



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE EDUCACIÓN

CARRERA DE DE PEDAGOGÍA DE LA

ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

**MOTIVACIÓN POR LA MUSCULATURA E INSATISFACCIÓN
CORPORAL EN USUARIOS DEL ZONA GYM.**

**PROYECTO DE TITULACION PREVIO A LA OBTENCION DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y DEPORTE**

AUTOR: ERICK DANIEL YAMASQUI GUAMAN

DIRECTOR: LIC. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.

AZOGUES-ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE EDUCACIÓN CARRERA

DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD

FÍSICA Y DEPORTE

**MOTIVACIÓN POR LA MUSCULATURA E INSATISFACCIÓN
CORPORAL EN USUARIOS DEL ZONA GYM.**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN
PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

AUTOR: ERICK DANIEL YAMASQUI GUAMAN

DIRECTOR: LIC. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.

AZOGUES-ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO

 Universidad Católica de Cuenca	DECLARATORIA DE AUTORÍA Y RESPONSABILIDAD	CÓDIGO: F – DB – 34 VERSION: 01 FECHA: 2021-04-15 Página 1 de 1
---	--	--

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Erick Daniel Yamasqui Guaman portador(a) de la cédula de ciudadanía N.º **0302386479**. Declaro ser el autor de la obra: **“Motivación por la musculatura e insatisfacción corporal en usuarios del Zona Gym”**, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Azogues, 28 de mayo de 2026



Erick Daniel Yamasqui Guaman

C.I. 0302386479

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Lic. Wilson Hernando Bravo Navarro, Mgs.

DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

De mi consideración:

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado: **Motivación por la musculatura e insatisfacción corporal en usuarios del Zona Gym.**, realizado por: **Erick Daniel Yamasqui Guaman** con documento de identidad: **0302386479**, previo a la obtención del título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte** ha sido asesorado, orientado, revisado y supervisado durante su ejecución, bajo mi tutoría en todo el proceso, por lo que certifico que el presente documento, fue desarrollado siguiendo los parámetros del método científico, se sujeta a las normas éticas de investigación que exige la Universidad Católica de Cuenca, por lo que está expedito para su presentación y sustentación ante el respectivo tribunal.

Azogues 27 de mayo 2026



Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
**ZOILA GUILLERMINA
TORRES PALCHISACA**

Lic. Zoila Guillermina Torres Palchisaca, Mgs.

C.I. 0102289659

DIRECTOR

Motivación por la musculatura e insatisfacción corporal en usuarios del Zona Gym

Erick Daniel Yamasqui Guamán, Zoila Guillermina Torres Palchisaca

Universidad Católica de Cuenca, erick.yamasqui@est.edu.ucacue.ec

Resumen

En la actualidad, la actividad física y el entrenamiento en gimnasios han adquirido una relevancia significativa dentro de los estilos de vida modernos, no solo como una práctica orientada a la salud, sino también un medio para alcanzar ideales estéticos socialmente valorados. En este sentido se ha establecido el objetivo: analizar la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal en usuarios del Zona Gym durante el período marzo-agosto de 2026. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 56 usuarios de ambos sexos con edades entre 18 y 45 años. Para la recolección de información se aplicaron el Drive for Muscularity Scale (DMS), que evalúa las dimensiones de actitud y conducta relacionadas con la motivación por la musculatura, y el Body Shape Questionnaire (BSQ-18), que mide la insatisfacción corporal. Las pruebas de normalidad evidenciaron una distribución no normal de los datos, por lo que se utilizó la correlación de Spearman. Los resultados mostraron niveles moderados de motivación por la musculatura e insatisfacción corporal, una relación positiva, muy fuerte y estadísticamente significativa entre la insatisfacción corporal y la dimensión conductual de la motivación por la musculatura, mientras que no se evidenció una relación significativa con la dimensión actitudinal. Se concluye que la insatisfacción corporal influye principalmente en las conductas orientadas al desarrollo muscular, constituyéndose un factor relevante para comprender el comportamiento de los usuarios de gimnasios.

Palabras Clave: motivación, musculatura, insatisfacción corporal.

*Drive for Muscularity and Body Dissatisfaction in Zona Gym Users***Abstract**

Currently, physical activity and gym training have gained significant relevance within modern lifestyles, not only as a health-oriented practice but also as a means to achieve socially valued aesthetic ideals. Objective: This study aimed to analyze the relationship between drive for muscularity and body dissatisfaction among users of Zona Gym during the period from March to August 2026. The study was conducted under a quantitative approach, with a non-experimental, cross-sectional, and correlational design. The sample consisted of 56 users of both sexes aged between 18 and 45 years. For data collection, the Drive for Muscularity Scale (DMS), which evaluates the attitudinal and behavioral dimensions associated with drive for muscularity, and the Body Shape Questionnaire (BSQ-18), which measures body dissatisfaction, were administered. Normality tests showed a non-normal distribution of the data, so Spearman's correlation was used. The results showed moderate levels of drive for muscularity and body dissatisfaction, as well as a very strong and statistically significant positive relationship between body dissatisfaction and the behavioral dimension of drive for muscularity, while no significant relationship was found with the attitudinal dimension. It is concluded that body dissatisfaction primarily influences behaviors oriented towards muscle development, constituting a relevant factor for understanding the behavior of gym users.

Keywords: motivation, drive for muscularity, body dissatisfaction

ÍNDICE

1.	Introducción.....	1
2.	Marco Teórico	3
3.	Método	5
3.1	Diseño	5
3.2	Población y muestra	6
3.3	Instrumentos.....	7
3.4	Procedimientos.....	7
3.5	Análisis de Datos.....	8
4.	Resultados.	8
5.	Discusión.....	10
6.	Conclusiones	13
7.	Referencias bibliográficas	15

1. Introducción

En la actualidad, la actividad física y el entrenamiento en gimnasios han adquirido una relevancia significativa dentro de los estilos de vida modernos, no solo como una práctica orientada a la salud, sino también un medio para alcanzar ideales estéticos socialmente valorados. En este contexto, la motivación para desarrollar musculatura se ha convertido en uno de los principales impulsores de la participación en programas de entrenamiento físicos.

Sin embargo, este tipo de motivación no siempre responde a necesidades intrínsecas de bienestar, sino que con frecuencia se encuentra influenciada por factores externos como los estándares de belleza difundidos en redes sociales y medios de comunicación (Arbinaga y Caracuel, 2018; Pedalino et al., 2022). Esta situación plantea la necesidad de analizar cómo dichas motivaciones impactan en la percepción que los individuos tienen de su propio cuerpo.

La problemática surge cuando la búsqueda de un cuerpo musculoso se asocia con niveles elevados de insatisfacción corporal. Esta se entiende como la discrepancia negativa entre la imagen corporal percibida y el ideal deseado, lo cual puede generar malestar psicológico significativo. Diversas investigaciones han evidenciado que los usuarios de gimnasios, pese a mantener hábitos de ejercicio constante, no siempre logran sentirse satisfechos con su apariencia física, debido a la internalización de estándares irreales (Castellanos Silva et al., 2023; Dal Brun et al., 2024). Además, cuando la motivación por la musculatura se fundamenta en la aprobación social, puede aparecer conductas de riesgo como el sobre entrenamiento, el uso indebido de suplementos o prácticas alimentarias inadecuadas (Santos et al., 2023). En el caso del Zona Gym, se

observa un incremento en la asistencia de usuarios con objetivos centrados en el desarrollo muscular; sin embargo, no existe suficiente evidencia que permita comprender cómo esta motivación se relaciona con la insatisfacción corporal en este contexto específico, lo que limita la intervención adecuada desde el ámbito profesional.

La presente investigación se justifica por su aporte tanto teórico como práctico dentro del campo de la educación física y el deporte. Desde el punto de vista teórico, permite profundizar en la comprensión de la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal, integrando enfoques como la teoría de la autodeterminación y la comparación social.

Estudios previos han señalado que una motivación orientada hacia factores extrínsecos puede afectar negativamente el bienestar psicológico y la percepción corporal (Gómez-Lugo et al., 2022). En el ámbito práctico, los resultados de este estudio serán útiles para entrenadores, instructores y profesionales de la salud, ya que proporcionarán información relevante para diseñar estrategias que promuevan una motivación más saludable y prevengan conductas de riesgo. Asimismo, contribuirá al desarrollo de programas que favorezcan el bienestar integral de los usuarios del gimnasio, fortaleciendo la relación entre actividad física y salud mental.

En consecuencia, el objetivo de la presente investigación es analizar la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal en los usuarios del Zona Gym, con el fin de comprender cómo estas variables interactúan en un entorno real de práctica física y generar evidencia que contribuya al diseño de estrategias orientadas al bienestar físico y psicológico.

2. Marco Teórico

La motivación por la musculatura (Drive for Muscularity Scale, DMS) se refiere al deseo constante de desarrollar un cuerpo con mayor masa, tamaño y definición muscular, diferenciándose de otras preocupaciones corporales centradas principalmente en la pérdida de peso o la delgadez. Este constructo ha cobrado relevancia debido a la creciente influencia de los ideales estéticos que asocian la musculatura con atractivo, fortaleza y éxito social. De acuerdo con McCreary y Sasse (2000), la DMS se enfoca específicamente en la búsqueda de la hipertrofia muscular, mientras que Chaba et al. (2018) señalan que está compuesta por una dimensión de actitud, relacionada con los pensamientos, deseos y preocupaciones acerca de ser más musculoso y una dimensión de conducta, que comprende las acciones orientadas a alcanzar dicho ideal, como la práctica intensiva de ejercicios de fuerza y el seguimiento de regímenes alimenticios específicos. En este sentido, la motivación por la musculatura constituye un factor importante para comprender como los ideales corporales pueden influir a la percepción de la propia imagen y en la adopción de determinadas conductas relacionadas con el desarrollo físico.

Desde una perspectiva sociocultural, esta motivación no nace de forma aislada. Investigaciones recientes como las de Latorre-Román et al. (2020) indican que, en los centros de acondicionamiento físico, la motivación estética ha desplazado a la motivación por la salud. Para muchos participantes, el músculo se ha convertido en un símbolo de estatus, disciplina y éxito social. Sin embargo, cuando esta motivación es impulsada por metas extrínsecas y la búsqueda de validación externa, el riesgo de desarrollar una dependencia al ejercicio aumenta significativamente.

El impacto psicológico de una DMS elevada es profundo, así, Santos et al. (2023) hallaron que niveles altos de impulso están vinculados a una baja autoestima corporal y a la adopción de conductas de riesgo, como el consumo de suplementos sin supervisión y

restricciones alimentarias severas. En este sentido, la literatura actual coincide en que la motivación por la musculatura actúa como un mediador en los ideales de belleza impuestos y la salud del individuo. Cuando el esfuerzo por el músculo se vuelve obsesivo, se transita hacia cuadros clínicos más graves, como la dismorfia muscular.

La insatisfacción corporal se define como la percepción negativa o de discrepancia que experimenta una persona entre su cuerpo real y el cuerpo ideal que desea alcanzar, influida por factores socioculturales, emocionales y cognitivos (Cash & Smolak, 2011). Desde el enfoque sociocultural, los medios de comunicación, la publicidad y los medios estéticos predominantes ejercen una presión constante que favorece la comparación social y la internalización de ideales de belleza poco realistas, lo que incrementa la probabilidad de desarrollar insatisfacción corporal, especialmente en adolescentes y jóvenes (Tiggerman & Slater, 2014).

Un factor determinante en la actualidad es el papel de las plataformas digitales. Pedalino et al. (2022) explican que el uso intensivo de redes sociales como Instagram fomenta la "comparación social ascendente". Los usuarios se comparan con imágenes de cuerpos hipermusculados que a menudo están alterados mediante filtros o ángulos engañosos. Esta exposición constante internaliza un estándar de belleza inalcanzable, lo que genera un sentimiento de fracaso personal y descontento físico.

Asimismo, Dal Brun et al. (2024) enfatizan que la insatisfacción corporal no es solo un malestar estético, sino un predictor de psicopatología. Los individuos que presentan altos niveles de descontento con su imagen corporal muestran mayor vulnerabilidad a síntomas de ansiedad y depresión. La evaluación constante del cuerpo frente al espejo y la balanza crea un ciclo de autocrítica que erosiona el bienestar emocional, especialmente

en poblaciones jóvenes que buscan activamente la aprobación social a través de su apariencia.

La relación entre la insatisfacción corporal y la motivación por la musculatura presenta un carácter recíproco y cíclico que perpetúa conductas de riesgo. Por un lado, la insatisfacción con la imagen corporal actual opera como el mecanismo primario de activación conductual; es decir, el sujeto inicia y mantiene un entrenamiento de alta intensidad motivado por la disconformidad con su físico. Por otro lado, cuando los resultados de este esfuerzo físico no logran alcanzar las expectativas irreales e internalizadas del individuo, se produce una disonancia que agudiza el malestar psicológico. Este fenómeno da lugar a un bucle de retroalimentación negativa estructurado en la secuencia insatisfacción-esfuerzo-fracaso percibido, donde la falta de gratificación idealizada no disminuye la conducta, sino que intensifica la insatisfacción y cronifica las prácticas de sobreesfuerzo.

Quittkat et al. (2019) demostraron que esta relación está mediada por el perfeccionismo. Aquellos individuos que poseen rasgos de personalidad perfeccionistas tienden a llevar su motivación por la musculatura a extremos peligrosos, viendo cualquier "falta de progreso" como una deficiencia personal grave. En contextos deportivos, esta intersección es crítica, ya que puede derivar en el sobre entrenamiento y el uso de sustancias ergogénicas (esteroides), como reportan estudios recientes en población de gimnasios.

3. Método

3.1 Diseño

La presente investigación se desarrolló bajo un diseño no experimental, debido a que no se manipularon deliberadamente las variables de estudio, sino que se observaron

en su contexto natural. En este tipo de diseño es adecuado cuando se pretende analizar fenómenos tal como ocurren en la realidad, sin intervención directa del investigador (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). El enfoque fue cuantitativo, ya que se recolectaron y analizaron datos numéricos mediante instrumentos estandarizados, permitiendo una medición objetiva de las variables. Asimismo, el estudio presentó un corte transversal, dado que la recolección de datos se realizó en un único momento temporal. En cuanto al alcance, la investigación fue de tipo correlacional, puesto que buscó determinar la relación existente entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal en los usuarios del Zona Gym, sin establecer relaciones de causalidad (Ato, López-Garcías y Benavente, 2013).

Aprobado por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) de la Universidad Católica de Cuenca con el número de registro 201.

3.2 Población y muestra

La población y la muestra estuvieron conformadas por 56 usuarios del Zona Gym, de ambos sexos, con edades comprendidas entre 18 y 45 años. Debido al tamaño reducido y accesible de la población, se empleó un muestreo de tipo censal, considerando la totalidad de los sujetos disponibles para el estudio. Este procedimiento permitió garantizar la calidad, confiabilidad y consistencia de la información utilizada en la investigación. La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta, aplicada mediante cuestionarios estructurados.. Este tipo de muestreo permite trabajar con todos los elementos de la población cuando esta es pequeña y accesible (Otzen & Manterola, 2017). La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, la cual es ampliamente empleada en investigaciones cuantitativas para obtener información directa de los participantes a través de cuestionarios estructurados (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018)

3.3 Instrumentos

Para la recolección de información se utilizaron instrumentos válidos. En primer lugar, se aplicó el Drive for Muscularity Scale (DMS) que mide la motivación por la musculatura sus dimensiones: actitud y conducta, que emplea una escala de Likert que van desde 1 (nunca) a 6 (siempre) La conducta se mide con las preguntas: 1,7,9,11,13,14,15. La actitud con las preguntas:2,3,4,5,6,8,10,12. Este instrumento ha demostrado adecuadas propiedades psicométricas en diferentes poblaciones (McCreary & Sasse, 2000; Escandon-Naget et al., 2021).

En segundo lugar, se utilizó el Body Shape Questionnaire (BSQ), que evalúa el grado de insatisfacción corporal a partir de la percepción y preocupación por la figura física. Este cuestionario ha sido ampliamente validado y utilizado en investigaciones sobre imagen corporal (Cooper et al. (1987); Castrillón-Moreno et al., 2007). Ambos instrumentos emplean escalas tipo Likert que van desde 1 (nunca) a 6 (siempre. Este instrumento de estructura unidimensional y permite interpretar sus puntuaciones a partir de una sola dimensión general.

3.4 Procedimientos

Para el desarrollo de la investigación, en primera instancia se gestionaron los permisos correspondientes con las autoridades del Zona Gym. garantizando el proceso de la población de estudio. Posteriormente, se informó a los participantes sobre los objetivos de la investigación asegurando su participación voluntaria. Se procedió a la firma del consentimiento informado, en el cual se garantizó la confidencialidad de la información y el uso exclusivo de los datos con fines académicos, siguiendo principios éticos en investigación con seres humanos (American Psychological Association, 2020).

Una vez obtenidos los consentimientos, se aplicaron los cuestionarios DMS y BSQ-18 de manera presencial en las instalaciones del gimnasio. Cada participante dispuso de un tiempo aproximado de 30 minutos para completar los instrumentos. Durante el proceso, se brindó orientación para resolver dudas y asegurar la correcta comprensión de los ítems.

3.5 Análisis de Datos

El análisis de los datos se realizó mediante el software estadístico SPSS 27. En primer lugar, se llevó a cabo un análisis descriptivo para caracterizar las variables de estudio, incluyendo medidas de tendencia central y dispersión. Posteriormente, se aplicó la prueba de normalidad para determinar la distribución de los datos.

En función de los resultados, se utilizó la correlación de Spearman para analizar la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal.-

4. Resultados.

Tabla 1

Prueba de normalidad

Kolmogorov-Smirnov			
Dimensiones	Estadístico	gl	Sig.
1 BSQ-18	.128	56	.021
2 Actitud	.142	56	0,05
4 Conducta	.167	56	.073

a. Corrección de significación Lilliefors

La tabla 1 se observa que en la variable BSQ-18, se obtuvo un estadístico de 0.128 y una significancia de 0.021, valor inferior a 0.05, por lo que se concluye que esta variable no presenta una distribución normal. Por otra parte, la dimensión Actitud

registró un estadístico de 0.142 y una significancia de 0.050, valor que se encuentra en el límite del criterio establecido, por lo que puede considerarse que la distribución de los datos es aceptable en términos de normalidad. Asimismo, la dimensión Conducta presentó un estadístico de 0.167 y una significancia de 0.073, valor superior a 0.05, indicando que los datos siguen una distribución normal.

En síntesis, los resultados muestran que BSQ-18 no cumple con el supuesto de normalidad, mientras que las dimensiones Actitud y Conducta sí presentan una distribución normal o cercana a la normalidad. Debido a que al menos una de las variables principales no cumple con este supuesto, es recomendable emplear pruebas estadísticas no paramétricas, como la correlación de Spearman, para analizar la relación entre las variables del estudio.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos, fiabilidad y correlaciones

Dimensión	M	DS	α	R	1	2	3
1 BSQ-18	3,01	1.17	.98	1-6	-	-0.44	.98**
2 Actitud	2,73	1.04	.93	1-6	-	-	-0.90
3 Conducta	3,07	1.16	.97	1-6	-	-	-

M= media, DS= Desviación estándar, α = Alfa de Cronbach, R= Rango, Escala de Likert. La correlación es significativa en el nivel 0.01(bilateral)

La tabla 2 demuestra que en la dimensión de la conducta orientada hacia la musculatura sobresalta con un resultado de M=3.07, mientras que el alfa de Cronbach de todas las dimensiones es superior a .7 lo que significa que son de alta fiabilidad. El análisis de las correlaciones muestra que la insatisfacción corporal medida por el BSQ-18 se relaciona

de manera positiva, muy fuerte y significativa con la conducta orientada hacia la musculatura ($= .980^{**}$), lo que indica que los usuarios del gimnasio que experimentan mayor malestar con su imagen corporal tienden a involucrarse más en prácticas dirigidas a incrementar la musculatura; en contraste, las actitudes hacia la musculatura no presentan asociación significativa ni con la insatisfacción corporal ni con la conducta ($= -0.44$; $= -0.90$; respectivamente), lo que sugiere que las actitudes permanecen en un plano cognitivo o valorativo sin traducirse necesariamente en acciones, confirmando que la conducta muscular está más determinada por la insatisfacción corporal que por las actitudes declaradas.

5. Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal en usuarios del Zona Gym. Los resultados evidenciaron una relación positiva, muy fuerte y estadísticamente significativa entre la insatisfacción corporal y la dimensión conductual de la motivación por la musculatura. Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre la insatisfacción corporal y la dimensión actitudinal. Estos hallazgos sugieren que el descontento con la imagen corporal se asocia principalmente con la ejecución de conductas orientadas al incremento de la masa muscular, más que con pensamientos o deseos relacionados con alcanzar un cuerpo musculoso.

Los resultados coinciden con lo planteado por McCreary y Sasse (2000), quienes señalan que la motivación por la musculatura se expresa principalmente mediante comportamientos dirigidos a modificar la apariencia física, como el entrenamiento de fuerza y otras prácticas orientadas al desarrollo muscular. Asimismo, estos autores encontraron que la búsqueda de una mayor musculatura, también se relaciona con

preocupaciones sobre la imagen corporal y el bienestar psicológico (actitud), especialmente en personas que presentan una percepción negativa de su cuerpo, lo cual es contrario a lo determinado en la muestra de este estudio.

De igual manera, los hallazgos son consistentes con los planteamientos de Dal Brun et al. (2024), quienes sostienen que la insatisfacción corporal constituye un factor relevante en la aparición de conductas relacionadas con la preocupación por la apariencia física y la búsqueda de cambios corporales. Los autores señalan que los individuos con mayores niveles de insatisfacción corporal presentan una tendencia más marcada hacia comportamientos orientados a modificar su composición corporal, lo que respalda la relación encontrada entre la insatisfacción corporal y la dimensión conductual de la motivación por la musculatura.

En este sentido, estudios pioneros como el de Mc Creary y Sasse (2000) establecen que la motivación por la musculatura suele estar vinculada a preocupaciones relacionadas con la imagen corporal, particularmente en hombres jóvenes que interiorizan ideales físicos musculosos. Desde esta perspectiva, se esperaría que un mayor impulso hacia el desarrollo el desarrollo muscular se asocie con niveles elevados de insatisfacción corporal. Sin embargo, los resultados del presente estudio no confirman esta relación, lo que sugiere que dicha asociación puede variar en función del contexto y de las características de la población estudiada.

De manera similar, Arbinaga y Caracuel (2018) encontraron que la motivación por la musculatura puede influir en el bienestar psicológico, especialmente cuando está orientada hacia factores extrínsecos como la aprobación social. En contraste, en la muestra analizada, los niveles moderados de motivación muscular y de insatisfacción corporal parecen reflejar una percepción más equilibrada, lo que podría indicar que los

usuarios del gimnasio no están motivados exclusivamente por estándares estéticos, sino también por objetivos relacionados con la salud y bienestar.

Asimismo, Castellanos-Silva et al. (2023) sostienen que la insatisfacción corporal es un fenómeno multifactorial determinado por factores como el género, la cultura y la presión social. Esta perspectiva permite explicar los resultados obtenidos, ya que la ausencia de una relación significativa podrá deberse a la influencia de variables externas no consideradas en el estudio, como el entorno social del gimnasio, el nivel de experiencia en la práctica física o las motivaciones individuales de los participantes.

En la misma línea, Pedalino et al. (2022) destacan el impacto de las redes sociales en la construcción de la imagen corporal, señalando que la posición constante a ideales físicos irreales favorece la comparación social y la insatisfacción corporal. Sin embargo, en este estudio no se evidenció una relación fuerte entre estas variables, lo que podría indicar que los participantes no presentan una alta internalización de estos modelos o que poseen estrategias de afrontamiento que mitigan su influencia.

Por su parte, Gómez-Lugo et al, (2022) manifiestan que la calidad de vida puede verse afectada por la insatisfacción corporal, especialmente cuando está vinculada a una motivación extrínseca. Este planteamiento permite inferir que, en el contexto del presente estudio, la ausencia de una relación significativa podría estar asociada a una motivación más intrínseca por parte de los usuarios, orientada al bienestar físico y no únicamente a la apariencia.

Por otro lado, Quittkat et al. (2019) señalan que la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal puede estar a mediada por variables psicológicas como el perfeccionismo. Este aspecto no fue evaluado en el presente estudio, lo que

podría explicar la falta de asociación significativa entre las variables, evidenciando la necesidad de incluir factores psicológicos adicionales en futuras investigaciones.

Finalmente, Tiggemann y Slater (2014) argumentan que la comparación social desempeña un papel clave a la construcción de la insatisfacción corporal, especialmente en jóvenes expuestos a medios digitales. Sin embargo, los resultados obtenidos sugieren que, en la población estudiada, este efecto podría no ser determinante o estar controlado por otros factores contextuales. En conjunto, los hallazgos de la presente investigación indican que la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal no es universal ni lineal, si no que depende de múltiples factores individuales, sociales y contextuales. En el caso específico del Zona Gym, la ausencia de una relación significativa sugiere que los usuarios presentan una motivación relativamente saludable hacia la práctica física, orientada no solo al aspecto estético, sino también al bienestar general. Entre las principales limitaciones del estudio se encuentra el uso de un diseño transversal, el cual impide establecer relaciones causales entre la insatisfacción corporal y la motivación por la musculatura. Asimismo, se empleó una muestra seleccionada por conveniencia y circunscrita a un contexto específico, lo que limita la generalización de los resultados. De igual manera, la utilización de instrumentos de autoinforme puede generar sesgos asociados a la deseabilidad social y a la percepción subjetiva de los participantes. Finalmente, no se consideraron otras variables que podrían influir en las 13 variables estudiadas, tales como el tiempo de entrenamiento, el uso de redes sociales y factores psicológicos asociados a la imagen corporal.

6. Conclusiones

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre la motivación por la musculatura y la insatisfacción corporal en los usuarios del Zona Gym.

A partir de los resultados obtenidos, se concluye que la relación entre estas variables no se presenta de manera uniforme, sino que varía según la dimensión de la motivación por la musculatura que se considere.

En relación con la dimensión conductual, los resultados evidenciaron una relación positiva, muy fuerte y estadísticamente significativa con la insatisfacción corporal. Esto indica que los participantes que reportaron mayores niveles de descontento con su imagen corporal también manifestaron una mayor frecuencia de conductas orientadas al desarrollo muscular, tales como la práctica de actividades físicas dirigidas al incremento de la masa muscular y otros comportamientos relacionados con este objetivo.

Por otra parte, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre la insatisfacción corporal y la dimensión actitudinal de la motivación por la musculatura. Este hallazgo sugiere que los pensamientos, deseos o preocupaciones relacionados con poseer una mayor musculatura no necesariamente se asocian con niveles más elevados de insatisfacción corporal en la población estudiada.

Asimismo, los resultados descriptivos mostraron niveles moderados tanto de motivación por la musculatura como de insatisfacción corporal. Esto permite inferir que, en general, los usuarios evaluados presentan interés por mejorar su apariencia física y desarrollar su musculatura, sin evidenciar niveles extremos de preocupación respecto a su imagen corporal.

De igual manera, la alta consistencia interna obtenida en los instrumentos utilizados respalda la fiabilidad de las mediciones realizadas, aportando solidez a los resultados obtenidos y favoreciendo una adecuada evaluación de las variables analizadas en la muestra estudiada.

Finalmente, los hallazgos de esta investigación aportan evidencia sobre la importancia de analizar de manera diferenciada las dimensiones de la motivación por la musculatura al estudiar su relación con la insatisfacción corporal. Se recomienda que futuras investigaciones incorporen variables adicionales, como la autoestima, la influencia de las redes sociales, la comparación social y el tiempo de práctica física, con el propósito de ampliar la comprensión de estos fenómenos en usuarios de gimnasios y otras poblaciones relacionadas con la actividad física.

7. Referencias bibliográficas

- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7.^a ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Cash, T. F., & Smolak, L. (Eds.). (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed.). Guilford Press. [Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention \(2nd ed.\)](#)
- Castellanos Silva, R., & Steins, G. (2023). Social media and body dissatisfaction in young adults: An experimental investigation of the effects of different image content and influencing constructs. *Frontiers in Psychology*, 14, 1037932. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1037932>
- Castrillón-Moreno, D., Luna-Montaña, I., Avendaño-Prieto, G., & Pérez-Acosta, A. M. (2007). Validación del Body Shape Questionnaire (cuestionario de la figura corporal) BSQ para la población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(1), 15–23. <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/view/233>

- Chaba, L., d'Arripe-Longueville, F., Lentillon-Kaestner, V., & Scoffier-Mériaux, S. (2018). Adaptation and validation of a short French version of the Drive for Muscularity Scale in male athletes (DMS-FR). *PLOS ONE*, 13(5), e0196608. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0196608>
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). *The development and validation of the Body Shape Questionnaire. International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. DOI [10.1002/1098-108X\(198707\)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O)
- Dal Brun, D., Pescarini, E., Calonaci, S., Bonello, E., & Meneguzzo, P. (2024). Body evaluation in men: The role of body weight dissatisfaction in appearance evaluation, eating, and muscle dysmorphia psychopathology. *Journal of Eating Disorders*, 12, 65. <https://doi.org/10.1186/s40337-024-01025-9>
- Escandón-Nagel, N., Baeza-Rivera, M. J., Larenas-Said, J., & Caamaño-Mardones, E. (2021). Propiedades psicométricas del Drive for Muscularity Scale (DMS) en una muestra de hombres y mujeres jóvenes chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 26(2), 131–140. <https://doi.org/10.5944/rppc.26904>
- Escoto-Ponce de León, M. C., et al. (2017). Ideales estéticos e insatisfacción corporal. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 4, 120–127. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2017/mip174h.pdf>
- Gómez-Lugo, M., et al. (2022). Calidad de vida e insatisfacción corporal. *Suma Psicológica*, 29(1), 45–53. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2022.v29.n1.6>
- Hargreaves, D. A., & Tiggemann, M. (2013). *Predicting drive for muscularity behavioural engagement from body image attitudes and emotions. Body Image*, 10(1), 135–138. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.08.004>

- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.
- IBM Corp. (2021). *IBM SPSS Statistics for Windows* (Version 25.0).
<https://www.ibm.com/spss>
- Latorre-Román, P. Á., Párraga-Montilla, J. A., Manjón-Pozas, D. C., Lucena-Zurita, M., Santos e Campos, M. A., Salas-Espinar, E., Yavorsky, R., & Herrador-Sánchez, J. A. (2020). *Dependencia al ejercicio físico e insatisfacción corporal entre deportistas de resistencia, musculación y futbolistas*. *FIEP Bulletin Online*, 90(1), 1–8.
<https://doi.org/10.16887/90.a1.110>
- McCreary, D. R., & Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*, 48(6), 297–304.
<https://doi.org/10.1080/07448480009596271>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Escandón-Nagel, N., Baeza-Rivera, M. J., Larenas-Said, J., & Caamaño-Mardones, E. (2021). Propiedades psicométricas de la Drive for Muscularity Scale (DMS) en una muestra de hombres y mujeres jóvenes chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 26(2), 131–140. <https://doi.org/10.5944/rppc.26904>
- Pedro Ángel Latorre Román, Párraga Montilla, J. A., Manjón Pozas, D. C., Lucena Zurita, M., Santos e Campos, M. A., Espinar Grajera, E., Salas, J., Yavorsky, R., & Herrador Sánchez, J. (2020). *Dependencia al ejercicio físico e insatisfacción corporal entre deportistas de resistencia, musculación y futbolistas*. *FIEP Bulletin*, 90(1), 518–523.
<https://doi.org/10.16887/90.a1.110>

- Pedalino, F., & Camerini, A.-L. (2022). Instagram use and body dissatisfaction: The mediating role of upward social comparison with peers and influencers among young females. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1543. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031543>
- Quittkat, H. L., et al. (2019). Imagen corporal y sintomatología depresiva. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 10(2), 176–188. [10.3389/fpsyt.2019.00864](https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00864)
- Santos Pazos, D. A., Guamán Paredes, J. C., & Pucha Guaman, D. X. (2023). *Alteraciones de la imagen corporal y personalidad en adolescentes y adultos jóvenes* (Trabajo de titulación, Universidad Nacional de Chimborazo). [Repositorio Digital UNACH](#). [1]
- Santos, A. M., Lippo, B. R. S., Bahrke, M. S., et al. (2023). *Patterns of anabolic-androgenic steroid use, aesthetic doping, and body image within the male Brazilian bodybuilding culture: An ethnographic approach*. *International Journal of Complementary & Alternative Medicine*, 16(2), 79–86. <https://doi.org/10.15406/ijcam.2023.16.00635>
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2014). *NetTweens: The Internet and body image concerns in preteenage girls*. *The Journal of Early Adolescence*, 34(5), 606–620. <https://doi.org/10.1177/0272431613501083>

**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL**

Erick Daniel Yamasqui Guaman portador(a) de la cédula de ciudadanía N.º **0302386479**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del proyecto de titulación **“Motivación por la musculatura e insatisfacción corporal en usuarios del Zona Gym”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este proyecto de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, **10-09-2026 (10 de septiembre de 2026)**

Erick Daniel Yamasqui Guaman

C.I. 0302386479