mann-Whitney	3718.000
W de Wilcoxon	7813.000
Z	-0.955
Sig. asin. (bilateral)	0.340

a. Variable de agrupación: SEXO

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

De acuerdo con la Tabla 3, posterior al análisis de diferencia de datos en la dimensión de habilidad física mediante la técnica de U de Mann-Whitney entre estudiantes universitarios varones y mujeres, se obtuvo un valor P de .340 ($P \leq 0,05$), con un nivel de significancia de 0,05%, indica ser no significativo y por consiguiente, no existe diferencia significativa entre ambos grupos.

Tabla 4

Diferencia de la dimensión condición física de la variable autoconcepto físico

Estadísticos de prueba ^a	
Condición física	
U de Mann-Whitney	2706.000
W de Wilcoxon	6801.000
Z	-3.859

Sig. asin. (bilateral) <.001

a. Variable de agrupación: SEXO

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Conforme a la Tabla 4, posterior al análisis de diferencia de datos en la dimensión de condición física mediante la técnica de U de Mann-Whitney entre estudiantes universitarios varones y mujeres, se alcanzó un valor P de <.001 ($P \leq 0,05$), con un nivel de significancia del 0,05%, revela ser estadísticamente significativo y por consiguiente, sí existe diferencia significativa entre ambos grupos.

Tabla 5

Diferencia de la dimensión atractivo físico de la variable autoconcepto físico

Estadísticos de prueba ^a	
Atractivo físico	
U de Mann-Whitney	3514.000
W de Wilcoxon	7609.000
Z	-1.540
Sig. asin. (bilateral)	0.124
a. Variable de agrupación: SEXO	

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Como se observa en la Tabla 5, posterior al análisis de diferencia de datos en la dimensión de atractivo físico mediante la técnica de U de Mann-Whitney entre estudiantes

universitarios varones y mujeres, se obtuvo un valor P de .124 ($P \leq 0,05$), con un nivel de significancia del 0,05%, lo cual indica ser no significativo y por ende, no existe diferencia significativa entre ambos grupos.

Tabla 6

Diferencia de la dimensión fuerza de la variable autoconcepto físico

Estadísticos de prueba ^a	
Fuerza	
U de Mann-Whitney	2632.500
W de Wilcoxon	6727.500
Z	-4.069
Sig. asin. (bilateral)	<.001
a. Variable de agrupación: SEXO	

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

De acuerdo con la Tabla 6, posterior al análisis de diferencia de datos en la dimensión de fuerza mediante la técnica de U de Mann-Whitney entre estudiantes universitarios varones y mujeres, se alcanzó un valor P de <.001 ($P \leq 0,05$), con un nivel de significancia del 0,05%, lo cual revela ser estadísticamente significativo, de modo que sí existe diferencia significativa entre ambos grupos.

Tabla 7

Diferencia de la dimensión autoconcepto físico general de la variable autoconcepto físico

Estadísticos de prueba ^a	
Autoconcepto físico general	
U de Mann-Whitney	2568.500
W de Wilcoxon	6663.500
Z	-4.252
Sig. asin. (bilateral)	<.001
a. Variable de agrupación: SEXO	

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Conforme a la Tabla 7, posterior al análisis de diferencia de datos en la dimensión de autoconcepto físico general mediante la técnica de U de Mann-Whitney entre estudiantes universitarios varones y mujeres, se obtuvo un valor P de <.001 ($P \leq 0,05$), con un nivel de significancia del 0,05%, indica ser estadísticamente significativo y por consiguiente, sí existe diferencia significativa entre ambos grupos.

Tabla 8

Diferencia de la dimensión autoconcepto general de la variable autoconcepto físico

Estadísticos de prueba ^a	
Autoconcepto general	
U de Mann-Whitney	3927.500
W de Wilcoxon	8022.500
Z	-0.352
Sig. asin. (bilateral)	0.725
a. Variable de agrupación: SEXO	

Nota: Aplicado a estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, 2022.

Como se observa en la Tabla 8, posterior al análisis de diferencia de datos en la dimensión de atractivo físico mediante la técnica de U de Mann-Whitney entre estudiantes universitarios varones y mujeres, se alcanzó un valor P de .725 ($P \leq 0,05$), con un nivel de significancia del 0,05%, revelando ser no significativo y por ende, no existe diferencia significativa entre ambos grupos.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Esta investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de autoconcepto físico en estudiantes universitarios varones, hallando que en mayor proporción, los varones obtienen niveles bajos en la dimensión de habilidad física (57%), condición física (44%), autoconcepto físico general (64%) y autoconcepto general (62%); mientras que en las dimensiones de atractivo físico y fuerza se obtuvo principalmente un nivel medio, con un 47% y 54% respectivamente. Esto se asemeja a lo encontrado en Guirimaray (2020) que encontró que a nivel general, los niveles que predominaban en el autoconcepto físico eran promedio y bajo. A partir de ello, se puede decir que los varones se perciben con cierta capacidad para la realización de actividad física, así como una valoración regular acerca de su físico.

De igual manera, se tuvo como objetivo determinar el nivel de autoconcepto físico en estudiantes universitarias mujeres, encontrando que en su mayor parte, las mujeres obtienen un nivel bajo en la dimensión de condición física (53%), fuerza (53%) y autoconcepto general (58%); seguido de un nivel medio en las dimensiones de habilidad física (50%), atractivo físico (52%) y autoconcepto físico general (43%). Esto es similar a lo encontrado en Lago y Suárez (2021) que indicaron que se obtuvieron en su mayoría, niveles bajos. A partir de ello, se puede indicar que las mujeres perciben su resistencia y capacidad física con un nivel bajo, puedan poseer poca confianza respecto a su fuerza física, así como también una baja satisfacción acerca de su persona y desenvolvimiento en su vida.

Así también, se tuvo como objetivo determinar la diferencia de la dimensión habilidad física de la variable de autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, encontrando a través de la técnica estadística de U de Mann-Whitney un valor p de .340 mayor al p tabular 0,05, lo cual indica

que no existe diferencia entre ambas muestras. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula. Aunque esto difiere de algunas investigaciones encontradas que hallaron diferencias en esta dimensión en base al sexo de los participantes, siendo los varones que obtienen una mejor puntuación comparado con las mujeres, refiriendo que puede deberse a la práctica de ejercicio físico o a la presión social sobre los estereotipos físicos, lo cual es dirigido mayormente a las mujeres (Cardozo, et al., 2023; Pérez, et al., 2023; Vernetta, et al.; 2023). Este contraste podría deberse a que estos resultados son de una procedencia y año distintos, como también a la posibilidad de que los participantes realicen algún tipo de actividad física ya que es probable que la práctica de esta mejore los niveles en ciertas dimensiones del autoconcepto físico (Fernández, et al., 2020). A partir de ello, se entiende que ambos grupos poseen niveles semejantes en cuanto a lo que perciben acerca de sus capacidades para aprender y practicar deportes y la tendencia o predisposición para realizarlos. Además, sería adecuado que se tomara en cuenta, para futuras investigaciones, la práctica de actividad física como una variable adicional para hallar las diferencias en esta dimensión en el contexto nacional.

Además de ello, se tuvo como finalidad determinar la diferencia de la dimensión condición física de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, obteniendo a través de la técnica de U de Mann-Whitney un valor p de $<.001$ menor al p tabular 0,05 demostrando que sí existe diferencia entre ambas muestras. Por ello, se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula. Esto se asemeja a estudios encontrados que indican que encontraron diferencias significativas en esta dimensión en base al sexo (Cardozo, et al., 2023; Pérez, et al., 2023; Cadena y Cardozo, 2021; Fernández, et al., 2020; Fuentes, 2017). Por lo cual, se

entiende que los grupos de estudio presentan una diferencia respecto a sus percepciones de su forma física, el nivel de resistencia y energía física.

Así también, esta investigación tuvo como propósito determinar la diferencia de la dimensión atractivo físico de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, por medio de la técnica de U de Mann-Whitney un valor p de .124 mayor al p tabular 0,05 probando que no existe diferencia entre ambas muestras. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula. Esto es similar a lo hallado por Fernández, et al. (2023) y Tapia (2019) que indicaban que tanto los varones como mujeres no tenían alguna diferencia significativa en la escala de apariencia física. Sin embargo, también se hallan estudios que indican lo contrario, explicando que existen diferencias, siendo los varones los que obtienen un mayor puntaje, lo cual pueda deberse al hecho de que los hombres no perciben tanta presión respecto a su físico como las mujeres (Vernetta, et al., 2023). A partir de ello, se puede decir que ambos grupos presentan una similitud en cuanto a lo que perciben respecto a su aspecto y al nivel de confianza y satisfacción con el aspecto de sí mismos.

Asimismo, esta investigación tuvo como objetivo determinar la diferencia de la dimensión fuerza de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, hallando por medio de la técnica de U de Mann-Whitney un valor p de $<.001$ menor al p tabular 0,05 indicando que sí existe diferencia entre ambas muestras. Por lo cual, se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula. Esto es similar a algunos estudios que también encontraron diferencias de acuerdo con el sexo de los participantes, siendo las mujeres las que obtienen un menor nivel en esta dimensión (Cardozo, et al., 2023; Pérez, et al., 2023; Rodríguez, et al., 2023; Cadena y Cardozo, 2021; Fernández, et al, 2020; Fuentes, 2017). Esto revela que existe una

desigualdad entre ambos grupos en cuanto a su nivel de confianza y capacidad para hacer uso de su propia fuerza y el percibirse y sentirse fuerte.

Por otro lado, esta investigación tuvo como finalidad determinar la diferencia de la dimensión autoconcepto físico general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, encontrando por medio de la técnica de U de Mann-Whitney un valor p de $<.001$ menor a p tabular $0,05$ demostrando que sí existe diferencia entre ambas muestras. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula. Esto es similar a otras investigaciones encontradas que indican que existe diferencia en esta dimensión, lo cual puede deberse al nivel de práctica de ejercicio físico (Cardozo, et al., 2023; Pérez, et al., 2023; Urrutia, et al., 2023; Fernández, et al., 2020; Tapia, 2019). Esto indica que ambos grupos presentan diferencias en cuanto a lo que perciben respecto a su físico y a las opiniones que poseen respecto al mismo.

Finalmente, esta investigación tuvo como propósito determinar la diferencia de la dimensión autoconcepto general de la variable autoconcepto físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres de una universidad privada de Trujillo, hallando a través de la técnica de U de Mann-Whitney un valor p de $.725$ mayor al p tabular $0,05$ probando que no existe diferencia entre ambas muestras. Por ello, se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula. Esto se asemeja a lo encontrado por Fernández, et al. (2020) que indica que entre varones y mujeres no existen diferencias en esta dimensión. Aunque existen investigaciones que afirman que existe una diferencia respecto al sexo en esta dimensión, siendo las mujeres las que obtienen mejor puntaje (Vernetta, et al., 2023). El contraste puede deberse a que esta dimensión abarca a ítems relacionados a la percepción general del individuo y no necesariamente sobre el aspecto físico, ya que, como se mencionó

anteriormente, esta dimensión es una de las que se agregaron por los autores originales con la finalidad de brindar información adicional. A partir de ello, se entiende que ambos grupos poseen niveles similares en su satisfacción que tienen acerca de su persona y con su vida.

En resumen, se puede evidenciar que existen diferencias significativas en las dimensiones de condición física, fuerza y autoconcepto físico general entre universitarios varones y mujeres; mientras que las dimensiones de habilidad física, atractivo físico y autoconcepto general mantienen niveles similares en ambas muestras.

Respecto a las limitaciones del presente estudio se consideran que la muestra de estudio estaba compuesta por universitarios de 8° y 10° ciclo, siendo esta una muestra pequeña, lo que podría representar una dificultad para poder generalizar los resultados a todos los universitarios; por lo que se considera ideal abarcar desde los primeros ciclos o ampliar a otras universidades para aumentar la precisión del estudio; o incluso enfocarse en otra población, y a partir de ello poder realizar una comparativa en base a la edad, la práctica de actividad física, autoestima, conductas alimentarias u otras variables o su relación con ellas, debido a que pueden influir en los niveles de las dimensiones del autoconcepto físico como pueden evidenciarse en diversos estudios de años anteriores (Moreno, et al., 2008; Fernández, et. al., 2010; Espinoza, et. al., 2011; Aróstegui, et. al., 2013; Molero, et.al., 2013; Álvarez, et. al., 2015; Chacón, et al., 2016). Esto último conduce a otra de las limitaciones contempladas, la cual es el número limitado de artículos que se centran en el autoconcepto físico en el contexto nacional, ya que la mayoría de artículos encontrados se centran en el extranjero, lo cual es beneficioso; sin embargo, es necesario tener también una perspectiva peruana más amplia, por lo cual sería conveniente ahondar en mayor proporción acerca de los niveles de esta variable en diferentes poblaciones, si puede aumentarse gracias a alguna intervención, si se relaciona o no con alguna otra variable o establecer más comparativas,

todo ello con la finalidad de tener una visión más amplia de lo que implica tener un alto o bajo autoconcepto físico en los tiempos actuales.

Por otro lado, respecto a las implicancias, en el ámbito práctico, esta investigación puede ser útil para poder desarrollar programas enfocados a la promoción y mejora del autoconcepto físico y los aspectos relacionados, con el fin de perseguir una adecuada salud mental y física. En el ámbito teórico, podrá aportar mayor conocimiento y comprensión acerca de cómo se perciben actualmente las capacidades, habilidades y aspecto físico y qué valor se le asigna, teniendo en cuenta los estereotipos y la presión social presente en la sociedad para alcanzar un supuesto cuerpo ideal. Y finalmente, en el ámbito metodológico, puede aportar conocimiento y un impulso a desarrollar o adaptar a diferentes poblaciones otras técnicas para la medición de la variable de estudio, con la finalidad de tener mayores opciones de instrumentos para la realización de investigaciones e incluso poder realizar alguna comparación a partir de las técnicas aplicadas.

CONCLUSIONES

Se encuentra que los estudiantes universitarios de una universidad privada de Trujillo no poseen diferencias significativas en las dimensiones de habilidad física, atractivo físico y autoconcepto general; mientras que en las dimensiones de condición física, fuerza y autoconcepto físico general sí se obtienen diferencias significativas.

Se evidencia que los estudiantes universitarios varones de una universidad privada de Trujillo muestran un nivel bajo en las dimensiones de habilidad y condición física, autoconcepto físico general y autoconcepto general; mientras que atractivo físico y fuerza se

mantiene en un nivel medio, así como se evidencia en los resultados obtenidos de la presente investigación.

Asimismo, las estudiantes universitarias mujeres de una universidad privada de Trujillo, muestran un nivel bajo en las dimensiones de condición física, fuerza y autoconcepto general; mientras que la habilidad física, atractivo físico y autoconcepto físico general se mantienen en un nivel medio, tal y como se demuestran en los resultados encontrados en la presente investigación.

Por otro lado, se evidencia que en la dimensión de habilidad física entre estudiantes universitarios varones y mujeres no existe diferencia, tal y como se indica en los resultados obtenidos mediante la prueba U de Mann-Whitney de un valor p de .340 mayor al p tabular 0,05 indicando que no existe diferencia significativa entre ambas muestras.

Además, se evidencia que existe diferencia en la dimensión de condición física entre estudiantes universitarios varones y mujeres, de acuerdo con lo que se observa en los resultados obtenidos mediante la prueba U de Mann-Whitney de un valor p de <.001 menor al p tabular 0,05 indicando que existe diferencia significativa entre ambas muestras.

Por otro lado, se observa que en la dimensión de atractivo físico entre estudiantes universitarios varones y mujeres no existe diferencia, así como se indica en los resultados obtenidos mediante la prueba U de Mann-Whitney de un valor p de .124 mayor al p tabular 0,05 indicando que no existe diferencia significativa entre ambas muestras.

Así también, se evidencia que existe diferencia en la dimensión de fuerza entre estudiantes universitarios varones y mujeres, tal y como se muestra en los resultados obtenidos mediante la prueba U de Mann-Whitney de un valor p de <.001 menor al p tabular 0,05 indicando que existe diferencia significativa entre ambas muestras.

De igual manera, se evidencia que en la dimensión de autoconcepto físico general entre estudiantes universitarios varones y mujeres existe diferencia, así como se demuestra en los resultados obtenidos mediante la prueba U de Mann-Whitney de un valor p de $<.001$ menor a p tabular 0,05 indicando que existe diferencia significativa entre ambas muestras.

Finalmente, se evidencia que no existe diferencia en la dimensión de autoconcepto general entre estudiantes universitarios varones y mujeres, tal y como indican en los resultados obtenidos mediante la prueba U de Mann-Whitney de un valor p de .725 mayor al p tabular 0,05 indicando que no existe diferencia significativa entre ambas muestras.

Referencias

Álvarez, L., Cuevas, R., Lara, A. & González, J. (2015). Diferencias en el autoconcepto físico en practicantes y no practicantes de actividad física en estudiantes universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15 (2), 27 – 33. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227041129004>

Amini, H., Isanejad, A., Chamani, N., Movahedi-Fard, F., Salimi, F., Moezi, M., y Habibi, S. (2020). Physical activity during COVID-19 pandemic in the Iranian population: A brief report. *Heliyon*, 6 (11), e05411. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05411>

Andía, I., Ayala, V., Díaz, J., Llange, M., Picón, S., Reyes, E., Armada, J. y Mejía, C. (2023). Análisis con Goggle Trends y Our World in Data sobre la salud mental mundial en el contexto de la pandemia por covid-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 2023. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2023.04.001>

Aróstegi, G., Goñi, A., Zubillaga, A. y Infante, G. (2013). El autoconcepto físico de jóvenes futbolistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13 (1), 9 – 13. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232013000100002

Bueno, V. (2018). *Propiedades psicométricas del cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) en bailarines de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Institucional - Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <http://hdl.handle.net/10757/624842>

Cadena, L. y Cardozo, L. (2021). Percepción del autoconcepto físico en estudiantes universitarios en tiempo de confinamiento por COVID-19. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21 (3), 48 – 61. <https://doi.org/10.6018/cpd.443591>

Cajachagua, M., Vilca, L. y Villavicencio, R. (2022). Influencia de autoconcepto en los estilos de vida de estudiantes de enfermería en una universidad privada del Este de Lima. *Interdisciplinaria*, 39 (1), 275 – 283. <https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.1.17>

Cardozo, L., Reina, J., Florez, W., Peña, J., Castillo, C. & Bonilla, D. (2023). Autoconcepto físico en estudiantes universitarios: Generación de perfiles por clasificación jerárquica sobre componentes principales. *Retos*, 48, 167-177. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.95076>

Chacón, G., Angelucci, L. & Quintero, G. (2016). Autoconcepto físico y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios. *Revista Ciencia UNEMI*, 9 (17), 108-116. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5556799>

Chávarry, C. (2021). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) en adolescentes del Distrito de La Esperanza*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional - Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/63866>

Chevalier, S. (2020). *2020, el año de la tecnología fitness*. Statista. <https://es.statista.com/grafico/23058/ingresos-por-compra-de-wearables-y-descargas-de-apps-de-fitness/>

Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología*. <https://www.cpsp.pe/codigo-de-etica-y-deontologia>

El Peruano. (2020). *Gobierno declara estado de emergencia nacional y aislamiento social obliatorio por 15 días*. El Peruano. <https://elperuano.pe/noticia/92075-gobierno-declara-estado-de-emergencia-nacional-y-aislamiento-social-obligatorio-por-15-dias>

Esnaola, I., Goñi, A. y Madariaga, J. (2008). El autoconcepto: Perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 13 (1), 69 - 96. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17513105>

Esparza, A., Cruzado, A., Dávila, M., Díaz, Y., De la Cruz, K., Ascoy, B., Espinoza, F. & Huamán, J. (2022). Modificaciones de la conducta alimentaria, actividad física y salud mental por la cuarentena COVID-19 en adultos jóvenes. *Revista Médica Herediana*, 33 (1), 15 – 23. <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i1.4164>

Espinoza, L., Rodríguez, F., Gálvez, J., Vargas, P & Yáñez, R. (2011). Valoración del autoconcepto físico en estudiantes universitarios y su relación con la práctica deportiva. *Motricidad Humana*, 12 (1), 24 – 28. https://www.researchgate.net/publication/327630091_VALORACION_DEL_AUTOCONCEPTO_FISICO_EN_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS_Y_SU_RELACION_CON_LA_PRACTICA_DEPORTIVA_VALUATION_OF_PHYSICAL_AUTOCONCEPT_IN_UNIVERSITY_STUDENTS_AND_RELATION_WITH_SPORTS_PRACTICE

Fernández, J., Contreras, O., García, L. & González, S. (2010). Autoconcepto físico según la actividad físicodeportiva realizada y la motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42 (2), 251 – 263. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342010000200008&lang=es

Fernández, M., Feu, S. & Suárez, M. (2020). Autoconcepto físico en función de variables sociodemográficas y su relación con la actividad física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15 (44), 189-199. <https://doi.org/10.12800/ccd.v15i44.1461>

Fox, K. & Corbin. C. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and Preliminary Validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11 (4), 408 – 430. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.408>

Fuentes, J. (2017). *Actividad física y autoconcepto en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, 2017*. [Tesis de doctorado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional del Altiplano. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/9545>

Gentil, M., Zurita, F., Gómez, V., Padial, R. y Lara, A. (2019). Influencia de la práctica de actividad física en el autoconcepto de adolescentes. *Retos*, 36 (36), 342 - 347. <http://hdl.handle.net/10481/59270>

Gestión. (2020). *COVID-19, pandemia y confinamiento: cómo cambió el mundo en el 2020*. Gestión. <https://gestion.pe/mundo/internacional/covid-19-pandemia-y-confinamiento-como-cambio-el-mundo-en-el-2020-noticia/>

Gestión. (2021). *Gobierno cierra centros comerciales, tiendas por departamento, gimnasios y otros desde el 31 de enero*. Gestión. <https://gestion.pe/economia/gobierno-cierra-centros-comerciales-tiendas-por-departamento-gimnasios-y-otros-desde-el-31-de-enero-nndc-noticia/?ref=gesr>

Goñi, A., Ruíz de Azúa, S. & Liberal, I. (2004). Propiedades psicométricas de un nuevo cuestionario para la medida del autoconcepto físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 13 (2), 195 – 213. <https://ddd.uab.cat/record/62977>

Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario de Autoconcepto Físico CAF*. EOS.

Grao, A., Fernández, A., Teva, M. y Nuviala, A. (2017). Autoconcepto físico e intencionalidad para ser físicamente activo en los participantes del programa escuelas deportivas. *Journal of Sport and Health Research*, 9 (1), 15 - 26. <http://journalsshr.com/index.php/issues/2017/63-vol-9-n1-january-april-2017>

Guirimaray, L. (2020). *Niveles de autoconcepto en adolescentes de 12 a 14 años de una institución educativa pública de Lima, 2020*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana de los Andes. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1834>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta Ed.) McGraw-Hill.

Huapalla, B. (2019). Conductas alimentarias de riesgo y autoconcepto físico en estudiantes de Enfermería en Huánuco. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, 1 (2), 67-72. <https://doi.org/10.37711/rpcs.2019.1.2.18>

Instituto Nacional de Ciencias Neurológicas. (2021). *Pandemia y su impacto psicológico en la población*. Ministerio de Salud. <https://www.incn.gob.pe/2021/04/30/pandemia-y-su-impacto-psicologico-en-la-poblacion/>

Jodra, P., Maté, J., Domínguez, R. (2019). Percepción de salud, autoestima y autoconcepto físico en personas mayores en función de su actividad física. *Revista de Psicología del Deporte*, 28 (2), 127 - 134. <https://ddd.uab.cat/record/211107>

Lago, P. y Suárez, E. (2021). *Niveles de autoconcepto en alumnos universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Trabajo de grado, Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio Institucional - Universidad Tecnológica del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12867/5539>

Loayza, D. (2019). Autoconcepto, una revisión del constructo. *Revista científica de acceso abierto de la Universidad Seminario Evangélico de Lima - USEL*, 1 (1), 29 - 33. <https://usel.edu.pe/revistas/index.php/ojsusel/article/view/6>

Mamani, A., Damian, E., Paucar, A., Fiestas, R., Quisocala, J., Mamani, Y., Montoya, P., Quispe, H., Fuentes, J. & Escarza, H. (2023). Propiedades psicométricas del cuestionario de autoconcepto físico en adolescentes peruanos. *Retos*, 47, 1025-1021. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.95759>

Marilia, L., Belando, N., Ballester, Á., Blanco, A. & González, R. (2021). Cambios en el estilo de vida y en las emociones durante el confinamiento por covid-19. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), 415-426. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2078>

Martínez, T., Bernal, S., Mora, A., Hun, N., Reyes, Z., Valdés, E. y López, A. (2021). Actividad física como conducta auto-reguladora de ansiedad percibida y patrones disfuncionales de la ingesta en época de aislamiento por COVID-19 en latinoamericanos. *Revista Chilena de Nutrición*, 48 (3), 347 - 354. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000300347>

Medina, M., Silva, R., Blanco, P. (2021). *Así nos ha cambiado un año de pandemia*. El País. <https://elpais.com/sociedad/2021-03-12/asi-nos-ha-cambiado-un-ano-de-pandemia.html>

Molero, D., Zagalaz, M & Cachón, J. (2013). Estudio comparativo del autoconcepto físico a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología del Deporte*, 22 (1), 135 – 142. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235127552043>

Morales, J., Palacios, M., Conforme, E. y Arpi, N. (2021). Autoconcepto del adolescente según sus características sociodemográficas y de los progenitores. *Maskana*, 12 (1), 16 - 25. <https://doi.org/10.18537/mskn.12.01.02>

Moreno, J., Cervelló, E. & Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8 (1), 171 – 183. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33780112>

Ordóñez, P. (2015). Autoconcepto Físico y Bienestar Psicológico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Ágora*, 2 (2), 188 – 195. <https://doi.org/10.21679/arc.v2i2.38>

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/349729>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia*. Organización Mundial de la Salud.

https://www.who.int/es/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1

Palomera, A., Herrero, M., Carrasco, N., Juárez, P., Barrales, C., Hernández, M., Llantá, M., Lorenzana, L., Meda, R. y Moreno, B. (2021). Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 83 - 93. <https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.10>

Paludo, A., Duarte, C, Stein, A., Silva, M, Serassuelo, J.& Cavazzotto, T. (2022). Perception of body image, food consumption, sedentary behavior, and physical activity in a Brazilian academic population during the lockdown due to the COVID-19 pandemic. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22 (3), 41-47. <https://doi.org/10.6018/cpd.442811>

Pérez, L., Pérez, R. y Seca, M. (2020). *Metodología de la investigación científica*. Maipue.

Pérez, M., Chacón, R., Castro, M. (2023). Autoconcepto físico en educación secundaria: relación con factores académicos. *Revista Complutense de Educación*, 34 (3), 667-678. <https://doi.org/10.5209/rced.79956>

Qin, F., Song, Y., Nassis, G., Zhao, L., Cui, S., Lai, L., Wu, Z., Xu, M., Qu, C., Dong, Y., Wang, Z., Geng, X., Zhao, C., Feng, Y., Han, Z., Fan, Z. y Zhao, J. (2020). Prevalence of Insufficient Physical Activity, Sedentary Screen Time and Emotional Well-Being During the Early Days of the 2019 Novel Coronavirus (COVID-19) Outbreak in China: A National Cross-Sectional Study. *SSRN*. <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3566176>

Ramírez, A. y Polack, A. (2020). Estadística inferencial. Elección de un prueba estadística no paramétrica en investigación científica. *Horizonte de la ciencia*, 10 (19), 191 - 208. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.19.597>

Ramos, M. (2020). *Coronavirus: ¿por qué América Latina es la región con más muertes en el mundo?* BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-54597871>

Rodríguez, J., Blanco, H., Aguirre, S., Blanco, O., Díaz, A., Benavides, E. y Jurado, P. (2023). Physical Self-concept in Mexican Adolescent men and women. *Retos*, 47, 610-614. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8690690>

Ruíz, A., González, N., González, S., Torres, M. y Vázquez, R. (2021). Más allá de la apariencia: imagen corporal asociada a las actitudes y conductas de riesgo de trastorno alimentario en adolescentes. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 10 (9), 107 - 123. <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/16054>

Shavelson, R. Hubner, J. & Stanton, G. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46 (3), 407 – 441. https://www.researchgate.net/publication/269462101_Self-Concept_Validation_of_Construct_Interpretations

Silva, J., Beck, K., Ribeiro, R. y Portela, M. (2023). Imagem corporal e autoestima em adolescentes da rede pública estadual de Salvador-Bahia. *Psicologia Em Estudo*, 28, e51926. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v28i0.51926>

Silva, L. (2015). *Propiedades psicométricas del cuestionario de autoconcepto físico, autopercepción física en universitarios de Trujillo metropolitano*. [Tesis de doctorado]. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/189>

Tapia, A. (2019). Diferencias en los niveles de actividad física, grado de adherencia a la dieta mediterránea y autoconcepto físico en adolescentes en función del sexo. *Retos*, 36, 185-192. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67130>

Universidad Privada del Norte. (2022). *Reglamento de propiedad intelectual*. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/reglamento-de-propiedad-intelectual.pdf>

Urrutia, J., Vera, A., Flores, C., Hetz, K., Pavez, G. y Poblete, F. (2023). Percepción de autoconcepto físico en estudiantes de enseñanza secundaria en clases de Educación Física. *Retos*, 49, 510-518. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.98769>

Vernetta, M., Álamo, G. & Peláez, E. (2023). Condición física-salud y autoconcepto físico en adolescentes canarios en función del género. *Retos*, 50, 566-575. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99875>

Villaseñor, K., Jimenez, A., Ortega, A., Islas, L., Gonzalez, O. y Silva, T. (2021). Cambios en el estilo de vida y nutrición durante el confinamiento por SARS-CoV-2 (COVID-19) en México: Un estudio observacional. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 25 (Supl. 2), e1099. <https://doi.org/10.14306/renhyd.25.S2.1099>

Anexos

ANEXO N° 1: Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Autoconcepto físico	El autoconcepto físico es la percepción que tiene un individuo respecto a su atractivo físico, condición física, habilidad física y fuerza. (Fox y Corbin, 1989)	Se medirá mediante la aplicación del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi, A., Ruíz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2006)	Habilidad física	<ul style="list-style-type: none"> Percepción de capacidades y habilidades para la práctica de actividades deportivas Capacidad de aprender deportes Seguridad personal y predisposición ante los deportes 	Ordinal de tipo Likert
			Condición física	<ul style="list-style-type: none"> Condición y forma física Resistencia, energía física y seguridad con el estado físico 	
			Atractivo físico	<ul style="list-style-type: none"> Percepción de la apariencia, seguridad y satisfacción por la imagen de uno mismo 	
			Fuerza	<ul style="list-style-type: none"> Verse y sentirse fuerte 	

				<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad para levantar peso • Confianza ante ejercicios que requieran uso de fuerza y predisposición a realizarlos 	
			Autoconcepto físico general	<ul style="list-style-type: none"> • Opinión y sensaciones positivas respecto al físico 	
			Autoconcepto general	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel de satisfacción con uno mismo y la vida 	