

**Cómo citar este artículo:**

Arencibia-Pagés CJ; Pérez-Valdés Y; Pagés-Rubio C; Abreu-Cervantes AM; Rodríguez-Salazar OB.

Relación entre apreciación corporal, salud mental y estrés académico en estudiantes de ciencias médicas de Cuba. MedEst. [Internet]. 2026 [citado acceso fecha]; 6:e469.

Disponible en:

<https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/469>

Palabras Clave:

Apreciación corporal; BAS-2; Estudiantes; GAD-7; PHQ-9; Salud mental.

Keywords: Body appreciation; BAS-2; Students; GAD-7; PHQ-9; Mental health.

Autor para correspondencia:

arencibiapages@gmail.com

Recibido: 01/11/2025

Aprobado: 30/12/2025

Editor(es) a cargo:

Ana Ruiz Torres.

Traductor:

Lic. María Carla Pedroso Martínez.

Maquetador:

Carlos Luis Vinageras Hidalgo

Relación entre apreciación corporal, salud mental y estrés académico en estudiantes de ciencias médicas de Cuba

Relationship between body appreciation, mental health and academic stress in medical science students in Cuba

Christian José Arencibia Pagés ^{1*} , Yaynén Pérez Valdés ²

Circe Pagés Rubio ³ , Arleen María Abreu Cervantes ⁴

Orlando Bismark Rodríguez Salazar ²

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. Facultad de Ciencias Médicas. Camagüey, Cuba.

² Hospital Universitario Manuel Ascunce Domenech. Servicio de Cirugía Plástica y Caumatología. Camagüey, Cuba.

³ Hospital Universitario Manuel Ascunce Domenech. Servicio de Alergología. Camagüey, Cuba.

⁴ Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. Facultad Tecnológica. Camagüey, Cuba.

RESUMEN

Introducción: La formación médica impone exigencias que comprometen la salud mental. La apreciación corporal emerge como un constructo protector poco explorado en contextos de educación médica con enfoque social. **Objetivo:** Evaluar la relación entre apreciación corporal, salud mental y estrés académico en estudiantes de ciencias médicas de Cuba. **Métodos:** Se realizó un estudio observacional, analítico y transversal en 250 estudiantes de 15 universidades médicas cubanas (septiembre de 2025). Se emplearon instrumentos validados: Body Appreciation Scale-2 (BAS-2), Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7), Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) y una escala de estrés académico percibido. El análisis incluyó estadística no paramétrica (U de Mann-Whitney, Kruskal-Wallis) y correlaciones de Spearman (ρ). **Resultados:** Se observó una elevada apreciación corporal ($21,5 \pm 3,7$) y niveles de sintomatología subclínica (Ansiedad: $6,9 \pm 4,6$; Depresión: $6,4 \pm 5,3$). No se hallaron diferencias significativas por género ($p=0,439$) ni por año de estudio ($p=0,835$). La apreciación corporal mostró correlaciones inversas significativas con ansiedad ($p=-0,273$), depresión ($p=-0,334$) y estrés académico ($p=-0,229$) ($p<0,001$). No se encontró asociación con el Índice de Masa Corporal ($p=0,913$). **Conclusiones:** La apreciación corporal en estudiantes de la salud cubanos es alta y actúa como un recurso psicológico resiliente. La formación médica cubana parece atenuar las brechas de género en la percepción corporal. Se recomienda integrar el fortalecimiento de la imagen corporal positiva en los programas de bienestar estudiantil para mitigar el estrés académico.

ABSTRACT

Introduction: Medical training imposes demands that compromise mental health. Body appreciation emerges as a protective construct that is underexplored in socially focused medical education contexts. **Objective:** To evaluate the relationship between body appreciation, mental health, and academic stress in Cuban medical students. **Methods:** An observational, analytical, and cross-sectional study was conducted with 250 students from 15 Cuban medical universities (September 2025). Validated instruments were used: Body Appreciation Scale-2 (BAS-2), Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7), Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), and a perceived academic stress scale. The analysis included non-parametric statistics (Mann-Whitney U test, Kruskal-Wallis test) and Spearman's rank correlation coefficient (ρ). **Results:** High body image (21.5 ± 3.7) and levels of subclinical symptoms (Anxiety: 6.9 ± 4.6 ; Depression: 6.4 ± 5.3) were observed. No significant differences were found by gender ($p=0.439$) or year of study ($p=0.835$). Body image showed significant inverse correlations with anxiety ($p=-0.273$), depression ($p=-0.334$), and academic stress ($p=-0.229$) ($p<0.001$). No association was found with Body Mass Index ($p=0.913$). **Conclusions:** Body image among Cuban health sciences students is high and acts as a resilient psychological resource. Cuban medical training appears to mitigate gender gaps in body perception. It is recommended that strengthening positive body image be integrated into student wellness programs to mitigate academic stress.

Los artículos de la Revista MedEst se comparten bajo los términos de la licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional
Email: revmedest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu

INTRODUCCIÓN

La formación en ciencias médicas es reconocida a nivel global como uno de los trayectos académicos de mayor exigencia, impactando de forma severa en el bienestar psicológico de los estudiantes. La salud mental del estudiantado universitario constituye una prioridad en salud pública debido a su influencia en el rendimiento académico, la retención estudiantil y el bienestar general.⁽¹⁾

Una revisión exhaustiva realizada por Nunes et al.⁽²⁾ identificó tasas elevadas de síntomas depresivos, ansiedad e ideación suicida en esta población, asociadas a factores heterogéneos que incluyen condiciones de salud, variables sociodemográficas, relaciones familiares y aspectos académicos específicos. Los estudiantes de ciencias de la salud enfrentan particularidades que incrementan su vulnerabilidad a problemas de salud mental, al combinar exigencias académicas intensas, contacto temprano con entornos clínicos emocionalmente demandantes y evaluaciones de alto impacto.⁽³⁾ Esta situación subraya la necesidad de identificar variables que puedan actuar como factores protectores o agravantes de la salud mental en este grupo.

Frente al enfoque tradicional centrado en el déficit —como la insatisfacción corporal—, la psicología positiva ha introducido el constructo de apreciación corporal, definido como la aceptación, el respeto y la valoración positiva del propio cuerpo. Este cambio de paradigma es fundamental, ya que trasciende la mera apariencia para enfatizar la aceptación del cuerpo como una herramienta funcional y digna de cuidado. A diferencia de la insatisfacción corporal, la evidencia internacional indica que la apreciación corporal se asocia con una menor sintomatología depresiva, una mejor autoestima y una mayor calidad de vida.⁽⁴⁾

No obstante, la evidencia actual presenta cierta paradoja: mientras la presión estética predominante en contextos occidentales sugiere un deterioro de la autoimagen en jóvenes, algunos estudios preliminares en facultades de medicina plantean que el conocimiento profundo de la anatomía y la fisiología podría fomentar una visión más objetiva y compasiva del cuerpo humano. Sin embargo, este posible efecto modulador de la educación médica no ha sido suficientemente contrastado en contextos no mercantilizados. Mientras algunas investigaciones reportan mayor insatisfacción corporal en estudiantes de salud en comparación con otros grupos universitarios, otras sugieren que la formación profesional podría promover una relación más saludable con el cuerpo.^(4,5)

A nivel internacional, se han documentado diferencias de género consistentes en apreciación corporal, con las mujeres reportando

sistemáticamente niveles más bajos que los hombres.⁽⁶⁾ Sin embargo, aún es limitada la evidencia sobre si este patrón se mantiene en poblaciones específicas de estudiantes de ciencias de la salud.

La evaluación de la apreciación corporal mediante instrumentos breves y robustos facilita su inclusión en evaluaciones de salud mental a gran escala. La Body Appreciation Scale-2 (BAS-2)⁽⁷⁾, en particular, ha demostrado propiedades psicométricas adecuadas en diversas poblaciones y contextos culturales, lo que permite comparaciones transculturales y seguimientos institucionales. Su uso simultáneo con medidas consolidadas de salud mental, como el Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7)⁽⁸⁾ y el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)⁽⁹⁾, resulta metodológicamente recomendable para explorar las interrelaciones entre estos constructos.

El sistema de educación médica cubano presenta particularidades distintivas respecto a los modelos mayoritariamente reportados en la literatura: formación gratuita, vinculación temprana a la comunidad y un currículo basado en el paradigma biopsicosocial.⁽¹⁰⁾ Este contexto ofrece un escenario singular para el estudio de la imagen corporal. Sin embargo, la ausencia de investigaciones nacionales que integren perspectivas de psicología positiva con indicadores clínicos de salud mental impide determinar si estas particularidades del modelo educativo cubano actúan efectivamente como factores de resiliencia frente a la presión académica y los estándares estéticos globales.

Problema científico: Se desconoce si la apreciación corporal actúa como un factor protector de la salud mental en estudiantes de ciencias médicas de Cuba, y si el modelo formativo cubano —con su enfoque comunitario y biopsicosocial— modula esta relación, atenuando las brechas de género típicamente reportadas en otros contextos.

Por lo tanto, esta investigación tiene como objetivo evaluar la relación entre la apreciación corporal, la salud mental y el estrés académico en estudiantes de ciencias médicas de Cuba, con el propósito de contribuir al diseño de intervenciones basadas en activos psicológicos para la promoción del bienestar en esta población.

MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional, analítico y de corte transversal para evaluar la percepción corporal y la salud mental en estudiantes de ciencias médicas de Cuba. La recolección de datos se llevó a cabo durante la primera quincena de septiembre de 2025, abarcando una muestra multicéntrica de 15 Universidades de Ciencias Médicas del país.

Población y muestra

La población de referencia estuvo constituida por estudiantes de pregrado y posgrado (residentes) de ciencias de la salud en Cuba. La muestra final incluyó 250 participantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia y cadena (bola de nieve). La difusión se realizó a través de sociedades científicas estudiantiles y plataformas digitales, con el propósito de alcanzar heterogeneidad en cuanto a años de formación y procedencia geográfica.

Criterios de inclusión: ser mayor de 18 años, estar matriculado activamente en una carrera de la salud o residencia en Cuba, y otorgar consentimiento informado electrónico.

Criterios de exclusión: cuestionarios incompletos (>10 % de ítems sin respuesta) o patrones de respuesta inconsistentes (ej., varianza nula en escalas Likert).

Variables

Variables independientes: Género (masculino / femenino). Año de estudio (categorizado en: 1ro-2do, 3ro-4to, 5to en adelante). Edad (años cumplidos). Índice de Masa Corporal (IMC, kg/m²). Universidad de procedencia (15 Universidades de Ciencias Médicas de Cuba)

Variables dependientes: Nivel de apreciación corporal, medido mediante la Body Appreciation Scale-2 (BAS-2)(7). Nivel de ansiedad, medido mediante la Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7). Nivel de depresión, medido mediante el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Nivel de estrés académico percibido

Variables de control metodológico: consistencia interna de los instrumentos (α de Cronbach), normalidad de la distribución (prueba de Shapiro-Wilk) y homogeneidad de varianzas (prueba de Levene).

Instrumentos de medición

1. Cuestionario sociodemográfico y académico: Instrumento ad hoc que recogió edad, género, año de estudio, universidad, estatura y peso auto-reportados (para el cálculo del IMC).

2. Apreciación corporal: Se empleó una versión adaptada de 5 ítems de la Body Appreciation Scale-2 (BAS-2). Esta versión se construyó integrando los ítems de las formas ultra-breves (de 2 y 3 ítems), las cuales han demostrado alta validez convergente y fiabilidad. La elección de esta versión respondió a la necesidad de optimizar el

tiempo de respuesta en el entorno digital sin comprometer la validez del constructo. El puntaje total oscila entre 5 y 25, donde valores más altos indican mayor apreciación corporal. En este estudio presentó una fiabilidad excelente ($\alpha = 0,865$).

3. Ansiedad: Se utilizó la escala Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7), un instrumento de 7 ítems que evalúa la frecuencia de síntomas de ansiedad durante las últimas dos semanas en una escala tipo Likert de 4 puntos (0 = "Ningún día" a 3 = "Casi todos los días"). El puntaje total va de 0 a 21, considerándose ≥ 10 como indicativo de ansiedad clínicamente significativa. La consistencia interna en esta muestra fue buena ($\alpha = 0,836$).

4. Depresión: Se aplicó el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), un cuestionario de 9 ítems que mide síntomas depresivos en las últimas dos semanas con la misma escala de respuesta que el GAD-7. El rango total es de 0 a 27, con un punto de corte ≥ 10 para depresión clínicamente relevante. Mostró una fiabilidad buena en este estudio ($\alpha = 0,846$).

5. Estrés académico percibido: Se midió mediante una Escala Visual Analógica (EVA) de un solo ítem, con un rango de 1 ("Nada estresado") a 10 ("Extremadamente estresado"). Este método, validado en estudios epidemiológicos transversales por su baja carga cognitiva, evalúa el nivel global de estrés atribuido a las demandas académicas.

Procedimiento

Se diseñó un formulario electrónico en *Google Forms* que incluyó la hoja de información al participante, el consentimiento informado y los instrumentos descritos. El enlace fue distribuido a través de redes de contactos institucionales y estudiantiles. La participación fue anónima y voluntaria, con un tiempo estimado de completamiento de 15-20 minutos. El período de recolección abarcó del 1 al 15 de septiembre de 2025. Se implementaron controles de calidad para identificar y excluir respuestas duplicadas (mediante dirección IP y marca de tiempo) y patrones de respuesta inválidos (ej., straightlining).

Análisis estadístico

Los análisis se realizaron con el software Jamovi (versión 2.7). Inicialmente, se calcularon estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, frecuencias). Dado que todas las variables principales mostraron desviaciones significativas de la normalidad (prueba de Shapiro-Wilk, $p < 0,001$), se optó por métodos no paramétricos. Las comparaciones por género se realizaron con la prueba U de Mann-Whitney, y por año de estudio con la prueba Kruskal-Wallis. Las

asociaciones entre variables continuas se evaluaron mediante el coeficiente de correlación de Spearman (ρ). En todos los análisis se adoptó un nivel de significancia de $p < 0,05$. El tamaño del efecto se reportó con la * r^* de Rank-Biserial para comparaciones (0,1=pequeño; 0,3=medio; 0,5=grande) y con el ρ de Spearman para correlaciones, utilizando los mismos criterios de interpretación.

Consideraciones éticas

El protocolo del estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. La investigación se condujo conforme a los principios de la Declaración de Helsinki (11) y la normativa bioética cubana vigente. Se garantizó el anonimato, la confidencialidad de los datos y la participación voluntaria. La base de datos fue almacenada en un servidor seguro con acceso restringido a los investigadores principales.

RESULTADOS

El estudio incluyó 250 estudiantes de ciencias de la salud provenientes de 15 Universidades de Ciencias Médicas de Cuba. La edad promedio fue de 21,4 años (DE = 2,5; rango: 18-35). La distribución por género mostró predominio del sexo femenino (67,2 %; n=168) frente al masculino (32,8 %; n=82). La muestra presentó una distribución equilibrada según el año de estudio, abarcando desde el ciclo básico hasta el posgrado: 26,8 % (n=67) en años iniciales (1ro-2do), 35,2 % (n=88) en años intermedios (3ro-4to) y 38,0 % (n=95) en años avanzados y residentes (5to en adelante). El Índice de Masa Corporal (IMC) promedio se situó en 22,3 kg/m² (DE = 4,6), dentro del rango considerado normal (Tabla 1).

Los participantes reportaron niveles elevados de apreciación corporal, con una puntuación media de 21,5 (DE = 3,7) en la versión de 5 ítems de la BAS-2 (rango posible: 5-25). Respecto a la salud mental, las puntuaciones medias globales se ubicaron en el rango subclínico para ansiedad (GAD-7: $6,9 \pm 4,6$) y depresión (PHQ-9: $6,4 \pm 5,3$). Sin embargo, al analizar los puntos de corte clínicos, se identificó que el 22,8 % (n=57) de los estudiantes presentaba síntomas de ansiedad clínicamente significativos ($GAD-7 \geq 10$) y el 18,4 % (n=46) alcanzó niveles clínicos de depresión ($PHQ-9 \geq 10$). Solo un 8,4 % (n=21) superó simultáneamente ambos umbrales. La percepción media de estrés académico fue de 6,1 sobre 10 (DE = 2,4), indicando una presencia moderada-alta de este factor (Tabla 1).

Tabla 1. Características sociodemográficas y clínicas de la muestra (n=250)

Los artículos de la Revista MedEst se comparten bajo los términos de la licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional
Email: revmedest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu

Variable	n (%) / Media ± DE	Mediana [RIC]	Rango	P (Shapiro-Wilk)
Edad (años)	21,4 ± 2,5	21,0 [2,75]	18-35	<0,001
Género				
Femenino	168 (67,2 %)	-	-	-
Masculino	82 (32,8 %)	-	-	-
Año de estudio				
1ro-2do	67 (26,8 %)	-	-	-
3ro-4to	88 (35,2 %)	-	-	-
5to+	95 (38,0 %)	-	-	-
IMC (kg/m²)	22,3 ± 4,6	22,0 [4,00]	14-59	<0,001
BAS-2 (5-25)	21,5 ± 3,7	22,0 [6,00]	5-25	<0,001
GAD-7 (0-21)	6,9 ± 4,6	6,0 [7,00]	0-21	<0,001
PHQ-9 (0-27)	6,4 ± 5,3	5,0 [7,00]	0-26	<0,001
Estrés académico (1-10)	6,1 ± 2,4	6,0 [4,00]	1-10	<0,001

Fuente: Base de datos del formulario electrónico.

***Nota:** DE = Desviación Estándar; RIC = Rango Intercuartílico; BAS-2 = Body Appreciation Scale-2; GAD-7 = Generalized Anxiety Disorder-7; PHQ-9 = Patient Health Questionnaire-9.*

Los artículos de la Revista MedEst se comparten bajo los términos de la licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional
Email: revmedest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu

Las pruebas de normalidad (Shapiro-Wilk) indicaron desviaciones significativas de la distribución normal en todas las variables ($p < 0,001$), justificando el uso de estadísticos no paramétricos. El análisis mediante la prueba U de Mann-Whitney no reveló diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en apreciación corporal ($U=6480$; $p=0,439$; $r=-0,06$), ansiedad ($U=6058$; $p=0,121$; $r=0,12$), depresión ($U=6327$; $p=0,295$; $r=0,08$) o estrés académico ($U=6499$; $p=0,466$; $r=0,06$), con tamaños del efecto pequeños ($r \leq 0,12$) (Tabla 2).

De manera similar, la prueba de Kruskal-Wallis no mostró diferencias significativas según el año de estudio en apreciación corporal ($H=3,50$; $p=0,835$; $\epsilon^2=0,014$), ansiedad ($H=7,64$; $p=0,365$; $\epsilon^2=0,031$), depresión ($H=11,75$; $p=0,109$; $\epsilon^2=0,047$) o estrés académico ($H=10,55$; $p=0,159$; $\epsilon^2=0,042$). Los tamaños del efecto fueron pequeños en todos los casos ($\epsilon^2 \leq 0,047$), indicando que el avance en la carrera no se asoció con un deterioro de estos indicadores en la muestra estudiada.

Tabla 2. Comparaciones por género mediante prueba U de Mann-Whitney

Variable	Mujeres Mediana [RIC]	Hombres Mediana [RIC]	U	p	r (tamaño efecto)
BAS-2	22 [6,00]	23 [6,00]	6480	0,439	-0,06
GAD-7	7 [6,00]	6 [5,75]	6058	0,121	0,12
PHQ-9	4 [6,00]	5,5 [7,00]	6327	0,295	0,08
Estrés académico	6 [3,00]	6 [4,00]	6499	0,466	0,06

*Nota: U = Estadístico U de Mann-Whitney; r = tamaño del efecto

La matriz de correlaciones de Spearman (Tabla 3) reveló que la apreciación corporal presentó correlaciones inversas y estadísticamente significativas con ansiedad ($\rho = -0,273$; $p < 0,001$), depresión ($\rho = -0,334$; $p < 0,001$) y estrés académico ($\rho = -0,229$; $p < 0,001$). Estas asociaciones, aunque de magnitud débil a moderada, indican que a mayor apreciación corporal, menores son los niveles reportados de sintomatología ansiosa, depresiva y estrés académico. No se encontró asociación significativa entre apreciación corporal e IMC ($\rho = -0,007$; $p = 0,913$).

Por otro lado, se observó una correlación positiva fuerte entre ansiedad y depresión ($p = 0,744$; $p < 0,001$). El estrés académico se correlacionó moderadamente con ansiedad ($p = 0,490$; $p < 0,001$) y depresión ($p = 0,411$; $p < 0,001$). El IMC mostró asociaciones positivas débiles, aunque significativas, con depresión ($p = 0,168$; $p = 0,008$) y estrés académico ($p = 0,178$; $p = 0,005$).

Tabla 3. Matriz de correlaciones de Spearman entre las variables del estudio

	BAS -2	GAD-7	PHQ-9	Estrés académico	IMC
BAS-2	1	- 0,273** *	- 0,334** *	-0,229***	-0,007
GAD-7	-	1	0,744** *	0,490***	0,106
PHQ-9	-	-	1	0,411***	0,168* *
Estrés académico	-	-	-	1	0,178* *
IMC	-	-	-	-	1

*Nota: ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación revelan un perfil psicodinámico distintivo entre los estudiantes de ciencias de la salud cubanos. El hallazgo principal confirma la presencia de niveles elevados de apreciación corporal, los cuales mantienen una relación inversa y significativa con la sintomatología de ansiedad, depresión y estrés académico. Esta asociación posiciona a la imagen corporal positiva no solo como un indicador de bienestar, sino como un recurso psicológico resiliente en un contexto de alta exigencia formativa.

La puntuación media de apreciación corporal ($21,5 \pm 3,7$) resulta notablemente superior a lo reportado en estudios previos con poblaciones universitarias de la región, donde predominan los reportes de insatisfacción corporal, especialmente en carreras del área de la salud ^(12,13). Los autores consideran que una explicación plausible radica en las particularidades del modelo formativo cubano. A

diferencia de contextos donde la imagen corporal está mediada por estándares estéticos mercantilizados, la vinculación temprana a la práctica clínica y el enfoque biopsicosocial parecen fomentar una visión del cuerpo basada en su funcionalidad y salud integral, más que en su apariencia. Esta interpretación se ve reforzada por la ausencia de correlación entre el IMC y la apreciación corporal, lo que sugiere que los estudiantes valoran su cuerpo independientemente de parámetros morfométricos convencionales.

Contrario a la literatura internacional, que documenta sistemáticamente una menor apreciación corporal en mujeres debido a la presión sociocultural^(6,13), este estudio no halló diferencias significativas por género. En poblaciones generales, las mujeres suelen internalizar con mayor intensidad los ideales estéticos dominantes, incrementando su vulnerabilidad a trastornos de la imagen corporal.⁽¹⁴⁾ Los autores opinan que este hallazgo sugiere un posible efecto igualador de la educación médica cubana. Al internalizar una perspectiva científica y profesional del cuerpo humano, tanto hombres como mujeres podrían desarrollar una cierta inmunidad cognitiva frente a ideales de belleza hegemónicos, los cuales afectan desproporcionadamente a las mujeres en otros entornos.

La estabilidad de la apreciación corporal a lo largo de los años de estudio indica que este constructo se consolida en etapas tempranas de la carrera y se mantiene a pesar del incremento progresivo en las demandas académicas. Este patrón contrasta con lo observado en estudios longitudinales internacionales, donde es frecuente documentar un deterioro en los indicadores de salud mental con el avance de la formación médica.⁽¹⁵⁾ Los autores sugieren que la resiliencia de la apreciación corporal ante las crecientes exigencias académicas refuerza su potencial papel como factor protector de la salud mental en esta población.

Es importante destacar que, a pesar de los elevados niveles de apreciación corporal, un 22,8 % y un 18,4 % de los estudiantes presentaron síntomas clínicos de ansiedad y depresión, respectivamente. Esto subraya la intrínseca vulnerabilidad de esta población. No obstante, la correlación negativa entre estas variables sugiere que la apreciación corporal podría actuar como un amortiguador psicológico. Los autores consideran que, en ausencia de esta aceptación corporal, la prevalencia de psicopatología ante los niveles de estrés académico reportados (media de 6,1/10) podría ser considerablemente mayor. Así, la apreciación corporal no elimina el estrés, pero parece modular su impacto, mejorando la capacidad de afrontamiento. Este hallazgo está en línea con la evidencia internacional que respalda el papel protector de una imagen corporal positiva.⁽¹⁶⁾

El meta-análisis realizado por Linardon et al. (17) consolida la evidencia de que la apreciación corporal se asocia consistentemente con un mayor bienestar psicológico, menor sintomatología depresiva y mejor calidad de vida. En el contexto específico de la formación médica, los autores opinan que este constructo adquiere una relevancia particular, dado su potencial para mitigar los efectos del estrés académico crónico característico de estos estudios.

La falta de asociación entre el IMC y la apreciación corporal ($p = -0,007$; $p = 0,913$) refuerza la noción de que la valoración del cuerpo en esta población se desvincula de medidas objetivas de composición corporal. Este resultado contrasta con hallazgos en poblaciones generales, donde el IMC suele correlacionarse negativamente con la satisfacción corporal (6). Los autores sugieren que esta disociación podría reflejar una comprensión más integral y menos estigmatizante de la salud, cultivada durante la formación en ciencias médicas.

El diseño transversal del estudio impide establecer relaciones causales entre las variables. Aunque se identificaron asociaciones significativas, la direccionalidad de estas requiere ser confirmada mediante estudios longitudinales. Además, el uso de un muestreo no probabilístico puede limitar la generalización de los resultados. Los autores reconocen que, si bien la participación de 15 universidades y la distribución equilibrada por años de estudio mejoran la representatividad, los hallazgos deben interpretarse considerando esta restricción metodológica.

Entre los aspectos metodológicos más robustos destacan el uso de instrumentos validados internacionalmente, los cuales demostraron excelentes propiedades psicométricas en la muestra (BAS-2: $\alpha = 0,865$; GAD-7: $\alpha = 0,836$; PHQ-9: $\alpha = 0,846$). El tamaño muestral fue adecuado para los análisis realizados y se implementaron controles estadísticos para múltiples comparaciones. Asimismo, la evaluación anónima y voluntaria minimizó potenciales sesgos de deseabilidad social, particularmente relevantes al evaluar constructos sensibles como la imagen corporal.

CONCLUSIONES

Los estudiantes de ciencias médicas cubanos presentan altos niveles de apreciación corporal, los cuales se mantienen estables durante su formación y actúan como un factor protector frente a la ansiedad, la depresión y el estrés académico. La ausencia de diferencias por género sugiere que el modelo educativo cubano podría atenuar las brechas habitualmente reportadas en la insatisfacción corporal. Estos hallazgos respaldan la integración de estrategias para promover una imagen corporal positiva en los programas de bienestar estudiantil, como un

recurso accesible y resiliente para preservar la salud mental en entornos académicos de alta exigencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Estrada-Araoz EG. Salud mental y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios: Un estudio correlacional. Gac Med Caracas [Internet]. 2024 [citado 13/10/2025];132 (Supl.1). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.47307/gmc.2024.132.s1.17>
2. Nunes JCA, Oliveira Lima Magalhães D, Vitória Silva Rodrigues A, Nami Utsunomya Saraiva A, Pereira de Jesus EC, de Oliveira Santos EK, et al. Prevalence of depressive symptoms, anxiety, suicidal ideation and associated factors among higher education students. HS [Internet]. 2024 [citado 13/10/2025];4(01):01–20. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.51249/hs.v4i01.1804>
3. Martinez-Lorca M, Zabala Baños MC, Morales Calvo S, Aguado Romo R, Martínez-Lorca A. Salud mental, afecto y emociones en estudiantes universitarios españoles de Ciencias de la Salud y Ciencias Sociales (Mental Health, affect and emotions in Spanish university students of Health and Social Sciences). Retos Digit [Internet]. 2023 [citado 13/10/2025];49:163–73. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.47197/retos.v49.97652>
4. García Barragán JA, Santos Pazos DA. Insatisfacción con la imagen corporal y salud mental en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. Arandu [Internet]. 2025 [citado 13/10/2025];12(1):2100–18. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.69639/arandu.v12i1.729>
5. Gállego-Royo A, Pérez-Álvarez C, Marco-Gómez B, Sebastián Sánchez I, Astier-Peña MP, Urbano Gonzalo O, et al. Los problemas de salud más prevalentes en los estudiantes de Medicina: revisión de la literatura. Educ médica [Internet]. 2023 [citado 13/10/2025];24(1):100774. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.edumed.2022.100774>
6. Inzunza Rosales E, Díaz Tapia C, Valenzuela Manríquez E, Gutiérrez Vergara Y, Baier Riquelme B, Molina-Márquez I, et al. Autopercepción e insatisfacción de la imagen corporal con relación al IMC y porcentaje de grasa entre hombres y mujeres estudiantes universitarios chilenos. MHSALUD [Internet]. 2023 [citado 13/10/2025];20(1):1–10. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15359/mhs.20-1.8>

7. Tylka TL, Linardon J, Wood-Barcalow NL, Daníelsdóttir S, Fuller-Tyszkiewicz M. Short forms of the Body Appreciation Scale-2 (BAS-2SF): Item selection and psychometric evaluation. *Body Image* [Internet]. 2022 [citado 13/10/2025];41:308-30. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.04.001>
8. Johnson SU, Ulvenes PG, Øktedalen T, Hoffart A. Psychometric properties of the general anxiety disorder 7-item (GAD-7) scale in a heterogeneous psychiatric sample. *Front Psychol* [Internet]. 2019 [citado 13/10/2025];10:1713. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01713>
9. Kroenke K. PHQ-9: global uptake of a depression scale. *World Psychiatry* [Internet]. 2021 [citado 13/10/2025];20(1):135-6. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1002/wps.20821>
10. Porras Pérez BN, Travieso Ramos N, Herrera Miranda GLHM, Suárez García LR. Management of the methodological teaching work in the cuban medical university. *Health Leadership and Quality of Life* [Internet]. 2024 [citado 13/10/2025];3. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.56294/hl2024.457>
11. Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas con participantes humanos [Internet]. Wma.net. [citado 13/10/2025]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
12. Rivera Mora LF, Gaibor Gonzalez MI. Trastorno dismórfico corporal en los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal de Bolívar. *facsalud* [Internet]. 2024 [citado 13/10/2025];8(15):114-21. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol8iss15.2024pp114-121p>
13. Belarmino V, Trassantes AO, Prietsch SO, Gonçalves CV. Insatisfação com a Imagem Corporal em Universitários do Extremo Sul do Brasil. *Saúde Desenvolv Hum* [Internet]. 2023 [citado 13/10/2025];11(2). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18316/sdh.v11i2.9488>
14. Villodres GC, Campos-Pérez LM, Salvador-Pérez F, Muros JJ, Vizcaíno-Cuenca R. Relación entre el uso de redes sociales, hábitos saludables y factores psicológicos relacionados con la percepción de la imagen corporal en estudiantado universitario. *Retos Digit*

[Internet]. 2025 [citado 13/10/2025];71:316–32. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.47197/retos.v71.114780>

15. Maddalena N de CP, Lucchetti ALG, Moutinho ILD, Ezequiel O da S, Lucchetti G. Mental health and quality of life across 6 years of medical training: A year-by-year analysis. Int J Soc Psychiatry [Internet]. 2024 [citado 13/10/2025];70(2):298–307. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.1177/00207640231206061>

16. Reyes-Castillo G, Guzmán-Toledo RM, Rojas-Solís JL, Fragoso-Luzuriaga R. Factores protectores ante el estrés académico, ansiedad y depresión en universitarios: Un estudio post confinamiento. Revista AJAYU [Internet]. 2025 [citado 13/10/2025];23(1):19–40. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.35319/ajayu.231266>

17. Linardon J, McClure Z, Tylka TL, Fuller-Tyszkiewicz M. Body appreciation and its psychological correlates: A systematic review and meta-analysis. Body Image [Internet]. 2022 [citado 13/10/2025];42:287–96. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.003>

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

CJAP: Conceptualización, investigación, metodología, recolección de datos, análisis formal (cuantitativo y cualitativo), redacción – borrador original, revisión y edición.

YPV: Conceptualización, investigación, redacción original, revisión y edición.

CPR: Investigación, recolección de datos, análisis formal, revisión y edición.

AMAC: Investigación, metodología, recolección de datos, revisión y edición.

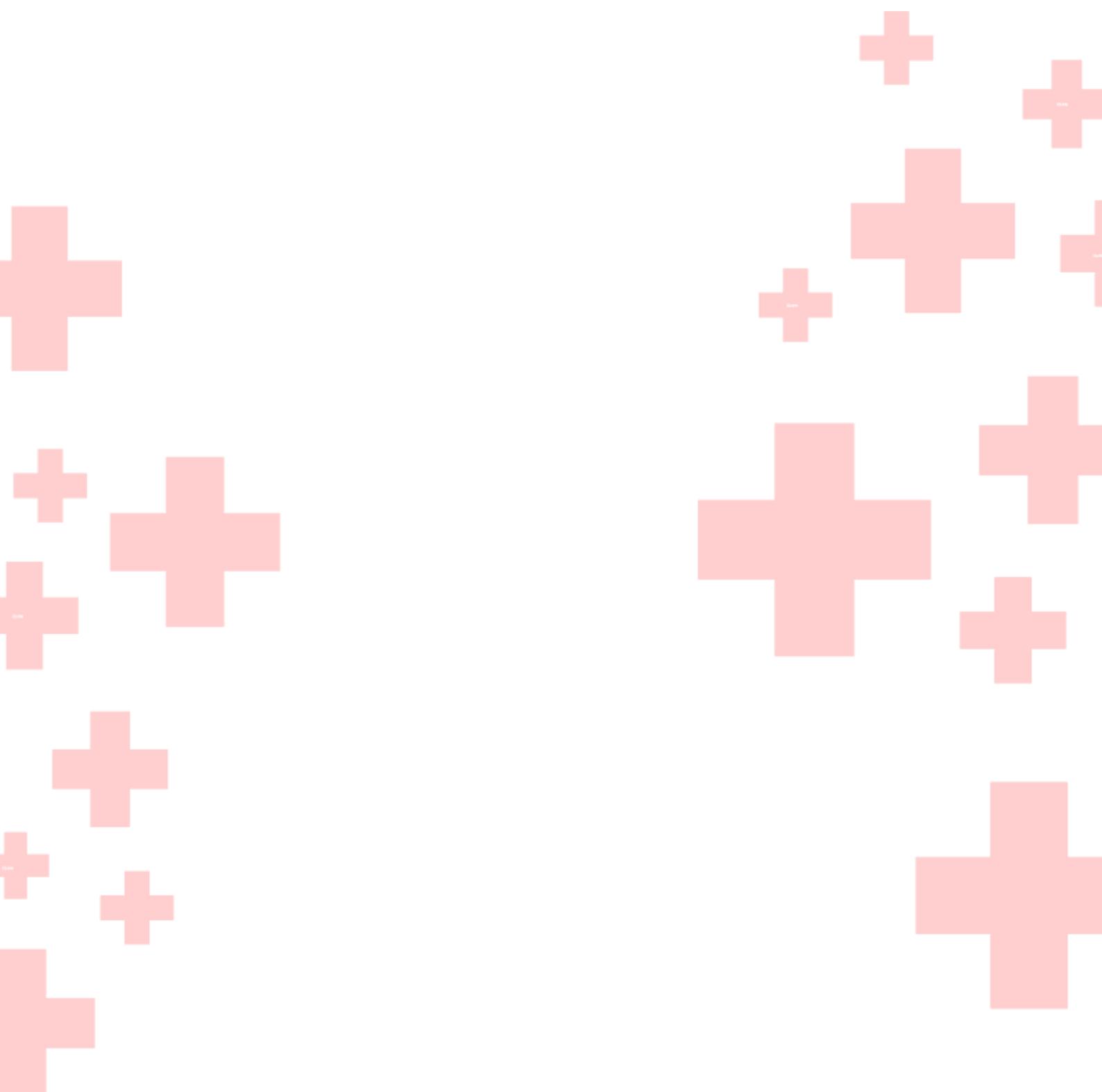
OBRS: Investigación, metodología, recolección de datos, revisión y edición.

CONFLICTOS DE INTERESES

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

FUENTES DE FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para este artículo.



Los artículos de la Revista MedEst se comparten bajo los términos de la licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional

Email: revmedest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu

