

Artículo Original/ Original Article

Satisfacción corporal en bailarinas y no bailarinas

Julio Torales^I, Iván Barrios^{II}, Gabriela Amadeo^I, Bertrand Ebner^I, Verónica Figueredo^I, Marcelo Garbett^I, Oscar García^I, Fernando Vittale^I, Israel González^I, Margarita Samudio^{III}

I Cátedra de Psiquiatría, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Asunción. San Lorenzo – Paraguay

II Metodología de la Investigación, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Asunción. San Lorenzo – Paraguay

III Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Asunción. San Lorenzo – Paraguay

Cómo referenciar este artículo/
How to reference this article:

Torales J, Barrios I, Amadeo G, Ebner B, Figueredo V, Garbett M, et al. Satisfacción corporal en bailarinas y no bailarinas. *Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud.* 2017; 15(2): 79-84

RESUMEN

La imagen corporal es el conjunto de percepciones y actitudes sobre uno mismo, incluyendo pensamientos, sentimientos y comportamientos hacia el propio cuerpo. Se ha reportado que los niveles elevados de insatisfacción pueden resultar en trastornos de alimentación como anorexia nerviosa o bulimia, sobre todo en la población femenina. Se ha reportado que las bailarinas, sobre todo de ballet, están más expuestas a estos trastornos teniendo en cuenta su insatisfacción corporal. El objetivo del presente trabajo fue determinar si existía asociación entre la presencia de insatisfacción corporal y el hecho de ser bailarina. El presente fue un estudio observacional, analítico, de corte transversal, con muestreo de casos consecutivos. Se incluyó a 49 mujeres bailarinas y a 59 no bailarinas, mayores de edad, que voluntariamente aceptaron participar de la investigación y que previamente firmaron un consentimiento informado. La frecuencia encontrada de insatisfacción corporal en bailarinas fue de 38,8%. Los resultados obtenidos mostraron que las bailarinas tuvieron significativamente (valor $p=0,011$) mayor probabilidad de tener insatisfacción con su imagen corporal que las no bailarinas. Una de las posibles explicaciones de por qué las bailarinas sienten mayor insatisfacción con su imagen corporal, comparadas con la población general son las exigencias de la práctica de la danza, así como al juzgamiento al que son sometidas por parte del público.

Palabras clave: insatisfacción corporal, imagen corporal, bailarinas, mujeres.

Body satisfaction in female dancers and non- dancers

ABSTRACT

Body image is the set of perceptions and attitudes about oneself. It includes thoughts, feelings and behaviors towards one's own body. High levels of dissatisfaction have been reported to result in eating disorders such as anorexia nervosa or bulimia, especially in the female population. It has been reported that dancers, especially ballet dancers, are more exposed to these disorders taking into account their body dissatisfaction. The objective of this study was to determine if there was an association between the presence of body dissatisfaction and the fact of being a dancer. The present was an observational, analytical, cross-sectional study, with a sampling of consecutive cases. A total of 49 female dancers and 59 female non-dancers, who voluntarily accepted to participate in the research and previously signed an informed consent, were included. The frequency of body dissatisfaction in dancers was 38.8%. The results showed that the dancers had a significantly ($p=0.011$) higher probability of having dissatisfaction with their body image than the non-dancers. One of the possible explanations why dancers feel more dissatisfied with their body image, compared to the general population, are the demands of dance practice, as well as the judgment to which they are subjected by the public.

Key words: body dissatisfaction, body image, dancers, women.

Fecha de recepción: marzo 2017. Fecha de aceptación: julio 2017

Autor correspondiente: Prof. Dr. Julio Torales. Profesor de Psiquiatría. Universidad Nacional de Asunción, San Lorenzo – Paraguay

Email: jtorales@med.una.py

Móvil: +595971683748

INTRODUCCIÓN

Podemos definir la imagen corporal como el conjunto de percepciones y actitudes sobre uno mismo, incluyendo pensamientos, sentimientos y comportamientos hacia el propio cuerpo (1). Es importante estudiar la insatisfacción en las personas sobre su propia imagen porque se ha reportado que los niveles elevados de insatisfacción pueden resultar en trastornos de alimentación como anorexia nerviosa o bulimia, sobre todo en la población femenina (2-4).

Un grupo particular ha recibido atención en los últimos años en cuanto a la apreciación de su imagen corporal, las bailarinas, ya que la participación en varios tipos de danzas está relacionada con la apariencia física y la fuerza corporal, y estas actividades promueven imágenes corporales positivas o negativas según el tipo de danza practicada, reportándose en el grupo de bailarinas de ballet los mayores niveles de disconformidad sobre su imagen corporal (5). Asimismo, entre otros factores que influyen en la satisfacción sobre su imagen corporal se encuentran: el apoyo social recibido, la estatura, el peso, así como el nivel de autoestima que reportan las mujeres por lo cual son puntos importantes a tener en cuenta a la hora de evaluar a estas mujeres (6-9).

Con base en lo anterior, el objetivo del presente trabajo fue determinar si existe asociación entre la presencia de insatisfacción corporal y el hecho de ser bailarina. Conocer esto permitirá programar intervenciones efectivas y tempranas que ayuden a prevenir los sentimientos de baja autoestima y sobre todo los trastornos de alimentación que suelen asociarse a insatisfacción corporal.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño

Estudio observacional, analítico, de corte transversal, con muestreo de casos consecutivos realizado en Paraguay durante julio del 2016. Se incluyó a mujeres que realizan o no algún tipo de danza, que sean mayores de edad, que voluntariamente aceptaron participar de la investigación y que previamente firmaron un consentimiento informado. Todas las mujeres procedían de Asunción y del Departamento Central. Se excluyó a aquellas mujeres que reportaban algún trastorno de la alimentación o trastorno dismórfico corporal, que se descartó mediante entrevista semi-estructurada, siguiendo criterios de la Clasificación Internacional de Enfermedades, CIE-10.

Caracterización de las participantes

Participaron del estudio 108 mujeres. El grupo de bailarinas estuvo conformado por 49 mujeres mayores de edad, que practicaban danza clásica o contemporánea de manera no profesional, desde hacía por lo menos 1 año. Por su parte, el grupo de no bailarinas estuvo conformado por 59 mujeres mayores de edad, que no practicaban ningún tipo de danza, ni que hubieran sido bailarinas en el pasado.

Instrumento

Se utilizó el Cuestionario de Forma Corporal (Body Shape Questionnaire) de 34 reactivos (BSQ-34). Este es un cuestionario autoaplicado que sirve para evaluar el miedo a engordar, los sentimientos de baja autoestima a causa de la apariencia, el deseo de perder peso y la insatisfacción corporal. Se puntúa con la escala tipo Likert de 1 a 6 (1 = Nunca, 2 = Raramente, 3 = A veces, 4 = A menudo, 5 = Muy a menudo, 6 = Siempre). Permite obtener una puntuación global (suma de las puntuaciones directas de los ítems), el puntaje máximo a obtener es de 204 puntos y el mínimo 34. Se ha utilizado el punto de corte propuesto por Vázquez *et al.* (10) donde un puntaje mayor o igual a 110 puntos implica el diagnóstico de insatisfacción corporal. Es un instrumento ampliamente utilizado y validado en varias ocasiones que reporta niveles óptimos de sensibilidad y especificidad (10), así como una buena consistencia interna, que en nuestro trabajo estuvo dada por un alfa de Cronbach de 0,96.

Recolección y análisis de los datos

Las variables nominales fueron presentadas en frecuencias y porcentajes y las cuantitativas en medias y desviaciones estándar utilizando el paquete estadístico Epi Info versión 7.2 (Centers for Disease Control and Prevention, Atlanta, EE UU). Para establecer asociación entre las variables categóricas exploradas se utilizó la prueba Chi cuadrado y la prueba t para comparar medias. El nivel de significancia estuvo fijado en $p < 0,05$. Los datos fueron manejados de manera confidencial, manteniendo el anonimato de las participantes

que previamente informaron su consentimiento informado para participar de la investigación. Esta investigación fue aprobada por el Departamento de Investigaciones de la Cátedra y Servicio de Psiquiatría de la Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Asunción.

RESULTADOS

La muestra estuvo constituida por 108 mujeres (49 bailarinas y 59 no bailarinas). La edad promedio de las bailarinas fue de $20,7 \pm 1,9$ y de las no bailarinas $20,7 \pm 1,0$. El promedio de años de práctica de danza de las bailarinas era de $8,92 \pm 4,59$.

En la Tabla 1 se observan datos relativos al peso corporal, talla e índice de masa corporal (IMC) en ambos grupos de mujeres.

Tabla 1. Peso corporal, talla e IMC de las participantes.

Características	Bailarinas	No bailarinas
Peso	54,56 ± 7,28	58,55 ± 9,4
Talla	1,63 ± 0,06	1,64 ± 0,06
IMC	20,46 ± 2,51	21,76 ± 3,48
<i>Bajo peso (IMC <18,50)</i>	19,44%	8,11%
<i>Normal (IMC 18,50-24,99)</i>	76,85%	79,73%
<i>Sobrepeso (IMC 25,00-29,99)</i>	2,78%	8,11%
<i>Obesidad (IMC >30,00)</i>	0,93%	4,05%

En la Tabla 2 se presentan las medias de respuestas dadas por las participantes a las preguntas que conforman el BSQ-34.

Tabla 2. Respuestas al Body Shape Questionnaire de 34 reactivos

Pregunta	Bailarina Media ± DE	No bailarina Media ± DE	Valor p
1. Cuando te aburras ¿te preocupas por tu figura?	3,88 ± 1,67	3,2 ± 1,349	0,022
2. ¿Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta?	4,27 ± 1,62	3,64 ± 1,336	0,031
3. ¿Has pensado que tenías los muslos, caderas, nalgas o cintura demasiado grandes en relación con el resto del cuerpo?	3,22 ± 1,82	2,76 ± 1,546	0,157
4. ¿Has tenido miedo a engordar?	4,02 ± 1,71	3,44 ± 1,643	0,076
5. ¿Te ha preocupado que tu carne no sea lo suficientemente firme?	3,39 ± 1,60	3,08 ± 1,087	0,247
6. Sentirte llena (después de una gran comida), ¿te ha hecho sentirte gorda?	3,1 ± 1,54	2,68 ± 1,357	0,132
7. ¿Te has sentido tan mal con tu figura que has llegado a llorar?	2,08 ± 1,37	1,47 ± 0,953	0,008
8. ¿Has evitado correr para que tu carne no saltara?	1,69 ± 1,31	1,54 ± 1,039	0,504
9. ¿Estar con chicos o chicas delgados/as, ¿te ha hecho fijar en tu figura?	3,31 ± 1,61	2,75 ± 1,549	0,069
10. ¿Te ha preocupado que tus muslos o cintura se ensanchen cuando te sientas?	3,41 ± 1,76	2,46 ± 1,369	0,002
11. ¿El hecho de comer poca comida, ¿te ha hecho sentir gorda?	1,86 ± 1,26	1,61 ± 0,983	0,255
12. Al fijarte en la figura de otras chicas, ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?	3,53 ± 1,47	2,97 ± 1,259	0,034
13. Pensar en tu figura, ¿ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando miras la televisión, lees o mantienes una conversación)?	2,12 ± 1,39	1,78 ± 0,93	0,13

Tabla 2. continuación

14. Estar desnuda (por ejemplo, cuando te duchas), ¿te ha hecho sentir gorda?	2,47±1,43	2,1±1,185	0,147
15. ¿Has evitado llevar ropa que marque tu figura?	3,31±1,61	2,98±1,239	0,241
16. ¿Te has imaginado cortando partes gruesas de tu cuerpo?	2,39±1,51	1,98±1,396	0,151
17. Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías, ¿te ha hecho sentir gorda?	3,02±1,59	2,76±1,331	0,361
18. ¿Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, una fiesta) porque te has sentido mal con tu figura?	1,9±1,08	1,34±0,843	0,003
19. ¿Te has sentido excesivamente gorda redondeada?	2,35±1,23	2,31±1,133	0,855
20. ¿Te has sentido acomplejada por tu cuerpo?	3,51±1,58	2,97±1,203	0,045
21. Preocuparte por tu figura, ¿te ha hecho poner a dieta?	3,08±1,71	3,12±1,427	0,903
22. ¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago estaba vacío (por ejemplo, por la mañana?)	3,92±1,77	2,85±1,563	0,001
23. ¿Has pensado que la figura que tienes es debida a tu falta de autocontrol?	3,37±1,68	2,98±1,687	0,24
24. ¿Te ha preocupado que otra gente vea michelines alrededor de tu cintura y estómago?	3,18±1,79	3,07±1,518	0,716
25. ¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?	2,41±1,64	1,97±1,339	0,127
26. ¿Has vomitado para sentirte más delgada?	1,2±0,73	1,12±0,458	0,463
27. Cuando estás con otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (por ejemplo sentándote en un sofá o en el autobús)?	1,29±0,5	1,32±0,84	0,791
28. ¿Te ha preocupado que tu carne tenga aspecto de piel de naranja (celulitis)?	4,41±1,54	3,59±1,366	0,004
29. Verte reflejada en un espejo o en un escaparate, ¿te ha hecho sentirte mal por tu figura?	2,73±1,33	2,34±1,169	0,104
30. ¿Te has pellizcado zonas de tu cuerpo para ver cuánta grasa tenías?	3,27±1,5	2,61±1,16	0,012
31. ¿Has evitado situaciones en las que la gente pudiese ver tu cuerpo (por ejemplo, en vestuarios comunes de piscinas o duchas)?	2,9±1,57	2,8±1,471	0,73
B32. ¿Has tomado laxantes (pastillas para evitar el estreñimiento) para sentirte más delgada?	1,41±0,89	1,19±0,434	0,094
33. ¿Te has fijado más en tu figura estando en compañía de otras personas?	2,78±1,34	2,15±1,172	0,011
34. La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio físico?	4,67±1,39	3,81±1,634	0,004
Puntuación total	99,43±33,86	84,75±27,74	0,015

En cuanto a la satisfacción corporal, las bailarinas tuvieron significativamente (valor $p = 0,011$) mayor probabilidad de tener insatisfacción con su imagen corporal que las no bailarinas (Tabla 3).

Tabla 3. Satisfacción o insatisfacción con la imagen corporal de las participantes

Grupo	Insatisfacción con Imagen corporal	Satisfacción con Imagen corporal	Total
Bailarina	19 (38,8%)	30 (61,2%)	49
No bailarina	10 (16,9%)	49 (83,1%)	59
Total	29 (26,9%)	79 (73,1%)	108

Valor $p = 0,011$

DISCUSIÓN

Las mujeres constituyen un grupo de riesgo para desarrollar una percepción desfavorable sobre su imagen corporal y como se ha señalado el grupo de bailarinas constituye un

importante grupo para investigar (11). Los trastornos alimentarios son alteraciones graves de la conducta alimentaria acompañados de una alteración en la percepción de la imagen corporal (12) por lo que la investigación sobre la satisfacción con respecto al propio cuerpo constituye una herramienta de tamizaje de los trastornos de alimentación y a la vez una forma de prevenirlos (13).

En el presente estudio se evidenció mayor frecuencia de bajo peso, según IMC, en el grupo de bailarinas. Asimismo, la frecuencia de insatisfacción corporal encontrada en dicho grupo (38,8%) es superior a la evidenciada por Guimarães *et al.* (14) que determinaron una frecuencia de insatisfacción corporal de 26,7% en mujeres que practicaban danza. Además, en la misma investigación se afirma que las bailarinas están sometidas a varios factores de riesgo para desarrollar trastornos alimentarios (14). Cabe resaltar que aquellas que manifiestan insatisfacción corporal cuentan con bajos niveles de la autoestima así como una alta prevalencia de otros trastornos mentales (15).

Una de las posibles explicaciones de por qué las bailarinas sienten mayor insatisfacción con su imagen corporal, comparados con la población general, son las exigencias así como el juzgamiento al que son sometidas por parte del público con el consiguiente aumento de ansiedad, y por supuesto, repercutiendo en su calidad de vida (16). Ravaldi *et al.* (17) concluyeron que la presión cultural que se hace sobre las bailarinas, acerca de la delgadez como requisito para practicar danza, condiciona de sobremanera el desarrollo de trastornos alimentarios y otros síntomas, pudiendo además interferir con el proceso de desarrollo de bailarinas jóvenes. Daros *et al.* (18), en un estudio realizado en mujeres que practicaban actividades físicas, encontraron un 33,8% de trastornos alimentarios y 78,8% de insatisfacción con la imagen corporal. De esta forma se percibe que el factor cultural, y no sólo lo relacionado a la práctica de la danza, tienen gran influencia en la percepción y satisfacción corporal, pudiendo relacionarse con los aspectos alimentarios (3).

Estudios realizados por Robbeson *et al.* (9) han evidenciado que aquellas mujeres que practican algún tipo de danza tiene 3,6 veces más probabilidades de tener insatisfacción [OR=3,6 (95%: 1,14 - 11,34)]. En esos estudios se encontró que la probabilidad de que la insatisfacción corporal esté asociada al hecho de ser bailarina es de 78,26%, cifra superior a la encontrada en la presente investigación (38,8%). En este punto es importante realizar algunas acotaciones en cuanto a las limitaciones de nuestra investigación, entre las que podemos mencionar el hecho de que no hemos tenido en cuenta el índice de masa corporal, el tipo de baile realizado, los años realizando danza y el tiempo que se emplea diariamente a la práctica, los cuales son según la literatura factores que influyen en la imagen corporal; al mismo tiempo el hecho de incluir solo mujeres también es una limitante (19-21).

Basados en los resultados que hemos encontrados sugerimos realizar más investigaciones en el campo de los trastornos de alimentación, trastornos de ansiedad, trastornos depresivos, así como de la autoestima en la población de bailarines, y que como hemos mencionado, constituyen un importante grupo expuesto al desarrollo de estas patologías.

Entre las limitaciones del presente trabajo, se listan aquellas relativas a la carencia de información sobre el peso ideal, peso antiguo más alto, peso antiguo más bajo, tipo, y frecuencia de las prácticas de danza de las participantes, parámetros que podrían ser relevantes y que pudieran influir en los resultados y en las conclusiones.

Respecto a la aplicación e interpretación del BSQ-34 no se incluyeron comparativamente las dos subescalas de este instrumento: 1) Insatisfacción corporal y 2) Preocupación por el peso, ni se realizó una distinción entre los niveles de alteración del BSQ y sus correspondientes puntajes: leve, moderada y extrema, algo a tener en cuenta en investigaciones futuras.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cash TF. Body image: past, present, and future. *Body Image*. 2004; 1(1):1-5.
- Lin L, Soby M. Appearance comparisons styles and eating disordered symptoms in women. *Eat Behav*. 2016; 23:7-12.
- Melching KL, Green JM, O'neal EK, Renfroe L. Body Image Dissatisfaction: Responses between Male and Female Exercisers and Non-Exercisers. *Int J Exerc Sci*. 2016; 9(3):248-57.
- Fallon EA, Harris BS, Johnson P. Prevalence of body dissatisfaction among a United States adult sample. *Eat Behav*. 2014; 15(1):151-8.
- Swami V, Harris A. Dancing Toward Positive Body Image? Examining Body-Related Constructs with Ballet and Contemporary Dancers at Different Levels. *Am J Dance Ther*. 2012; 34(1):39-52.
- Pinkasavage E, Arigo D, Schumacher LM. Social comparison, negative body image,

- and disordered eating behavior: the moderating role of coping style. *Eat Behav.* 2015; 16:72-7.
7. Monteiro LA, Novaes JS, Santos ML, Fernandes HM. Body Dissatisfaction and Self-Esteem in Female Students Aged 9-15: The Effects of Age, Family Income, Body Mass Index Levels and Dance Practice. *J Hum Kinet.* 2014; 43:25-32.
 8. Requena-Pérez CM, Martín-Cuadrado AM, Lago-Marín BS. Imagen corporal, autoestima, motivación y rendimiento en practicantes de danza. *Rev Psicol Deporte.* 2015; 24(1):37-44.
 9. Robbeson JG, Kruger HS, Wright HH. Disordered Eating Behavior, Body Image, and Energy Status of Female Student Dancers. *Int J Sport Nutr Exerc Metab.* 2015; 25(4):344-52.
 10. Vázquez Arévalo R, Galán Julio J, López Aguilar X, Alvarez Rayón GL, Mancilla Díaz JM, Caballero Romo A, et al. Validez del Body Shape Questionnaire (BSQ) en Mujeres Mexicanas. *Rev Mex Trastor Aliment.* 2011; 2(1):42-52.
 11. Danis A, Jamaludin AN, Majid H, Isa KAM. Body Image Perceptions among Dancers in Urban Environmental Settings. *Procedia - Soc Behav Sci.* 2016; 222:855-62.
 12. Arce A, Torales J, editores. *El libro azul de la Psiquiatría.* 1a ed. Asunción: EFACIM; 2012.
 13. de Assunção Santiago DB, dos Santos DL. Body image satisfaction and risk behavior for eating disorders among girls that practice and don't practice dance. *Rev Bras Nutr E Esportiva.* 2013; 7(39):177-84.
 14. Guimarães AD, Machado SP, França AKT da C, Calado IL, Guimarães AD, Machado SP, et al. Eating disorders and dissatisfaction with body image in ballet dancers. *Rev Bras Med Esporte.* 2014; 20(4):267-71.
 15. Spadafora A. Predictors of Eating Pathology in Adolescents: A Comparison of Ballet Dancers and Non-Dancers [Internet] [Tesis Doctoral]. 2010 [citado el 25 de julio de 2016]. Disponible en: https://works.bepress.com/alison_spadafora/1/
 16. Rahadi RA. Factors Related to Repeat Consumption Behaviour: A Case Study in Traditional Market in Bandung and Surrounding Region. *Procedia - Soc Behav Sci.* 2012; 36:529-39.
 17. Ravaldi C, Vannacci A, Bolognesi E, Mancini S, Faravelli C, Ricca V. Gender role, eating disorder symptoms, and body image concern in ballet dancers. *J Psychosomatic Res.* 2006; 61(4):529-35.
 18. Daros K, Zago ÉC, Confortin FG. Transtornos alimentares e imagem corporal de mulheres praticantes de atividade física em academias do município de Chapecó-SC. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva.* 2012; 6(36):495-503.
 19. Castonguay AL, Brunet J, Ferguson L, Sabiston CM. Weight-related actual and ideal self-states, discrepancies, and shame, guilt, and pride: examining associations within the process model of self-conscious emotions. *Body Image.* 2012; 9(4):488-94.
 20. Grčić V, Miletić A, Zovko N. The Relationship Between Body Image Dimensions and Training Extensity Among Sport Dancers. *Res Phys Educ Sport Health.* 2015; 4(2):79-83.
 21. Ku PX, Abu Osman NA, Yusof A, Wan Abas WA. Biomechanical evaluation of the relationship between postural control and body mass index. *J Biomech.* 2012; 45(9):1638-42.