

---

Recibido: 02-10-2020 / Revisado: 04-11-2020 / Aceptado: 05-12-2020 / Publicado: 03-01-2021

## **Autoconcepto físico y mental de los estudiantes del ciclo I de la carrera de educación física de la UNJFSC de Huacho**

DOI: <https://doi.org/10.33262/ap.v3i1.36>



---

*Physical and mental self-concept of students of cycle I of the physical education career of the UNJFSC de Huacho*

Miguel Rojas Cabrera<sup>1</sup>, Mariela Espinosa Visquera<sup>2</sup>, Armando Cabrera Cabanillas<sup>3</sup> & Jorge Luis Mejias García<sup>4</sup>

### **Abstract.**

The research which aimed to determine the physical and mental self-concept of the students of the physical education career, in order to diagnose the knowledge of the future professionals about the psychic and corporamental development since within their professional activity from an early age they educate the care and maintenance of the human body and mental health. The research was developed in 30 students of which 26 correspond to the male sex and 4 to the female sex. For the determination of the physical self-concept, the Stunkard Questionnaire Instrument and the Stunkard Nine Silhouettes Scale were applied, and for the mental self-concept, the STAI Questionnaire (A / E) was composed of 20 statements with a Likert scale. From a statistical point of view, the proportions difference test was applied to determine the values corresponding to the nine figures presented by Stunkard and determined that the physical self-concept according to the criteria: the silhouette that it should have, the corresponding silhouette of its preference with the opposite sex, as seen by other people and the silhouette that represents a healthy person does not correspond to reality.

---

<sup>1</sup> Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Lima, Perú. miguelrojas@gmail.com

<sup>2</sup> Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Lima, Perú. marielaespinoza@gmail.com

<sup>3</sup> Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Lima, Perú. armandocabrera@gmail.com

<sup>4</sup> Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Lima, Perú. Jorgemajias@gmail.com

Finding proportional differences in the figures and their reality. As for the mint state, the results of the statements have a proportion of 0.17 in general which indicates that the statements are between something (1) and enough (2).

**Keywords:** self-concept, physical education career, students.

### **Resumen.**

La investigación la cual tuvo como objetivo determinar el autoconcepto físico y mental de los estudiantes de la carrera de educación física, a fin de diagnosticar el conocimiento de los futuros profesionales acerca del desarrollo psíquico y corporamental ya que dentro de su actividad profesional desde edades tempranas educan el cuidado y mantenimiento del cuerpo humano y la salud mental. La investigación se desarrolló en 30 alumnos de los cuales 26 corresponden al sexo masculino y 4 al sexo femenino. Para la determinación del autoconcepto físico se aplicó el Instrumento del Cuestionario de Stunkard y la Escala de las Nuevas Siluetas de Stunkard y para el autoconcepto mental el Cuestionario STAI (A/E) el cual está compuesto de 20 afirmaciones con una escala de Likert. Desde el punto de vista estadístico se aplicó la dócima de diferencias de proporciones para determinar los valores correspondientes a las nuevas figuras planteadas por Stunkard y determinó que el autoconcepto físico según los criterios: la silueta que debería tener, la silueta que corresponde de su preferencia con el sexo opuesto, como lo ven las demás personas y la silueta que representa a una persona saludable no se corresponde con la realidad. Encontrando diferencias proporcionales en las figuras y su realidad. En cuanto al estado menta los resultados de las afirmaciones presentan una proporción de 0.17 en general lo que indica que las afirmaciones se encuentran entre algo (1) y bastante (2).

**Palabras claves:** autoconcepto, carrera de Educación Física, estudiantes.

### **Introducción.**

Si tenemos en cuenta que el autoconcepto es la opinión que una persona tiene sobre sí misma, que lleva asociado un juicio de valor. Constituye un hecho fundamental que el mismo influye en las decisiones personales por parte de la persona y además en su actuación profesional. Dado a que a pesar que el autoconcepto no es lo mismo que la autoestima, su relación es muy cercana y uno esta interrelacionado con la otra.

Para Massenzana, FB (2017) se destacan tres características esenciales en cuanto al autoconcepto:

- Es innato: y se va formando con la experiencia y la imagen proyectada o percibida en los otros.
- Es un todo organizado: el individuo tiende a ignorar las variables que percibe de él mismo que no se ajustan al conjunto y tiene su propia jerarquía de atributos a valorar.

- Es dinámico: puede modificarse con nuevos datos, provenientes de una reinterpretación de la propia personalidad o de juicios externos.

Estas valoraciones unidas a los elementos estudiados desde el punto de vista físico muy determinado por la imagen corporal y el mental es necesario la valoración que un profesional que entre su actuación profesional está el desarrollo de las competencias y capacidades en la Educación Básica Regular, de estos aspectos.

### Objetivos.

- a) Determinar el autoconcepto físico y mental de los estudiantes ciclo 1 de la carrera de Educación Física de la UNJFSC de Huacho.
- b) Conocer los indicadores fundamentales que afectan el autoconcepto físico y mental de los estudiantes ciclo 1 de la carrera de Educación Física de la UNJFSC de Huacho.

Por lo que atendiendo a estos factores la evaluación del autoconcepto físico se toma al cuestionario de Stunkard y 9 figuras.

**Figura 1.** Dibujos de siluetas de las que los participantes eligieron la que mejor les representa



**Fuente:** Elaboración propia.

Por su parte el cuestionario de STAI (A/E) tiene como objetivo es evaluar dos conceptos independientes Ansiedad como estado (A/E): evalúa un estado emocional transitorio, y como rasgo.

## Material y Métodos

El estudio se desarrolló en 30 estudiantes de la carrera de Educación Física del Ciclo 1 de la UNJFSC de Huacho. Los cuales fueron estratificados en sexo masculino y femenino y se trabajó con el total del universo del año de estudio 2018-II.

Los métodos de investigación de nivel empírico aplicados fue la medición y el cuestionario para determinar el autoconcepto físico con el Cuestionario de Stunkard y la Escala de las Nieves Siluetas de Strunkard, por su parte el autoconcepto mental se evaluó a través del Cuestionario STAI (A/E), compuesto por 20 afirmaciones en la Escala de Likert Nada, Algo, Bastante y Mucho.

Los datos fueron procesados con el método estadístico de la décima de diferencia de proporciones con un nivel de significación de 0.05.

**Figura 2.** Cuestionario STAI (A/E)

**Cuestionario STAI (A/E)**

A continuación encontrará unas frases que se utilizan para describirse uno a sí mismo.

Lea cada frase y señale la puntuación 0 a 3 que indique mejor cómo se SIENTE. Vd. AHORA MISMO, momento.

No hay respuestas buenas o malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando lo que describa su situación presente.

NADA	ALGO	BASTANTE	MUCHO		
0	1	2	3		
1	Me siento calmado	0	1	2	3
2	Me siento seguro	0	1	2	3
3	Estoy tenso	0	1	2	3
4	Estoy contrariado	0	1	2	3
5	Me siento cómodo (estoy a gusto)	0	1	2	3
6	Me siento alterado	0	1	2	3
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0	1	2	3
8	Me siento descansado	0	1	2	3
9	Me siento angustiado	0	1	2	3
10	Me siento confortable	0	1	2	3
11	Tengo confianza en mí mismo	0	1	2	3
12	Me siento nervioso	0	1	2	3
13	Estoy desasosgado	0	1	2	3
14	Me siento muy "atado" (como oprimido)	0	1	2	3
15	Estoy relajado	0	1	2	3
16	Me siento satisfecho	0	1	2	3
17	Estoy preocupado	0	1	2	3
18	Me siento aturdido y sobreexcitado	0	1	2	3
19	Me siento alegre	0	1	2	3
20	En este momento me siento bien	0	1	2	3

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA

00000000

**Fuente:** Elaboración propia.

**Resultados.**

Los resultados alcanzados presentan los siguientes valores mediante la aplicación del método de Strunkart.

**Tabla 1.** Silueta que corresponde con su figura.

	n	1	2	3	4	5	6	7	8	9
			n/p	n/p	n/p	n/p				
Total	30		5/0.17	10/0.33	6/0.20	9/0.30				

**Fuente:** Elaboración propia.

**Tabla 2.** Silueta que desearía tener.

	n	1	2	3	4	5	6	7	8	9
			n/p	n/p	n/p	n/p				
Total	30		7/0.24	9/0.30	5/0.16	9/0.30				

**Fuente:** Elaboración propia.

**Tabla 3.** Silueta que corresponde con su preferencia para el sexo opuesto.

	n	1	2	3	4	5	6	7	8	9
			n/p	n/p						
Total	30		13/0.44	17/0.56						

**Fuente:** Elaboración propia.

**Tabla 4.** Silueta como lo ven las demás personas.

	n	1	2	3	4	5	6	7	8	9
						n/p	n/p	n/p	n/p	
Total	30					8/0.26	9/0.30	9/0.30	4/0.14	

**Fuente:** Elaboración propia.

**Tabla 5.** Silueta que representa una persona saludable.

	n	1	2	3	4	5	6	7	8	9
				n/p	n/p	n/p	n/p			
Total	30			6/0.20	5/0.16	14/0.48	5/0.16			

**Fuente:** Elaboración propia.

**Análisis de la figura según respuesta.****Tabla 6.** Análisis de la respuesta.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	n/p	n/p	n/p	n/p				
	5/0.17	10/0.33	6/0.20	9/0.30				
	n/p	n/p	n/p	n/p				
	7/0.24	9/0.30	5/0.16	9/0.30				
	n/p	n/p	F					
	13/0.44	17/0.56						
				n/p	n/p	n/p	n/p	
				8/0.26	9/0.30	9/0.30	4/0.14	
		n/p	n/p	n/p	n/p			
		6/0.20	5/0.16	14/0.48	5/0.16			
	<b>*Bajo peso</b>		<b>Normo peso</b>		<b>Sobrepeso</b>		<b>Obeso</b>	

Fuente: Elaboración propia.

**Cuestionario STAI (A/E)****Tabla 7.** Respuestas al cuestionario.

Nada	Algo	Bastante	Mucho
	52 %	28%	20 %

Fuente: Elaboración propia.

**Discusión de Resultados.**

En la muestra evaluada se conoció que la figura que considera el estudiante que le corresponde, así como la que desearía tener presenta diferencias mínimas que se encuentran en el mismo rango de la figura 2 y la 5. Sin embargo, en cuanto a la figura de preferencia que debe tener el sexo opuesto destaca que los valores son ocupados en la figura 2 y 3, lo cual indica que las preferencias del sexo opuesto no se corresponden a las que desea para su persona. De igual forma sus valoraciones acercan de cómo lo ven otras personas sus rangos de valor se incrementan y consideran que el resto lo observan en las figuras 5 a 8 dando a conocer que no están muy de acuerdo sus opiniones con los demás.

En cuanto a la figura de una persona saludable podemos observar que existe una contradicción en cuanto a su preferencia y su opinión de cómo debía ser. No obstante, si observamos los rangos de respuestas es necesario la reconsideración ya que las mismas se dispersan en las que corresponden a una persona normo peso y se inclinan al sobrepeso y en

otras ocasiones al bajo peso. Lo que refleja que el autoconcepto físico debe ser como señala Massenzana, FB (2017) modificada con nuevos datos, provenientes de una reinterpretación de la propia personalidad o de juicios externos.

Por su parte la evaluación del Cuestionario de STAI (A/E) el cual evaluar los dos conceptos independientes Ansiedad como estado y como rango el estado emocional transitorio indica que la mitad de los resultados de las afirmaciones presentadas en el cuestionario no presentan nivel de satisfacción y solo el 20 % del total de satisfacciones es muy satisfactorias.

### Conclusiones.

- El autoconcepto físico y mental de los estudiantes de la carrera de Educación Física de la UNJFSC de Huacho debe ser modificado en el transcurso de la carrera profesional mediante los cursos de Cineantropometría, Psicología y otros afines de corte biológico y psicológico para mejorar la actuación profesional futura.

### Referencias bibliográficas.

- Arellano M. (2014) Percepción de la Imagen Corporal en estudiantes de CCH. Platel Oriente. Revista del Colegio de Ciencias para el Bachillerato. Revista aportes, no, 21
- Baile, A (2004) ¿Qué es la imagen corporal? Cuadernos del Marqués de San Adrián, citado en marzo 9 2015 en: [http://www.uned.es/ca-tudela/revista/noo2/baile\\_ayensa.htm](http://www.uned.es/ca-tudela/revista/noo2/baile_ayensa.htm)
- Baile, J.I (2002). Insatisfacción corporal en adolescentes, medida con el Body Shape Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad. International Journal of Clinical and Health Psychology, Asociación Española de Psicología Conductual
- Massenzana, FB (2017). Autoconcepto y autoestima: ¿sinónimos o constructos complementarios?». PSSOCIAL. Revista de investigación en psicología social.
- Núñez Avilés, F. 2015 Estudio de la satisfacción de la imagen corporal en educación primaria. Relaciones con la actividad física y el nivel de condición física de los escolares. Facultad de Ciencias de la Educación Departamento de Didáctica de las Lenguas, las Artes y el Deporte. Universidad de Málaga.
- Quiroz Rios, Y. 2015 Autopercepcion de la imagen corporal en adolescentes. Facultad de Ciencias de la Conducta. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Rodríguez S, Cruz S. (2008) La insatisfacción corporal en adolescentes latinoamericanas y españolas. Psicothema 20(1). Consultado en febrero de 2015 en [www.psicotema.com/psicotema.asp?id=3438](http://www.psicotema.com/psicotema.asp?id=3438)
- Solís G. (2014) percepción y creencias irracionales de la imagen corporal de mujeres adultas pertenecientes a gimnasio crossfit zona15 Guatemala. Universidad Rafael Landívar. Facultad de Humanidades. Guatemala.



**Para citar el artículo indexado**

Rojas Cabrera, M., Espinosa Visquera, M., Cabrera Cabanillas, A., & Mejias García, J. L. (2021). Autoconcepto físico y mental de los estudiantes del ciclo i de la carrera de educación física de la UNJFSC de Huacho. AlfaPublicaciones, 3(1), 6–13. <https://doi.org/10.33262/ap.v3i1.36>



El artículo que se publica es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Alpha Publicaciones**.

El artículo queda en propiedad de la revista y, por tanto, su publicación parcial y/o total en otro medio tiene que ser autorizado por el director de la **Revista Alpha Publicaciones**.

