

Revisión sistemática sobre la relación de la percepción de la imagen corporal y la adquisición de un Trastorno de la Conducta Alimentaria en estudiantes de danza profesional

Systematic review on the relationship between body image perception and the acquisition of an eating disorder in professional dance students

Luz Natalia Villanueva Medina¹, Tomás Israel Franco Ramírez², José Manuel Delira García²

¹ Estudiante de la Licenciatura en Psicología Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato.

ln.villanuevamedina@ugto.mx

² Profesor de tiempo parcial de la Licenciatura en Psicología Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato.

ti.franco@ugto.mx

³ Profesor de tiempo parcial de la Licenciatura en Psicología Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato.

jm.delira@ugto.mx

Resumen

La presente revisión sistemática tiene como objetivo analizar investigaciones en relación con la percepción de la imagen corporal y la adquisición de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en estudiantes de distintas disciplinas de danza profesional. Se revisaron 15 artículos encontrados en bases de datos académicas, en los que se abordan la percepción corporal y las conductas alimentarias en bailarines, considerando un periodo de publicación no mayor a 10 años y con muestra de participantes de entre 14 y 25 años.

Los resultados evidencian que los estudiantes de danza presentan una mayor insatisfacción corporal que la población general, influenciada por factores ambientales comprendidos por la autoexigencia, la crítica constante y los ideales estéticos del entorno formativo. Aunque se identifican conductas alimentarias de riesgo, la prevalencia de diagnósticos clínicos de TCA no difiere significativamente respecto a otras poblaciones.

Se reconoce la influencia de una percepción de la imagen corporal negativa de los estudiantes de danza como un factor de vulnerabilidad en la adquisición de conductas alimentarias de riesgo, destacando la importancia de promover la salud mental dentro de la formación profesional de bailarines de manera integral, proponiendo la incorporación de educación nutricional y psicológica para la prevención de los TCA.

Palabras clave: Imagen corporal; trastornos de la conducta alimentaria; estudiantes de danza; insatisfacción corporal; conductas alimentarias de riesgo.

Abstract

The aim of this systematic review is to analyze research related to body image perception and the acquisition of eating disorders (EDs) in students of different professional dance disciplines. Fifteen articles found in academic databases were reviewed, addressing body perception and eating behaviors in dancers, considering a publication period of no more than 10 years and with a sample of participants between 14 and 25 years of age.

The results show that dance students have greater body dissatisfaction than the general population, influenced by environmental factors including self-imposed demands, constant criticism, and the aesthetic ideals of the

educational environment. Although risky eating behaviors are identified, the prevalence of clinical diagnoses of eating disorders does not differ significantly from other populations.

The influence of a negative body image perception among dance students is recognized as a vulnerability factor in the acquisition of risky eating behaviors, highlighting the importance of promoting mental health within the professional training of dancers in a comprehensive manner, proposing the incorporation of nutritional and psychological education for the prevention of eating disorders.

Keywords: Body image; eating disorders; dance students; body dissatisfaction; risky eating behaviors.

Introducción

El ambiente de la formación en la danza exige una rigurosa preparación física que requiere habilidades de fuerza y resistencia necesarias para crear figuras y líneas con el cuerpo; tomando en cuenta, y dándole un peso importante, a lo estético. A lo largo del entrenamiento, el contexto en el que se desenvuelve una o un bailarín estará rodeado de crítica y juicio constante por parte de profesores y compañeros. Así pues, la imagen corporal, la cual se puede entender como la percepción que una persona tiene sobre su cuerpo (Rodríguez-Camacho & Alvis-Gómez, 2015), llega a verse influenciada por factores ambientales ocurridos dentro del mundo danzario, siendo muy común al ser el cuerpo la herramienta principal de expresión (Randell *et al.*, 2004).

Estudios han demostrado que los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) tienen una prevalencia mayor en bailarines que en la población en general, siendo una población de riesgo al estar en constante exposición a la presión por mantener la idea de cuerpo perfecto, según lo marca los estándares de la danza, recurriendo a conductas alimentarias restrictivas o de riesgo para llegar a cumplirlos (Ruiz-Lázaro *et al.*, 2022). Cabe mencionar que esta vulnerabilidad no es exclusiva de las mujeres, ya que los bailarines varones presentan una prevalencia más alta de insatisfacción con respecto a la imagen corporal y, por ende, un riesgo más alto de adquirir un TCA en comparación a varones que no están expuestos a una formación en danza (García *et al.*, 2014).

Este trabajo se enfocó en conocer, mediante la evidencia científica existente, cuál es la relación de la imagen corporal de los estudiantes de diferentes disciplinas de danza con la adquisición de un TCA, realizada a través del análisis de 15 artículos que estudiaran la percepción corporal de estudiantes de danza y la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo.

Marco teórico

La imagen corporal es la representación que cada persona construye desde la percepción propia del cuerpo, en el que va a tomar importancia la influencia del entorno en el que el individuo se desenvuelve. Este concepto no es estático, y se irá transformando a lo largo de las etapas de desarrollo vital del individuo; alimentando esta percepción con experiencias obtenidas o contextos en los que se ve incluido. Rodríguez-Camacho & Alvis-Gómez (2015) sugiere que conlleva a que, cuando se tiene una formación en algún deporte estético o, en este caso, algún arte que requiere el uso del cuerpo, las aulas y los profesores implican un contacto directo en el individuo que lo practica, volviéndose un estímulo constante para el reconocimiento de las habilidades físicas que se tienen y las exigencias para mejorarlas. Esto genera para el estudiante de danza que su salón de clases no sea solamente una clase, si no un estilo de vida.

Los TCA según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales se caracterizan por una alteración de la conducta relacionada a la alimentación generando un deterioro físico significativo y un mal funcionamiento a nivel psicosocial (Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2022). Diversos estudios han señalado que los TCA tienen una alta prevalencia en poblaciones expuestas a una intensa presión estética, como es el caso de las y los estudiantes de danza. En este contexto, la exigencia de mantener un cuerpo delgado, la exposición constante al espejo y a la evaluación corporal por parte de los docentes, puede constituir un factor de riesgo significativo para el desarrollo de estos trastornos (Arcelus *et al.*, 2014).

La formación en las artes escénicas es un ambiente agotador físico en donde el bailarín tiene una necesidad de encajar en los estándares de cuerpo "perfecto" que marca la danza, siendo un factor que puede favorecer el uso de dietas o planes alimentarios caracterizados por la baja ingesta de nutrientes, que junto al alto gasto



calórico propio de cada sesión que impactan en la salud física y el rendimiento del mismo (López-Velazco *et al.*, 2022).

Estos estándares de cuerpo se visibilizan y se promueven desde el momento en el que se ingresa a una formación profesional. Un ejemplo de ello es el examen de ingreso que cuenta con una evaluación exhaustiva de la complexión y habilidades físicas que se supone debe tener una y un bailarín de alto rango, sobresaliendo aquellos con un cuerpo delgado y largo (Instituto de Bellas Artes y Literatura [INBAL], 2025). Cualquier estudiante de danza tiene por objetivo alcanzar el dominio técnico que le permita ejecutar movimientos con precisión, control y calidad expresiva; es así como los bailarines se sumergen a un entrenamiento constante basado en una autoexigencia que va más allá del ámbito académico (Téllez-Girón *et al.*, 2012).

Así, las normas estéticas impuestas por el arte contribuyen a construir un ideal de físico imposible de tener, donde las escuelas de danza se enfocan en que sus estudiantes desarrollen la idea del "cuerpo perfecto" sin dar importancia al conocimiento nutrimental para el desarrollo adecuado del estudiante (Toro *et al.*, 2017), en comparación con otros deportes de alto rendimiento, en los que llevan orientación nutrimental a la par de sus entrenamientos.

En este contexto formativo marcado por la centralidad del cuerpo y la internalización de estándares estéticos, los bailarines en formación se enfrentan al continuo discurso continuo de docentes y compañeros, donde se les remarca que los errores técnicos son causados por su aspecto. (Carreras-Hernández, 2013).

Diversos estudios han evidenciado una relación marcada entre la insatisfacción corporal y la aparición de conductas alimentarias de riesgo en bailarines. La presión por alcanzar el "cuerpo ideal" lleva a muchos estudiantes a adoptar dietas restrictivas para modificar su figura corporal (Ortega *et al.*, 2022). Se ha observado que el perfeccionismo, la autoexigencia y una percepción de la imagen corporal negativa puede propiciar el desarrollo de un TCA.

Descripción del problema

Los trastornos de la conducta alimentaria están caracterizados por la presencia de alteraciones en la ingesta de alimentos que generan una alteración física significativa (APA, 2022), presentando una preocupación persistente sobre la imagen corporal, el peso y todo lo que se ingiere (Rutzstein *et al.*, 2010).

En este marco, la danza constituye una disciplina que implica altas exigencias corporales tanto en términos de condición física como de apariencia estética, donde la composición corporal suele asociarse al rendimiento escénico del bailarín (Téllez-Girón *et al.*, 2012). Asimismo, los procesos formativos en danza pueden incluir comentarios correctivos centrados en el aspecto físico, frecuentemente sustentados en la noción de que un cuerpo delgado y alargado favorece la estética del movimiento (Carreras-Hernández, 2013).

En consecuencia, el contexto dancístico puede propiciar la interiorización de ideales corporales y la presencia de insatisfacción o distorsión de la imagen corporal, factores que se han identificado como elementos de riesgo para el desarrollo de TCA en esta población, en la búsqueda de cumplir con las exigencias estéticas del medio (Lay-Trigo, 2019).

Pregunta orientadora

¿Cuál es la relación entre la percepción de la imagen corporal y la adquisición de un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de danza profesional?

Justificación del estudio

La siguiente revisión sistemática parte de la problemática latente dentro del ambiente de la danza que es la exposición constante de los estudiantes a una exigencia estética que prioriza los cuerpos delgados, enfrentándose a la crítica, comparaciones entre bailarines y la propia exigencia; estos elementos presentes en la formación de bailarines contribuye a generar una imagen corporal distorsionada y que adopten conductas alimentarias de riesgo con el propósito de cumplir las expectativas que la danza establece, encontrando una población de riesgo para la adquisición de un TCA.



Los trastornos de la conducta alimentaria representan un problema de salud mental, siendo los jóvenes más propensos en adquirir alguno, con una prevalencia de 7.2% en mujeres y 5.0% en hombres (Palmeros-Exsome *et al.*, 2022), lo que evidencia el riesgo latente que existe.

Dentro del ámbito del deporte, se nota una mayor frecuencia de TCA, especialmente en disciplinas en las que la estética es uno de los factores primordiales en el rendimiento. Se ha detectado, dentro de diversas revisiones sistemáticas, una mayor prevalencia de conductas alimentarias de riesgo con un aproximado de 19% en atletas, haciendo énfasis en deportes estéticos, como lo es la danza (Arcelus *et al.*, 2014; Chapman & Woodman, 2016).

Estudios realizados en México con estudiantes de danza clásica y folclórica, han evidenciado la presencia de conductas alimentarias de riesgo y la relación que se tiene con la insatisfacción corporal, lo que refleja que el problema está vigente dentro del contexto de la formación de danza a nivel nacional (López-Velazco *et al.*, 2022; Ortega-Luyando *et al.*, 2022).

Es necesario vehiculizar la evidencia científica que existe actualmente con relación entre la imagen corporal de los estudiantes de danza y la prevalencia en adquirir un TCA, que permita comprender cómo los factores psicológicos y ambientales influyen en la distorsión de la imagen corporal del grupo estudiado.

Así mismo, se busca brindar información de varios artículos que analicen las variables establecidas para identificar qué factores son más prevalentes en influir en la imagen corporal propia del estudiante de danza y la relación que existe con los TCA; y como los resultados pueden ser de ayuda para la comunidad de profesionales de la salud, profesores de danza o población dedicada a la danza para la prevención e intervención temprana de TCA bailarines en formación y promoviendo una relación más saludable con el cuerpo dentro del ambiente danzario.

Este trabajo pretende visibilizar el hecho de que la normalización de prácticas disfuncionales en cuanto a conductas alimentarias de riesgo en los estudiantes de danza afecta el bienestar físico y emocional y generan una población que está en constante riesgo de adquirir un TCA.

Metodología

Enfoque

Se realizó una revisión sistemática de tipo cualitativa, con el propósito de analizar las investigaciones encontradas en relación con la imagen corporal y la adquisición de un TCA en estudiantes de danza. Este enfoque permite comprender a mayor detalle la interacción que existe entre las variables y lo que cada estudio aborda de ellas.

Criterios de inclusión

- Que aborden conductas alimentarias anormales o TCA.
- Estudiantes de diferentes disciplinas de danza.
- Imagen corporal en estudiantes de danza.
- Hombres y mujeres.
- Población de 14-25 años.
- Estudios no mayores a 10 años.
- Idioma español e inglés.

Criterios de exclusión

- Estudiantes de otra área que no sea de danza.
- Población de menores o mayores al rango de 14-25 años.
- Estudios mayores a 10 años.
- Otros idiomas que no sean español o inglés.

Metodología para la elaboración de la revisión sistemática



Se realizó una búsqueda en bases de datos como PubMed, Redalyc, Dialnet, entre otros, para ampliar la perspectiva de la revisión sistemática. Se definieron los términos más importantes relacionados con la danza, la imagen corporal y los TCA, aplicando los criterios de inclusión y de exclusión anteriormente mencionados. Seguido a esto, se seleccionó aquellas publicaciones que contaban con lo necesario revisando así el contenido de los mismos, descartando los que no contaban con lo requerido, garantizando así, una rigurosa fiabilidad en los hallazgos obtenidos.

Resultados

En esta revisión sistemática se analizaron 14 estudios recolectados de bases de datos como PubMed, Redalyc, Dialnet, Scielo, entre otros, con una población de estudiantes de danza entre 14 a 25 años independiente al género, los artículos provenían de países de habla hispana e inglesa.

Tabla 1. Síntesis de matriz de extracción.

Referencia APA 7	Objetivo	Abordaje del tema	Métodos	Tipo de estudio	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
Herbrich et al. (2011)	Determinar la frecuencia de trastornos alimentarios específicos de bailarines de danza profesional, de acuerdo con el concepto de anorexia atléctica.	Se aborda la anorexia atléctica centrada en adolescentes pre-partiendo de la hipótesis de una alta incidencia de TCA en deportes estéticos.	52 bailarines de ballet profesionales entre 13 y 20 años fueron evaluados para criterios de anorexia atléctica, psicopatología relacionada con trastornos alimentarios y autoconcepto, y fueron comparados con 52 pacientes con anorexia nerviosa y 44 controles no atletas.	Estudio prospectivo de campo comparativo, con diseño cuasi experimental.	Entrevista estructurada. Inventario Estructurado para Trastornos Alimentarios y Anoréxicos Bulímicos. Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria 2. Escala de Autoconcepto Multidimensional.	Se realizó un diagnóstico de trastorno alimentario clínico en el 1.9% de los bailarines de ballet frente al 0% de los estudiantes de secundaria; se diagnosticó anorexia atléctica en el 5.8% de los bailarines frente al 2.3% de los estudiantes.	Los bailarines de ballet obtuvieron puntuaciones más bajas que los pacientes con anorexia nerviosa en cuanto a psicopatología relacionada con trastornos alimentarios y más altas que estos últimos en cuanto a autoconcepto.
Nascimento et al. (2012)	Indagar la prevalencia y características clínicas asociadas con el trastorno dismórfico corporal y los trastornos alimentarios en un grupo de bailarinas profesionales de ballet de élite en Brasil, dando énfasis en los factores de riesgo a los que están expuestas.	Aborda la prevalencia de los trastornos dismórficos corporales y trastornos alimenticios en profesionales de ballet de élite en Brasil, dando énfasis en los factores de riesgo a los que están expuestas.	19 bailarinas profesionales brasileñas de ballet de élite fueron evaluadas con una serie de instrumentos.	Estudio cuantitativo observacional de tipo transversal.	Mini Entrevista Neuropsiquiátrica. Prueba de Investigación de Bulimia. Inventario de Depresión de Beck.	3 bailarines tenían un diagnóstico de anorexia nerviosa y 2 presentaban un diagnóstico actual de Trastorno Dismórfico Corporal (TDC). Ningún individuo tenía bulimia nerviosa.	La prevalencia del TDC y el TCA entre la muestra fue mayor que la población general. La exposición corporal pública y la exposición repetida a espejos en las salas de ensayo podrían contribuir al desarrollo de estos trastornos.
García et al. (2014).	Identificar en dos poblaciones, una general y otra de bailarines, para conocer si existen diferencias respecto a actitudes alimentarias e insatisfacción de imagen corporal.	Explora si existen diferencias en la insatisfacción corporal y actitudes alimentarias anómalas entre bailarines y bailarinas, en relación con estudiantes bailarines. Tomando la idea de que la prevalencia de los TCA es en mujeres, se aborda si el contexto estético de la danza influye tanto en hombres como en mujeres de la	Muestra de 369 bailarines de ambos sexos, 12 a 20 años, de ballet clásico, español, flamenco y contemporáneo. Por otro lado, se obtuvo una muestra de estudiantes evaluados en un estudio piloto para la prevención de TCA.	Estudio comparativo, transversal.	Test de Actitudes Alimentarias (EAT- 26). Body Shape Questionnaire (BSQ).	No se encontró diferencia significativa entre bailarines y bailarinas en cuanto a insatisfacción corporal y actitudes alimentarias. Sin embargo, sí hubo diferencias en la población no bailarina, donde las mujeres tuvieron mayor prevalencia. Además, los bailarines mostraron más riesgo que los hombres no bailarines.	El riesgo de desarrollar un TCA en bailarines es similar al de las bailarinas, siendo superior al que se presenta en los varones de la población general.

Referencia	Objetivo	Abordaje del tema	Métodos	Tipo de estudio	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
APA 7							
		misma forma para adquirir un TCA.					
Jáuregui-Lobera et al. (2016).	Analizar en bailarinas riesgo de TCA mediante la relación entre conducta alimentaria y la distorsión de la percepción física.	Se analizan actitudes alimentarias, percepción del peso, insatisfacción corporal, y la influencia de variables psicológicas como autoestima y apreciación corporal, comparando frente a población no artística.	77 bailarinas (57 mujeres y 20 hombres) del Centro Andaluz de Danza con una edad media 21.2 años. Se evaluó mediante cuestionarios y escalas individuales.	Estudio observacional transversal con análisis cuantitativo.	Test de Actitudes Alimentarias (EAT-40). Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria (EDI-3). Escala de Apreciación Corporal (BAS). Inventario de Calidad de Vida en Imagen Corporal (BIQLI-SP). Escala de Autoestima de Rosenberg (SES). Cuestionario General de Salud (GHQ-28). Test de siluetas de Stunkard y Stellar. Medidas antropométricas.	Aun existiendo correlación entre el EAT-40 y el IMC, no se encontró un mayor riesgo de TCA.	Se observó una relación significativa entre actitudes alimentarias desordenadas y factores como el índice de masa corporal (IMC), la baja apreciación corporal y un alto deseo de delgadez, sin llegar a un porcentaje considerable de adquirir un TCA.
Vaquero-Cristóbal et al. (2017).	Analizar insatisfacción corporal y distorsión de la imagen física en estudiantes de danza, en función a su disciplina.	Cómo la modalidad de danza practicada influye en la imagen corporal percibida y deseada por bailarinas en formación, considerando la distorsión y la insatisfacción corporal como posibles factores de riesgo para el desarrollo de TCA.	Se evaluó un total de 298 bailarinas entre los 11 y los 24 años. Se utilizó una muestra de participantes de bailarinas de disciplinas de danza, como contemporánea, española y danza clásica.	Estudio transversal observacional.	Test de siluetas para adolescentes (TSA). Mediciones antropométricas. Análisis estadístico.		La mayoría de las bailarinas experimentaron una distorsión de su imagen corporal, siendo un factor de riesgo para adquirir un TCA.
Kazarez et al. (2018).	Analizar si existe una distorsión en cómo perciben su propia imagen física en estudiantes de danza, en función a la edad y el grado que cursan.	El estudio aborda los trastornos de la imagen corporal en el contexto de la danza, en donde este ambiente, sumándole la vulnerabilidad de la adolescencia, son factores de riesgo.	Se estudió una muestra de 298 estudiantes de danza mujeres, con un rango de edad entre 11 a 24 años, solicitándolo responder el "test de siluetas para adolescentes" para valorar su imagen percibida e ideal, y sus índices de insatisfacción.	Estudio cuantitativo, transversal y descriptivo.	Test de siluetas para adolescentes (TSA).	Se encontraron diferencias significativas para la edad, el peso y la talla, mostrando a cursos inferiores valores menores a los cursos superiores.	Las bailarinas de los cursos iniciales quieren ser más delgadas de cómo se ven, generando un factor de riesgo que favorezca la aparición de trastornos de insatisfacción corporal.
Ortega et al. (2022).	Conocer la composición corporal, imagen corporal, sintomatología y presencia de anorexia nerviosa en bailarinas de danza folklórica profesionales, la danza recreativa y en una muestra comunitaria.	Se centra en explorar la relación entre las exigencias corporales de la danza folklórica y la presencia de trastornos alimentarios (TA), específicamente la anorexia nerviosa, así como la sintomatología asociada en bailarinas de diferentes niveles de	Se utilizó una muestra conformada por tres grupos divididos de manera equitativa: 1) 37 bailarinas de folklor profesionales, 37 bailarinas de folklor recreativos y un grupo control conformado por 37 universitarios, dando un total de 111 participantes con un rango de	De corte transversal con alcance descriptivo.	Test de Actitudes Alimentarias (EAT-26). Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ). Entrevista Clínica IDED-IV. Analizador de composición corporal.	Se encontraron diferencias significativas entre los grupos en Índice de Masa Corporal (IMC) y Porcentaje de Grasa Corporal (PGC). Ningún participante fue diagnosticado con anorexia nerviosa, pero sí se identificó sintomatología asociada a trastornos alimentarios.	La exigencia de adoptar un estándar físico dentro de la danza folklórica puede llevar a los bailarinas a adoptar conductas alimentarias de riesgo.



Referencia	Objetivo	Abordaje del tema	Métodos	Tipo de estudio	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
APA 7		profesionalización	edad de 18 a 26 años de edad.				
Santo et al. (2022).	Explorar la percepción de su físico y actitudes alimentarias en un grupo de bailarines de ballet clásico y la posible presencia de síntomas de trastornos alimentarios e insatisfacción con su imagen corporal.	Aborda la relación entre las actitudes alimentarias, la imagen corporal y la presencia de síntomas de trastornos alimenticios en bailarinas de ballet clásico.	Muestra de 14 bailarinas de ballet, de entre 18 y 30 años, con un IMC entre 17,8 y 22,0 kg/m ² , que entrenaban regularmente en escuelas de ballet. Se exploraron las experiencias y percepciones sobre las actitudes alimentarias y la imagen corporal en relación con el ballet clásico mediante grupos focales.	Estudio transversal de métodos mixtos.	Eating Attitude Test (EAT-26). Bulimic Investigatory Test. Edinburgh (BITE). Escala de Atracones (BES). Grupos Focales.	50% de las bailarinas mostraron síntomas bulímicos indicativos de un patrón de alimentación inusual, las cuales muestra insatisfacción con su forma corporal actual y el 57.1% indicó que su forma corporal deseada era una figura más delgada.	La práctica constante de dietas restrictivas y otras estrategias de pérdida de peso para lograr un cuerpo más delgado se asoció con síntomas de TCA e insatisfacción corporal en esta muestra.
Doria & Numer (2022).	Explorar las experiencias de las jóvenes en el mundo de la danza competitiva y cómo estas experiencias moldean su relación con el cuerpo.	A partir de una perspectiva feminista, se analiza el contexto en el que las bailarinas se desenvuelven, el cual moldea sus creencias, prácticas y valores respecto a sus cuerpos.	Se realizaron entrevistas a 12 jóvenes en danza competitiva (14-18 años) para comprender cómo los discursos en el mundo de la danza constituyen creencias, valores y prácticas sobre el cuerpo y la imagen corporal.	Cualitativo, exploratorio e interpretativo.	Entrevistas semiestructuradas.	Los factores más relevantes que predisponen una relación negativa con su cuerpo son un entorno competitivo, constante exposición al espejo y uso de vestimenta ajustada, idealización del cuerpo delgado y comentarios de entrenadores.	Todas las participantes experimentaron repercusiones físicas y/o emocionales negativas a lo largo de su experiencia en la danza. El entorno, padres, entrenadores y compañeros influyeron en la relación con su cuerpo e imagen corporal. Estas influencias generaron un discurso negativo sobre la imagen corporal.
López-Velazco et al. (2022).	Determinar conductas de riesgo para la aparición de trastornos de la alimentación en personas que realizan danza clásica en el municipio de Aguascalientes.	Aborda la prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria en mujeres jóvenes en la danza clásica, donde existe una fuerte presión estética y corporal, destacando la importancia de la detección temprana.	Aborda la prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria en mujeres jóvenes en la danza clásica, donde existe una fuerte presión estética y corporal, destacando la importancia de la detección temprana.	Muestra de 31 bailarinas de danza clásica de sexo femenino, dentro de edad entre 15 y 25 años. Se solicitó responder a los cuestionarios S-EDE-Q, CAR y ORTO-15 usando la técnica de test psicométricos autoaplicables.	Cuestionario de examen de trastornos alimentarios (S-EDE-Q). ORTO-15. Cuestionario de conductas alimentarias de riesgo (CAR).	Se obtuvo un 25% de prevalencia en la preocupación por el físico, un 22.6% sobre la inquietud sobre el peso y 51.6% de la muestra refirió tener conductas de ortorexia. 12.9% sospecha de TCA y 29% están en riesgo de presentar un TCA.	Existe una preocupación alta por el peso y la estética del físico, considerándolo como factor de riesgo en la adquisición de la TCA, generando un posible impacto sobre la modificación de los hábitos alimenticios.
Unge Hauschild. (2023).	Evaluar prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad generalizada y trastornos alimentarios en bailarines, comparando los resultados entre géneros y población general.	Se enfoca en abordar la sintomatología de trastornos depresivos, ansiosos y de la conducta alimentaria en bailarines, y rayando la importancia de la atención de la salud mental como requisito.	Se pidió a bailarines de seis teatros (n = 279) responder un cuestionario que incluía preguntas sobre características sociodemográficas y específicas de la danza, hábitos nutricionales, intento de perder o ganar peso, historial médico y cuestionarios sobre depresión, ansiedad general y trastornos alimentarios.	Diseño cuantitativo, transversal y observacional.	Cuestionario sobre características personales de los bailarines. Historial médico. Patient Health Questionnaire (PHQ-9). Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7). Eating- Disorder- Examination- Questionnaire (EDE-QS).	De los 16 participantes 10.9% manifestaron síntomas compatibles con un trastorno alimentario. 15% habían sido diagnosticados de un trastorno alimentario previamente. 12% o actualmente 3%. Tres bailarinas con un diagnóstico actual y cuatro con un diagnóstico previo de un trastorno alimentario dieron positivo en el EDE-QS.	La prevalencia de síntomas de trastornos alimentarios era mayor entre los bailarines profesionales que entre la población general de edad similar y del mismo sexo. Uno de cada cinco bailarines (20.8%) presentaba síntomas moderados o graves de depresión, ansiedad generalizada o trastornos alimentarios. Por lo tanto, la salud mental debería



Referencia	Objetivo	Abordaje del tema	Métodos	Tipo de estudio	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
APA 7							formar parte del reconocimiento médico rutinario.
Ohashi et al. (2023).	Explorar la relación entre la identidad, la insatisfacción corporal y las conductas alimentarias de riesgo en bailarinas de ballet.	Analiza cómo los ideales en el ballet y el proceso de desarrollo de adolescente pueden derivar en insatisfacción corporal y trastornos alimenticios.	Participaron 188 bailarinas adolescentes de 13-18 años con entrenamiento pre profesional en ballet. El procedimiento se realizó mediante una encuesta en línea que incluyó escalas psicológicas y demográficas.	Estudio cuantitativo de corte transversal.	FASST Body Scale. Eating Pathology Symptoms Inventory (EPSI). Dietary Restriction Screener Ballet Measurement Scale (BIMS). CBT Pie Chart Task (adaptado).	Casi el 80% reportó haber practicado restricción alimentaria en el último año. La insatisfacción corporal se asoció significativamente con mayores puntajes en 7 de las 8 subescalas del EPSI.	El grado de insatisfacción corporal se asocia con la gravedad de los trastornos alimentarios entre los bailarines. Una identidad de ballet más fuerte se asocia con objetivos de imagen corporal más pequeños.
Chaikali et al. (2023).	Comparar composición corporal, hábitos alimenticios y trastornos de conducta alimentaria de bailarinas adolescentes de ballet clásico y sus compañeras no bailarinas.	Se aborda las diferencias en composición corporal, hábitos alimenticios y conductas de riesgo entre adolescentes que practican ballet clásico y sus pares que no bailan, teniendo en cuenta las presiones en que las bailarinas se enfrentan por mantener un cuerpo adecuado para la danza.	Se incluyó a 90 adolescentes, todas estudiantes. El grupo de casos (n = 46) incluyó bailarinas de una escuela de danza clásica. El grupo de control (n = 44) incluyó a niñas de escuelas públicas. Se realizó mediante cuestionarios estructurados.	Estudio transversal y comparativo.	Test de Actitudes Alimentarias-26 (EAT-26). Cuestionario de Frecuencia Alimentaria (FFQ).	Se encontraron diferencias significativas entre el grupo de casos y el grupo control en características antropométricas. Los bailarines presentaron menor peso corporal, circunferencia de la cadera y pliegues.	Las bailarinas adolescentes presentaron una composición corporal más delgada, pero no mostraron mayores conductas alimentarias de riesgo significativas. Una parte importante de todas las adolescentes mostró insatisfacción corporal y riesgo de conductas alimentarias no saludables.
Boyes & Cornelisse (2024).	Examinar la relación entre la percepción del cuerpo (imagen corporal), el ideal de delgadez y los síntomas de trastornos alimentarios en bailarines.	El estudio se centra en cómo los ideales estéticos internalizados dentro del ámbito de la danza pueden contribuir al desarrollo de actitudes y conductas relacionadas con los TCA.	La muestra fue de 88 bailarines de danza moderna y ballet (72 mujeres y 16 hombres), entre 18 y 25 años.	Método cuantitativo no experimental, con un diseño correlacional de grupos independientes.	Eating Disorder Inventory-3 (EDI-3). Cuestionario demográfico auto administrado.	Se encontró una alta prevalencia de insatisfacción corporal en los participantes, especialmente en mujeres. Las subescalas del EDI-3 más elevadas fueron deseo de delgadez, insatisfacción corporal y perfeccionismo.	El estudio confirma que el entorno de la danza refuerza un ideal corporal rígido, que puede afectar negativamente la salud mental y emocional de los bailarines.

Dentro de la información recabada en la revisión sistemática, todos los artículos toman como base la percepción de la imagen corporal como factor de riesgo en los estudiantes de danza, sin embargo, la prevalencia de adquirir un TCA es relativamente bajo e inclusive, no se encontró una diferencia significativa respecto a la población general. Se encontró un resultado común, el cual es el deseo de un cuerpo más delgado y alargado, prevaleciendo una insatisfacción significativa del cuerpo, evidenciado una perspectiva alterada de la imagen corporal.

Asimismo, se encontró una limitante en el idioma, ya que la mayoría de literatura científica obtenida provenía de países de habla inglesa y, en general, muchos de estos estudios se enfocaban solamente en confirmar o rechazar la hipótesis inicial, dando información limitada en cuanto a la relación subjetiva de las variables.

En general, los resultados de esta revisión arrojan que los estudiantes de danza tienen una percepción de la imagen corporal más negativa que la población general. Factores como la auto exigencia, la crítica constante, la exposición al espejo continuamente y el deseo de tener el "cuerpo perfecto", son factores de riesgo en la adquisición de un TCA, sin embargo, no se encontró una diferencia significativa que revelara una prevalencia mayor de un diagnóstico de trastornos alimentarios en relación con la población de interés y la población general.

Conclusiones



Los resultados adquiridos en esta revisión sistemática permiten evidenciar que la percepción de la imagen corporal es un factor de riesgo relevante en estudiantes de danza profesional, evidenciando una tendencia a la insatisfacción corporal relacionada a la idea de querer alcanzar un cuerpo más estilizado. Sin embargo, aunque existe una relación significativa entre la distorsión de la imagen corporal y la adopción de conductas alimentarias de riesgo, la prevalencia de adquirir un TCA no difiere significativamente con la población general, sugiriendo la presencia de diferencias culturales y metodológicas entre los estudios analizados.

Se destaca, dentro del análisis de la información, que los factores ambientales, como la exposición constante a un espejo, las críticas de los docentes, la competitividad y la necesidad de alcanzar un cuerpo estéticamente perfecto, juegan un papel indispensable en la construcción de la autoimagen de los estudiantes de danza. Así mismo, los aspectos psicológicos, como la autoexigencia, el perfeccionismo y la búsqueda de aprobación externa, influyen directamente en la distorsión de esta autoimagen.

Se destaca la importancia de la salud mental dentro de la formación de bailarines, proponiendo la incorporación de una valoración e intervención integral de salud que incluyan una educación nutricional y psicológica para la prevención de los TCA.

Desde una perspectiva más reflexiva, esta revisión sistemática invita a reconocer que la percepción corporal va más allá de ser un factor de riesgo para la adquisición de un TCA, sino que constituye un problema que afecta tanto el bienestar físico y emocional de los estudiantes danza como también se ve afectada su formación, bajando su rendimiento.

Referencias

- Arcelus, J., Witcomb, G. L., & Mitchell, A. (2014). Prevalence of eating disorders amongst dancers: A systemic review and meta-analysis. *European Eating Disorders Review*, 22(2), 92-101.
- Asociación Americana de Psiquiatría (APA). (2022). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.ª ed., texto revisado; DSM-5-TR).
- Boyes, J. E., & Cornelissen, K. K. (2024). The 'ideal' dancer: An investigation into predictors of body image dissatisfaction among male dancers, female dancers and their non-dancing counterparts. *PLOS ONE*, 19(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0313142>
- Carreras-Hernández, I. (2013). Violencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la danza en la Escuela Nacional de Arte de Cuba. *Tercio Creciente*, 3, 29-36. <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC/article/view/3056/2447>
- Chaikali, P., Kontele, I., Grammatikopoulou, M. G., Oikonomou, E., Sergentanis, T. N., & Vassilakou, T. (2023). Body composition, eating habits, and disordered eating behaviors among adolescent classical ballet dancers and controls. *Children*, 10(2), 379. <https://doi.org/10.3390/children10020379>
- Chapman, J., & Woodman, T. (2016). Disordered eating in male athletes: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 34(2), 101–109. <https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1040824>
- Doria, N., & Numer, M. (2022). Dancing in a culture of disordered eating: A feminist poststructural analysis of body and body image among young girls in the world of dance. *PLOS ONE*, 17(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247651>
- García, A., Sánchez, M., Del Río, C., & Jaenes, J. C. (2014). Insatisfacción corporal y actitudes alimentarias anómalas en bailarines y bailarinas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2), 471-480.
- Herbrich, L., Pfeiffer, E., Lehmkuhl, U., & Schneider, N. (2011). Anorexia athletica in pre-professional ballet dancers. *Journal of Sports Sciences*, 29(11), 1115–1123. <https://doi.org/10.1080/02640414.2011.578147>
- Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura (INBAL). (2025). Proceso de Admisión al ciclo escolar 2025 – 2026 de las escuelas del Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura. *Subdirección General de Educación e Investigación Artísticas*. <https://sgeia.inba.gob.mx/convocatorias/admision>
- Jáuregui-Lobera, I., Bolaños-Ríos, P., Valero-Blanco, E., & Ortega-de-la-Torre, A. (2016). Eating attitudes, body image and risk for eating disorders in a group of Spanish dancers. *Nutrición Hospitalaria*, 33(5), 1213-1221. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.588>



- Kazarez, M., Vaquero-Cristóbal, R., & Esparza-Ros, F. (2018). Percepción y distorsión de la imagen corporal en bailarinas españolas en función del curso académico y de la edad. *Nutrición Hospitalaria*, 35(3), 661-668. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.1388>
- Lay-Trigo, S. (2019). El espacio formativo en la danza clásica: Una reflexión filosófica. *AusArt*, 7(1), 159-170. <https://doi.org/10.1387/ausart.20650>
- López-Velazco, M., Cervantes-Mendoza, D., Alba-Belmares, R., Magaña Camacho, M., Lezama-Riéboles, A., Ramírez Colunga, A., & Martín del Campo Cervantes, J. (2022). Conductas de riesgo para la presentación de trastornos de la alimentación en personas que practican danza clásica en el municipio de Aguascalientes. *Lux Médica*, 17(50). <https://doi.org/10.33064/50lm20223544>
- Nascimento, A. L., Luna, J. V., & Fontenelle, L. F. (2012). Body dysmorphic disorder and eating disorders in elite professional female ballet dancers. *Annals of Clinical Psychiatry*, 24(3), 191–194.
- Ocampo Téllez-Girón, M. T., López Aguilar, X., Álvarez Rayón, G., & Mancilla Díaz, J. M. (2012). Percepción de la imagen corporal en estudiantes de danza clásica, con y sin trastornos alimentarios. *Estudios De Antropología Biológica*, 9(1). <https://doi.org/10.22201/ia.14055066p.1999.30889>
- Ohashi, Y. B., Wang, S. B., Shingleton, R. M., & Nock, M. K. (2023). Body dissatisfaction, ideals, and identity in the development of disordered eating among adolescent ballet dancers. *The International Journal of Eating Disorders*, 56(9), 1743–1751. <https://doi.org/10.1002/eat.24005>
- Ortega-Luyando, M., Sánchez-Trejo, B. G., Amaya-Hernández, A., Alvarez-Rayón, G. L., Balderrama-Díaz, R., & Mancilla-Díaz, J. M. (2022). Composición corporal, presencia de anorexia nerviosa y sintomatología asociada en bailarines de danza folclórica. *Revista Mexicana De Trastornos Alimentarios Mexican Journal of Eating Disorders*, 12(2), 119–129. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2022.2.700>
- Ortega, M., Sánchez, B. G., Amaya, A., Álvarez, G. L., Balderrama, R., & Mancilla, J. M. (2022). Composición corporal, presencia de anorexia nerviosa y sintomatología asociada en bailarines de danza folclórica. *Revista Mexicana De Trastornos Alimentarios*, 12(2), 119–129. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2022.2.700>
- Palmero-Exsome, C., González-Chávez, G. C., León-Díaz, R., Carmona-Figueroa, Y. P., Campos-Uscanga, Y., Barranca-Enríquez, A., & Romo-González, T. (2022) Conductas alimentarias de riesgo y satisfacción corporal en estudiantes universitarios mexicanos. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 26(2), 95-103. <https://doi.org/10.14306/renhyd.26.2.1484>
- Randel, S. A., Adame, D. D., & Cole S. P. (2004) The impact of mirror body on image and classroom performance in female college ballet dancer. *Journal of Dance Medicine & Science*, 8(2), 47-52. <https://doi.org/10.1177/1089313X0400800203>
- Rodríguez-Camacho, D. F., & Alvis-Gómez, K. M. (2015). Artículo de revisión: Generalidades de la imagen corporal. *Revista de la Facultad de Medicina*, 63(2), 279-287. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v63n2.49387>
- Ruiz-Lázaro, P., Díaz Plaza, M., & Belmonte Cortés, S. (2022). Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria en la comunidad. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2), 93-96. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.04184>
- Rutzstein, G., Murawski, B., Elizathe, L., Armatta, A. M., Leonardelli, E., Diez, M., Arana, F., Scappatura, M. L., Lievendag, L., Miracco, M., & Maglio, A. L. (2010). Factores de riesgo para trastornos alimentarios en estudiantes de danza. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 2(1), 55-68. <https://doi.org/10.5460/jbhsi.v2.i1.07>
- Santo, H. C., Pinto, A. J., Mazzolani, B. C., Smaira, F. I., Ulian, M. D., Gualano, B., & Benatti, F. B. (2022). "Can a ballerina eat ice cream?" A mixed-method study on eating attitudes and body image in female ballet dancers. *Frontiers in Nutrition*, 8, 665654. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.665654>
- Télez-Girón, M. T., López Aguilar, X., Álvarez Rayón, G., & Mancilla Díaz, J. M. (2012). Percepción de la imagen corporal en estudiantes de danza clásica, con y sin trastornos alimentarios. *Estudios De Antropología Biológica*, 9(1). <https://doi.org/10.22201/ia.14055066p.1999.30889>
- Toro, J., Guerrero, M., Sentis, J., & Salamero, M. (2017). Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de danza clásica. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(1), 15–22.



- Unge, A., & Hauschild, J. (2023). Behind the curtain: Prevalence of symptoms of depression, generalized anxiety and eating disorders in 147 professional dancers from six opera houses or state theatres. *Sport Medicine Open*, 9(92). <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00638-9>
- Valdés-Díaz, G. (2020). Imagen corporal en adolescentes y adultos jóvenes: Un estudio comparativo. *Psicothema*, 32(1), 67–73.
- Vaquero-Cristóbal, R., Kazarez, M., & Esparza-Ros, F. (2017). *Nutrición Hospitalaria*, 34(6), 1442-1447. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.1091>

