

Autoestima, malestar psicológico y riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria en bailarines clásicos argentinos

Self-esteem, psychological distress, and the risk of developing eating disorders in Argentine classical dancers

Vaulet, Aldana Ailen



Preuss, Maximiliano Gustavo



DOI <https://doi.org/10.59471/psicologia2026219>

Recibido: 21/01/2026. Aceptado: 30/04/2026. Publicado: mayo 2026

Como citar: Vaulet, A. A. & Preuss, M. G.. Autoestima, malestar psicológico y riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria en bailarines clásicos argentinos. *Psicología Del Desarrollo*, 7. <https://doi.org/10.59471/psicologia2026219>

Resumen

El objetivo que orientó esta investigación consistió en analizar la relación entre Autoestima, Malestar Psicológico y Riesgo de padecer Trastornos de la Conducta Alimentaria [TCA] en bailarines clásicos de la República Argentina. Para ello se trabajó con una muestra conformada por 987 bailarines de ballet, cuyas edades oscilaban entre 18 y 74 años (M=29,33; DT=9,56), a quienes se les administraron cuatro instrumentos: un cuestionario confeccionado ad hoc para relevar variables sociodemográficas de interés para la investigación; la escala de autoestima de Rosenberg [RSE]; la Escala de Malestar Psicológico [K10] y, finalmente, el Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria [EDI-II]. El diseño llevado a cabo fue de tipo no experimental, de enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y temporalidad transversal. Los principales resultados encontrados permitieron visibilizar una correlación negativa entre Autoestima y Malestar Psicológico, así como también entre Autoestima y Riesgo de TCA, lo cual se evidenció en cada una de las dimensiones que conforman este último constructo, lo que permitió confirmar la hipótesis principal de esta investigación. Los hallazgos evidencian que los estándares corporales de élite, alejados de la realidad de los bailarines, fomentan malestar psicológico y baja autoestima, incrementando el riesgo de TCA en el marco de la cultura de la delgadez.

PALABRAS CLAVES: Autoestima, Malestar Psicológico, Trastornos de la Conducta Alimentaria, bailarines de ballet, Argentina.

Abstract

The objective guiding this research was to analyze the relationship between Self-esteem, Psychological Distress, and Risk of Developing Eating Disorders [EDs] in classical dancers from Argentina. To this purpose, we worked with a sample of 987 ballet dancers, whose ages ranged between 18 and 74 years ($M=29.32$; $SD=9.56$), who were administered four instruments: a questionnaire designed specifically to assess sociodemographic variables of interest to the research; the Rosenberg Self-esteem Scale [RSE]; the Psychological Distress Scale [K10] and, finally, the Eating Disorders Inventory [EDI-II]. The design was non-experimental, quantitative, correlational in scope, and cross-sectional in time. The main results revealed a negative correlation between Self-esteem and Psychological Distress, as well as between Self-esteem and Risk of Eating Disorders. This correlation was evident in each of the dimensions that conformed this latter construct, thus confirming the main hypothesis of this research. The findings show that elite body standards, detached from the reality of dancers, foster psychological distress and low self-esteem, increasing the risk of eating disorders within the framework of the thinness culture.

KEYWORDS: Self-esteem, Psychological Distress, Eating Disorders, ballet dancers, Argentina.

Introducción

En el ámbito del ballet, también conocido como danza clásica, es común reconocer en estudiantes y maestros el intenso nivel de exigencia que implica. Un factor crucial en esta disciplina es la aplicación de un criterio anatómico selectivo, resultante de la relación directa entre las características físicas del bailarín y los requisitos técnicos impuestos por la técnica propiamente dicha (Betancourt & Díaz, 2004).

Las academias de formación profesional de ballet a nivel mundial establecen criterios selectivos rigurosos, a partir de los cuales sólo quienes posean características específicas como juventud, delgadez, empeines acentuados, extremidades largas y una cabeza proporcionalmente pequeña en relación con el torso, son considerados adecuados para poder sobrellevar la complejidad técnica del ballet clásico, dejando por fuera a todos aquellos que no se ajusten a los cánones corpóreos requeridos (Ameri, 2022). El ballet además constituye una actividad física con un significativo gasto energético, comparable al de los deportes de alto rendimiento, puesto que un bailarín clásico profesional desarrolla notablemente su musculatura, resistencia, flexibilidad y coordinación, entre otras cualidades (Reina Gómez, 2003).

El ideal de belleza que el ballet adopta del neoclasicismo francés del siglo XVII se fundamenta en la juventud y un cuerpo perfecto (Guillot & Prodhommeau, 1984). Este ideal incluye elementos como la cualidad etérea y el desafío a la gravedad, oponiéndose a las nociones de animalidad, materialidad y la realidad corporal (Tambutti, 2016). El cuerpo del bailarín es concebido como una máquina, a la cual se le imponen determinadas normas

con el propósito de organizarlo conforme a un ideal de perfección inalcanzable en el que no existe margen de error (Citro, 2014).

En concordancia con lo previamente mencionado, Guillot y Prodhommeau (1984) plantean una dualidad esencial en el cuerpo, en tanto éste es el almacigo subyacente de una lógica rigurosa de ejercicios, a la vez que es concebido como un objeto que se convierte en el foco de un conocimiento especializado.

El proceso de formación profesional exige una estricta disciplina. En este aspecto, la enseñanza puede entenderse como una microfísica de relaciones de poder que se integra en los cuerpos, transformándolos para hacerlos más funcionales, efectivos y dóciles (Foucault, 1979). En dicho proceso de formación como bailarines, los estudiantes no sólo adquieren conocimientos técnicos sobre danza, sino también elementos implícitos del currículo oficial. Estos aspectos se cristalizan en ideologías, creencias, representaciones y preferencias, produciendo cambios en los hábitos, pensamientos, acciones y valoraciones de los estudiantes (Baroni, 2017). Desde esta lógica y en concordancia con Le Breton (2018), el cuerpo se convierte en frontera visible del individuo, el lugar donde se inscriben las marcas de la cultura y las huellas de la historia personal.

Más allá de las tensiones aludidas con antelación, cabe resaltar que la danza integra dimensiones emocionales, psicológicas y físicas, lo cual permite que aquellos estudiantes que logran construir una percepción positiva de sí mismos refuercen su autoestima, motivación académica y sensación de logro (Weiner, 2014). En contraste, quienes no se sienten conformes con su cuerpo, pueden experimentar una sensación de incompetencia que va en detrimento de su autoestima y produce una merma en su rendimiento (Megías Cuenca, 2009).

En sintonía con lo expresado en el párrafo anterior, Loja Chumbi (2025) plantea que aquellos bailarines que desarrollan una autoestima saludable y una mejor autopercepción de su cuerpo aunada a una mayor confianza en sus destrezas presentan menor probabilidad de incurrir en conductas alimentarias de riesgo y problemas emocionales asociados a ello, por lo que se infiere que el fortalecimiento de la autoestima es crucial en esta población.

Los estereotipos juegan un papel nodal en la perpetuación de estos modelos corporales considerados “aceptables”. Éstos se configuran como construcciones mentales que las personas generan sobre los demás y que las convierten en objetivos vulnerables frente a los estereotipos (Villarreal & Cruz, 2023). Por ello, el apoyo de la familia y las instituciones de pertenencia, resultan esenciales para fomentar una identidad sólida y una autoestima consistente (Vergara Vilchez et al., 2021). A partir de todo lo mencionado hasta aquí, queda en evidencia, tal como plantea Masetti (2013), que las condiciones físicas en el ámbito del ballet se consideran un requisito fundamental, convirtiéndose en un criterio de exclusión generando una tensión entre un modelo disciplinario que demanda un tipo peculiar de cuerpo y destrezas específicas, en contraste con el compromiso inclusivo que caracteriza a las instituciones públicas.

Las demandas estéticas ejercen una influencia adversa en la autoestima, generando no sólo una existencia marcada por el malestar emocional e insatisfacción, sino también afectando el progreso en el ámbito artístico de los bailarines (Bernárdez, 2021). Específicamente, en el caso de las mujeres, es frecuente que se vean influenciadas por un modelo hegemónico femenino idealizado. En numerosos casos, estas pautas de belleza se convierten en un parámetro para medir su autoestima, ya que, a mayor alineación con los estándares, mayor es la percepción de satisfacción corporal (Fredrickson & Roberts, 1997).

En añadidura, las bailarinas suelen ser más vulnerables a experimentar distorsiones en la percepción de su figura corporal debido a las elevadas expectativas de un desempeño físico excepcional y la presión por alcanzar una imagen ideal que trasciende las exigencias físicas propias de la danza. Aunque esta disciplina puede aportar múltiples beneficios para el cuerpo y la calidad de vida de quienes la practican, es fundamental atender diversos factores para garantizar un desarrollo saludable de los profesionales de la danza. Este enfoque preventivo busca evitar la aparición de patologías que puedan comprometer su bienestar a largo plazo (Negrete Acosta, 2022).

El entorno en el que se desenvuelven los bailarines de élite no es, por sí mismo, un causante directo de problemas psicológicos. Sin embargo, sus características pueden contribuir tanto a la mejora como al deterioro de su bienestar mental. En este sentido, aspectos como la exigencia de continuar entrenando y compitiendo a pesar de lesiones, la especialización desde edades tempranas, la renuncia a actividades ajenas al ámbito profesional y los vínculos sociales fuera de éste, así como los periodos de preparación intensivos con descanso insuficiente y la presión por obtener medallas, representan factores que pueden comprometer la salud mental de los bailarines (Henriksen et al., 2019; Kuettel & Larsen, 2020).

Por otra parte, numerosos estudios han explorado la relación entre la imagen corporal y la actividad física. En tal sentido, Petrie (1996) indicó que quienes participan en deportes estéticos tienden a mostrar mayor preocupación por su peso en comparación con quienes practican otras disciplinas. La insatisfacción corporal es un fenómeno común que se intensifica al inicio de la adolescencia, motivada por los cambios psicológicos, sociales y biológicos asociados con el desarrollo puberal. La transición de una figura infantil a una con curvas más definidas se produce en un contexto cultural que promueve la extrema delgadez como un ideal de belleza y éxito, por lo que dicha figura curvilínea coacciona contra el ideal corpóreo establecido (Rutzstein et al., 2007).

El proceso natural de crecimiento conlleva transformaciones corporales, como el inevitable aumento de peso, que en numerosos adolescentes despierta un profundo descontento con su imagen corporal. Esto los impulsa a perseguir un cuerpo ideal a través de métodos extremos, convirtiendo estas prácticas en parte de su vida cotidiana. La resistencia a los cambios naturales genera una tensión que convierte al cuerpo en un campo de lucha interna. Además, la cultura de la delgadez promueve un estándar de belleza inalcanzable para la

mayoría, alejándose de las posibilidades reales y provocando insatisfacción y una percepción negativa de la imagen corporal (Rutzstein et al., 2007).

En el proceso de formación en la danza, el cuerpo del aprendiz es moldeado a través de posturas, movimientos y gestos con el fin de alcanzar la imagen añorada. Esta construcción se basa en una herencia transmitida de los miembros experimentados del campo a los bailarines noveles, inscribiéndose de manera duradera en sus cuerpos. De esta forma, los bailarines desarrollan su capacidad para competir en el ámbito de la danza, utilizando su capital físico, técnico y artístico como herramientas estratégicas (Buckroyd, 2000). En el ballet clásico el cuerpo adquiere tal relevancia para los adolescentes que bailan que, en ocasiones, pueden experimentar distorsiones en la percepción de su figura, lo que puede derivar en trastornos de la conducta alimentaria [TCA] (Ocampo et al., 1999). Esta disciplina impone una presión psicológica y física significativa sobre los bailarines, lo que resalta la necesidad de examinar la relación entre la danza clásica y la imagen corporal en contextos apartados de escenarios de alta competencia tales como compañías y ballets profesionales (Buckroyd, 2000).

Como técnica artística que integra actividad física, la danza debería estar asociada al bienestar y la calidad de vida. Sin embargo, las demandas estéticas y las condiciones de su práctica pueden, en algunos casos, poner en peligro tanto la vida como la integridad de quienes la ejercen (Baroni, 2017). En las adolescentes que practican ballet, los estándares corporales exigidos por esta disciplina, están asociados a puntajes significativamente más altos en lo que respecta a la búsqueda de la delgadez y la bulimia, en comparación con aquellas adolescentes que no se dedican a actividades relacionadas con ideales corpóreos inalcanzables (Bettle et al., 2001).

Los trastornos alimentarios mayormente se manifiestan en disciplinas relacionadas a la cultura de la delgadez y constan de cambios drásticos en los comportamientos asociados con la alimentación, usualmente motivados por un miedo excesivo al aumento de peso y una preocupación obsesiva por la apariencia corporal. Estas enfermedades no sólo impactan severamente la salud física y emocional de quienes las padecen, sino que también generan repercusiones significativas en su entorno familiar y social (Rutzstein et al., 2007).

En el ámbito de la danza, uno de los principales factores de riesgo para los bailarines es la presión por mantener un peso corporal bajo. Esta situación puede derivar en conductas alimenticias peligrosas, trastornos de la conducta alimentaria, problemas psicológicos y dificultades físicas vinculadas a la restricción calórica (Román Fuentes et al., 2024). Además, esta población frecuentemente experimenta una gran autoexigencia e insatisfacción con diversos aspectos de su cuerpo, pudiendo generar riesgos de malnutrición y alteraciones conductuales que impactan negativamente en su bienestar general (Fernández Bustos et al., 2014).

Es crucial reconocer que los trastornos alimentarios no se limitan a alteraciones en la conducta alimenticia, sino que representan conflictos internos profundamente arraigados, a menudo vinculados con una autoexigencia excesiva y la constante búsqueda de ideales

estéticos inalcanzables impuestos por la sociedad. Desde una perspectiva humanista, es esencial entender que estas enfermedades no deben reducirse a simples desequilibrios físicos o nutricionales. Por el contrario, deben considerarse las dimensiones emocionales y psicológicas del individuo, así como los factores culturales y familiares que contribuyen a su desarrollo (Rutzstein et al., 2007).

Los autores, a su vez, puntualizan que el sufrimiento asociado a estos trastornos es intenso y multifacético, impactando no sólo en la persona afectada, sino también en su capacidad para interactuar con otros y su propio sentido de identidad. La aparición temprana de estas enfermedades aumenta su complejidad, lo que resalta la importancia de desarrollar enfoques integrales que aborden tanto la prevención como el tratamiento.

La combinación de la presión por mantener una figura delgada y las altas expectativas de competitividad, características del entorno del ballet, crea un contexto propicio para el desarrollo de desórdenes alimentarios y problemas emocionales (Garner & Garfinkel, 1980).

Basándose en el estado de la cuestión, existe un vasto número de antecedentes que se abocan a la correlación entre las variables estudiadas, si bien todas ellas plantean asociaciones parciales, no se hallan evidencias empíricas en cuanto a la vinculación de las tres entre sí. Tomando en cuenta esta salvedad, se realizó una recopilación bibliográfica sobre los principales trabajos que versaban sobre el tema en cuestión, llevados a cabo principalmente en los últimos cinco años.

En este sentido, vale mencionar que existen diferentes autores que buscaron investigar la relación entre Autoestima y Malestar Psicológico en bailarines, obteniendo de manera unánime una relación negativa entre los constructos (Loja Chumbi, 2025; Estellés Moreno, 2024).

En lo que incumbe a la relación entre Autoestima y Riesgo de TCA, también se encontró acuerdo en la comunidad científica, en tanto se halló que en la medida que el primer constructo puntúa significativamente más alto, el segundo tiende a disminuir y viceversa (De Sousa Fortes et al., 2024; Kapoor et al., 2022; Loja Chumbi, 2025; Nuñez Udave et al., 2024; Ortiz Torres & Bonilla Basantes, 2022; Rojas Padilla, 2024; Valverde Martínez, 2023).

Finalmente, las correlaciones entre Malestar Psicológico y Riesgo de TCA hallaron una asociación positiva entre ellas (Del Valle Sarli Racioppi, 2022; Fostervold Mathisen et al., 2022; García-Arbona et al., 2023; Loja Chumbi, 2025; Negrete Acosta, 2022).

Ahora bien, en lo que incumbe a las variables sociodemográficas y el análisis de los niveles de Autoestima en bailarines, se encontró una primacía de estudios que establecen que ésta es significativamente menor en mujeres con respecto a sus pares masculinos (Del Valle Sarli Racioppi, 2022; Rojas Padilla, 2024). A su vez, ésta se asoció de manera positiva con edad (Iglesias Suárez & De la Villa Moral Jiménez, 2021), lo mismo ocurrió con años de práctica de danza (Rojas Padilla, 2024; Valverde Martínez, 2023) y con cantidad de horas de

entrenamiento (Vergara Vilchez et al., 2021). Por último, en lo que respecta a la comparación en Autoestima entre bailarines profesionales y no profesionales existen disonancias en el estado del arte, según las características de las muestras contempladas (Negrete Acosta, 2022; Tapiador & Jamila, 2023).

En lo que atañe a la variable Malestar Psicológico, existen estudios que plasman que éste es superior en mujeres (Gómez Chávez et al., 2022; Lorenzón et al., 2022), en sujetos profesionales (Cano Calzado, 2022; Fostervold Mathisen et al., 2022; Martínez Rodríguez et al., 2021) y en quienes dedican mayor cantidad de horas semanales a la danza (Junge et al., 2024; Junge & Hauschild, 2025; Zhang et al., 2025).

Otras investigaciones, por su parte, se abocaron al estudio del Malestar Psicológico en función de la cantidad de años de práctica de la danza desde una perspectiva terapéutica, pero no como una disciplina profesional, hallándose una relación negativa entre las variables mencionadas (Andrade Gallego, s.f.; Biddle et al., 2019; Lima et al., 2019; López García, 2021; Roca Amat & García Alandete, 2024; Schultchen et al., 2019). No obstante, cuando la actividad desarrollada se convierte en una disciplina profesional de alto rendimiento, los resultados son totalmente contrapuestos, es decir, en este caso, la relación es directa, pues a mayor cantidad de años de práctica mayor es el malestar psicológico (Goutteborge et al., 2019). Por último, en relación con la edad, no se ha encontrado una asociación significativa entre las variables (García Orjuela, 2025).

Finalmente, en lo que compete al Riesgo de padecer TCA y sintomatología asociada, los estudios recabados revelan una preeminencia en mujeres respecto de los hombres (Fostervold Mathisen et al., 2022; Goenaga Diéguez, 2021; Loja Chumbi, 2025; Martínez Rodríguez et al., 2021; Ortiz Torres & Bonilla Basantes, 2022), en profesionales con respecto a no profesionales (Athanasopoulos Zamorano, 2022; Donti et al., 2021; López Velazco et al., 2022; Maradiegue Lerose, 2021; Martínez Rodríguez et al., 2021; Ragno González, 2024), en quienes poseen mayor cantidad de años de práctica de danza (Donti et al., 2021; Martínez Rodríguez et al., 2021; Rojas Padilla, 2024; Valverde Martínez, 2023) y mayor cantidad de horas semanales de entrenamiento (Donti et al., 2021; Martínez Rodríguez et al., 2021; Rojas Padilla, 2024), sin encontrarse asociación significativa con edad (Maradiegue Lerose, 2021; Rojas Padilla, 2024).

A partir de todo lo anteriormente esbozado surge la siguiente pregunta de investigación: ¿cómo es la relación entre Autoestima, Malestar Psicológico y Riesgo de padecer TCA en bailarines clásicos argentinos?

A tal efecto, se planteó como objetivo general analizar la relación entre Autoestima, Malestar Psicológico y Riesgo de padecer TCA en bailarines clásicos argentinos y, como objetivos específicos, identificar las puntuaciones promedio en los participantes, así como también caracterizar los constructos estudiados según determinadas variables sociodemográficas

de interés tales como edad, género, años de práctica de la disciplina, cantidad de horas de entrenamiento semanales y profesionalismo.

Al respecto, la hipótesis principal en la que se sustenta el trabajo, plantea que cuanto menor es la Autoestima de un participante, mayor es el Malestar Psicológico y el Riesgo de padecer TCA. Asimismo, en sintonía con los antecedentes de investigación recabados, se afirman como hipótesis secundarias que: los niveles de Autoestima en la población estudiada son mayormente bajos, en tanto que el Malestar Psicológico y el Riesgo de TCA elevados; a su vez la Autoestima es inferior en mujeres y se vincula positivamente con edad, años de práctica y horas semanales dedicadas a la disciplina, sin hallarse asociación significativa con profesionalismo, en tanto que el Malestar Psicológico y el Riesgo de TCA es mayor en mujeres y en sujetos profesionales, así como también en quienes poseen mayor cantidad de años en la disciplina y en quienes dedican mayor cantidad de horas a la práctica de la danza, sin hallarse vínculo significativo con edad.

Metodología

Diseño

La investigación adoptó un diseño no experimental, con enfoque cuantitativo, alcance correlacional y temporalidad transversal.

Participantes

El tipo de muestreo fue intencional, con una muestra conformada por 987 bailarines de ballet de la República Argentina, cuyas edades oscilaban entre 18 y 74 años ($M=29,33$; $DT=9,56$), siendo el 96,6% de género femenino. A su vez vale mencionar que el 62% de los sujetos encuestados eran bailarines amateurs y el 38% restante profesionales. La muestra analizada dedicaba un promedio de 15 horas semanales a la disciplina y un aproximado de 16 años de estudio/práctica de danza. Los criterios de inclusión fueron: ser argentino/a, tener 18 años o más y ser bailarín de danza clásica o haberlo sido. Por otra parte, se excluyeron a quienes no brindaron su consentimiento informado y quienes dejaron ítems sin responder o dieron respuestas inconsistentes a los mismos.

Instrumentos

En dicha investigación se aplicaron 4 instrumentos. En primer lugar, se utilizó un cuestionario sociodemográfico confeccionado ad hoc para relevar variables sociodemográficas tales como provincia/ciudad de residencia, edad, género, años de estudio/práctica de danza, cantidad de horas semanales dedicadas a la disciplina y profesionalismo.

En segundo lugar, se aplicó la Escala de Autoestima de Rosenberg [RSE] (Rosenberg, 1965; adaptación al español: Atienza et al., 2000). Dicha escala evalúa la valoración que

posee un sujeto de sí mismo. Dicho instrumento posee una adecuada consistencia interna, siendo su Alpha de Cronbach de 0,80.

En tercer lugar, se aplicó la Escala de Malestar Psicológico [K10] (Kessler, 1992; adaptación argentina: Brenlla & Aranguren, 2010). Este instrumento describe formas en que la gente actúa o siente para detectar la presencia o no de malestar psicológico inespecífico. Dicha escala presenta una alta consistencia interna, siendo su Alpha de Cronbach de 0,88.

Finalmente, se utilizó el Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria [EDI II] (Garner, 1991; adaptación española: Rutzstein et al., 2006). Dicho instrumento evalúa el riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria y la sintomatología presente en ellos. Puntuaciones iguales o superiores a 105 denotan un riesgo clínico de padecer TCA (Baldó Vela & Bonfanti, 2019). Este instrumento posee 11 dimensiones que presentan una adecuada consistencia interna, siendo sus correspondientes índices: OD ($\alpha=.89$); B ($\alpha=.80$); IC ($\alpha=.86$); MM ($\alpha=.61$); CI ($\alpha=.77$); I ($\alpha=.80$); P ($\alpha=.65$); DI ($\alpha=.70$); A ($\alpha=.64$); Im ($\alpha=.72$); IS ($\alpha=.77$).

Procedimiento

Para llevar a cabo la investigación los participantes fueron contactados en su mayoría por medio de una cuenta pública de la autora, la cual se aboca a la difusión de contenido vinculado al ballet. Asimismo, se realizó un video explicativo en el que se comunicaron los propósitos y fines de la investigación. Las personas que accedieron a participar completaron un formulario el cual fue confeccionado en Google Forms. En éste, se presentaba en primera instancia una breve introducción acerca de la temática a estudiar, los criterios de inclusión de la muestra y los fines que perseguía el estudio. Luego, como criterio excluyente, los sujetos debían brindar su consentimiento informado para ser parte de la investigación. A posteriori, se relevaron datos sociodemográficos de los participantes y se les administró la Escala de Autoestima, la Escala de Malestar Psicológico y el Inventario de Riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria en ese orden respectivamente. Finalmente, vale mencionar que las encuestas fueron realizadas durante los meses de febrero, marzo y abril de 2025.

Esta investigación siguió los principios éticos propuestos en el protocolo de Helsinki (2000) atinentes a la confidencialidad, privacidad y consentimiento informado de los participantes, incluidos aquellos que atañen a la inscripción, publicación de la investigación y difusión de los resultados.

Análisis de datos

En primera instancia, se efectuó un análisis descriptivo de los constructos abordados en la investigación. A partir de éste, se calcularon frecuencias y porcentajes que permitieron analizar los diferentes niveles de Autoestima, Malestar Psicológico y Riesgo de TCA de los participantes.

En segunda instancia, se procedió a correlacionar las variables principales de esta investigación aplicando la prueba Rho de Spearman, dado que éstas siguieron un patrón

de distribución no normal. A su vez, se realizó un análisis de potencia de coeficiente de correlación con un nivel de alfa requerido en 0,05 un coeficiente de correlación observado de 0,65 y un tamaño de muestra de 987, lo que dio como resultado una potencia de 0,99. Posteriormente dichos constructos fueron correlacionados con las variables sociodemográficas edad, horas semanales de entrenamiento y cantidad de años de práctica de danza, empleando la misma prueba estadística mencionada con antelación.

En tercera instancia, finalmente, se realizaron las comparaciones de la muestra a los fines de la investigación, operando con las variables sociodemográficas restantes: género y profesionalismo. En este último punto, siendo que ambas son bicategoriales, se procedió a utilizar el estadístico no paramétrico U de Mann Whitney.

Resultados

Descripción de las variables

TABLA 1. DESCRIPCIÓN DE LOS NIVELES DE AUTOESTIMA DE LOS PARTICIPANTES

Niveles de Autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Bajos	669	67,8%
Moderados	181	18,3%
Elevados	137	13,9%

Más de dos tercios de los participantes presentan niveles bajos de autoestima.

TABLA 2. DESCRIPCIÓN DE LOS NIVELES DE MALESTAR PSICOLÓGICO DE LOS PARTICIPANTES

Niveles de Malestar Psicológico	Frecuencia	Porcentaje
Bajos	7	0,7%
Moderados	43	4,3%
Altos	190	19,3%
Muy altos	747	75,7%

El 95% de los participantes encuestados presentan niveles altos o muy altos de malestar psicológico.

TABLA 3. DESCRIPCIÓN DE LA VARIABLE RIESGO DE TCA DE LOS PARTICIPANTES

Riesgo de TCA	Frecuencia	Porcentaje
Presencia de Riesgo	938	95%
Ausencia de Riesgo	49	5%

Como puede apreciarse en la tabla precedente, el 95% de los sujetos encuestados poseen riesgo de padecer TCA, lo que no implica necesariamente que lo padezcan.

Correlación entre variables

TABLA 4. ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA, MALESTAR PSICOLÓGICO Y RIESGO DE TCA EN LOS SUJETOS DE LA MUESTRA.

Var.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.AUT	-	-,57**	-,46**	-,45**	-,51**	-,38**	-,59**	-,80**	-,40**	-,44**	-,59**	-,45**	-,56**
2.MP		-	,44**	,43**	,43**	,35**	,61**	,62**	,43**	,37**	,60**	,53**	,51**
3.OD			-	,66**	,73**	,28**	,58**	,49**	,41**	,32**	,53**	,42**	,34**
4.B				-	,61**	,29**	,64**	,50**	,40**	,33**	,54**	,47**	,43**
5.IC					-	,31**	,53**	,55**	,37**	,34**	,46**	,38**	,40**
6.MM						-	,38**	,42**	,20**	,23**	,37**	,32**	,33**
7.CI							-	,68**	,45**	,53**	,71**	,64**	,60**
8.I								-	,44**	,58**	,67**	,53**	,71**
9.P									-	,30**	,57**	,43**	,40**
10.DI										-	,45**	,37**	,69**
11.A											-	,65**	,60**
12.Im												-	,52**
13.IS													-

Prueba utilizada: Rho de Spearman, ** $p < ,01$, * $p < ,05$; siendo 1.AUT= Autoestima; 2.MP= Malestar Psicológico; 3.OD= Obsesión por la Delgadez; 4.B= Bulimia; 5.IC= Insatisfacción Corporal; 6.MM= Miedo a la Madurez; 7.CI= Conciencia Interoceptiva; 8.I=Ineficacia; 9.P=Perfeccionismo; 10.DI=Desconfianza Interpersonal; 11.A= Ascetismo; 12.Im= Impulsividad; 13.IS= Inseguridad Social.

Se halló una asociación negativa entre autoestima y malestar psicológico, es decir que cuanto menor es la autoestima de un bailarín, mayor malestar psicológico experimenta.

Menores niveles de autoestima se vinculan a mayores niveles de padecimiento de trastornos de la conducta alimentaria o sintomatología asociada.

Se encontró una relación positiva (directa) entre malestar psicológico y riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria.

Tabla 5. Análisis de las variables Autoestima, Malestar Psicológico y Riesgo de TCA en función de las variables sociodemográficas Edad, Cantidad de Horas Semanales de Práctica y Cantidad de años de Práctica de la Danza.

Variables	Edad	Horas semanales	Años de práctica
Autoestima	,209**	-,008	,164**
Malestar Psicológico	-,122**	,077*	-,076*
Obsesión por la Delgadez	-,084**	,030	-,089**
Bulimia	-,203**	,044	-,153**
Insatisfacción Corporal	-,073*	,067*	-,056
Miedo a la Madurez	-,186**	,083**	-,041
Conciencia Interoceptiva	-,229**	-,024	-,145**
Ineficacia	-,142**	,002	-,145**
Perfeccionismo	-,052	,018	-,109**
Desconfianza Interpersonal	-,102**	,014	-,105**
Ascetismo	-,220**	,007	-,154**
Impulsividad	-,126**	,038	-,071*
Inseguridad Social	-,159**	,010	-,127**

Prueba utilizada: Rho de Spearman, ** $p < ,01$, * $p < ,05$

Cuanto menor es la edad de un sujeto, menores son los niveles de autoestima que posee y mayor presencia de malestar psicológico y riesgo de TCA, exceptuando Perfeccionismo que no correlaciona significativamente.

Mayor cantidad de horas semanales de práctica se asocian a mayores niveles de malestar psicológico, insatisfacción corporal y miedo a la madurez.

Menor cantidad de años de práctica de danza clásica se asocian a menores niveles de autoestima, mayor malestar psicológico y mayor riesgo de TCA (exceptuando las dimensiones de Insatisfacción Corporal y Miedo a la Madurez que no arrojan datos significativos).

Comparación de grupos

TABLA 6. ANÁLISIS DE LOS CONSTRUCTOS AUTOESTIMA, MALESTAR PSICOLÓGICO Y RIESGO DE TCA EN FUNCIÓN DE LA VARIABLE SOCIODEMOGRÁFICA GÉNERO.

Variables	Género	Rango promedio	p.
Autoestima	Femenino	488,81	,011
	Masculino	617,92	
Malestar Psicológico	Femenino	495,93	,077
	Masculino	405,63	
Obsesión por la Delgadez	Femenino	498,84	,001
	Masculino	319,06	
Bulimia	Femenino	496,77	,023
	Masculino	380,75	
Insatisfacción Corporal	Femenino	500,63	,001
	Masculino	265,69	
Miedo a la Madurez	Femenino	495,22	,180
	Masculino	426,75	
Conciencia Interoceptiva	Femenino	496,89	,019
	Masculino	377,06	
Ineficacia	Femenino	497,08	,014
	Masculino	371,52	
Perfeccionismo	Femenino	496,47	,037
	Masculino	389,72	
Desconfianza Interpersonal	Femenino	496,19	,055
	Masculino	397,98	
Ascetismo	Femenino	495,91	,080
	Masculino	406,34	
Impulsividad	Femenino	496,96	,017
	Masculino	375,17	
Inseguridad Social	Femenino	494,80	,278
	Masculino	439,39	

Prueba utilizada: U de Mann Whitney. Nota: El género "otros" no se analizó por no estar conformado por una muestra representativa al ser sólo 2 participantes.

Los niveles de autoestima son significativamente inferiores en bailarines del género femenino en tanto que el malestar psicológico no varía significativamente entre hombres y mujeres. Por su parte, la mayoría de las dimensiones que conforman el constructo Riesgo de TCA (Obsesión, Bulimia, Insatisfacción Corporal, Conciencia Interoceptiva, Ineficacia, Perfeccionismo e Impulsividad) son más elevadas en mujeres que en hombres.

TABLA 7. ANÁLISIS DE LOS CONSTRUCTOS AUTOESTIMA, MALESTAR PSICOLÓGICO Y RIESGO DE TCA EN FUNCIÓN DE LA VARIABLE SOCIODEMOGRÁFICA PROFESIONALISMO.

Variables	Profesionalismo	Rango promedio	p.
Autoestima	Sí	527,37	,004
	No	473,55	
Malestar Psicológico	Sí	500,46	,577
	No	490,04	
Obsesión por la Delgadez	Sí	468,73	,029
	No	509,49	
Bulimia	Sí	483,73	,375
	No	500,29	
Insatisfacción Corporal	Sí	470,47	,042
	No	508,42	
Miedo a la Madurez	Sí	490,75	,779
	No	495,99	
Conciencia Interoceptiva	Sí	462,74	,007
	No	513,15	
Ineficacia	Sí	454,72	,001
	No	518,07	
Perfeccionismo	Sí	476,94	,141
	No	504,46	
Desconfianza Interpersonal	Sí	465,18	,013
	No	511,66	
Ascetismo	Sí	464,45	,011
	No	512,11	
Impulsividad	Sí	488	,604
	No	497,68	
Inseguridad Social	Sí	468,36	,027
	No	509,71	

Prueba utilizada: U de Mann Whitney.

Los bailarines amateurs presentan menores niveles de autoestima respecto de los profesionales, sin hallarse diferencias significativas entre ambos grupos en lo que a malestar psicológico concierne. Los primeros, por su parte, puntúan significativamente más alto en OD, IC, CI, I, DI, A e IS con respecto a sus pares profesionales.

Discusión

El objetivo de esta investigación fue relacionar la Autoestima, Malestar Psicológico y Riesgo de padecer Trastornos de la Conducta Alimentaria [TCA] en bailarines clásicos de la República Argentina. Al respecto, la hipótesis principal planteaba que, a menor Autoestima, mayor es el Malestar Psicológico y el Riesgo de padecer TCA en la población de estudio. Dicha hipótesis se vio corroborada en los resultados. La relación inversa entre Autoestima y Malestar Psicológico puede ser explicada siguiendo los planteos de Loja Chumbi (2025) y

Estellés Moreno (2024), quienes plantean que mientras menor autoestima posea un sujeto más propenso será a padecer altos niveles de malestar psicológico.

Según dichos autores, cuando un atleta o bailarín interpreta su cuerpo objetivado, siente menos satisfacción corporal ya que su figura atlética no se condice con los ideales de belleza impuestos socialmente y, por consiguiente, siente que debe optar entre seguir teniendo un cuerpo que se ajuste a su deporte o descuidarlo para poder adecuarlo a otro validado socialmente.

Por su parte, la relación negativa entre Autoestima y Riesgo de TCA, se confirma y se ancla en los postulados de diversos autores (De Sousa Fortes et al., 2024; Kapoor et al., 2022; Loja Chumbi, 2025; Nuñez Udave et al., 2024; Ortiz Torres & Bonilla Basantes, 2022; Rojas Padilla, 2024; Valverde Martínez, 2023) sosteniendo que, cuanto menor nivel de autoestima posee un individuo, mayor es el riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria. Esto ocurre, según los autores mencionados, debido a que la insatisfacción corporal impacta nocivamente sobre la autoestima y se asocia a las exigencias que los bailarines siguen para cumplir con los estándares de belleza que socialmente se han establecido; en consecuencia, dichas presiones estéticas aumentan las probabilidades de padecer TCA.

Finalmente, la relación directa entre Malestar Psicológico y Riesgo de TCA hallada en esta investigación, encuentra sustento en los trabajos de un vasto número de autores (Del Valle Sarli Racioppi, 2022; Fostervold Mathisen et al., 2022; García-Arbona et al., 2023; Loja Chumbi, 2025; Negrete Acosta, 2022) quienes justifican dicho resultado esgrimiendo que los indicadores relacionados a conductas alimentarias anómalas están muy ligados a la presencia de desajuste social y psicológico, rasgos de inferioridad, rechazo, inhibición, escasa energía, impulsividad, dependencia, dificultad en la relación con el entorno que los rodea e inestabilidad en la percepción de la realidad, lo que evidencia un funcionamiento psicológico inadecuado.

Otra de las hipótesis formuladas planteaba que los niveles de Autoestima en la población son mayormente bajos, en tanto que el Malestar Psicológico y el Riesgo de TCA es elevado. Dicha hipótesis también pudo ser confirmada y este resultado está en sintonía con las puntualizaciones realizadas por los autores mencionados en los párrafos anteriores.

En lo que concierne al género, se planteó como hipótesis que los niveles de Autoestima son inferiores en mujeres. Dicha hipótesis también se vio confirmada y este resultado encuentra asidero en el estado del arte, tal como expresa Del Valle Sarli Racioppi (2022) quien plantea que en las mujeres se observan predominantemente rasgos de dependencia, infantilismo, ansiedad y baja autoestima; a diferencia de los hombres que denotan más conductas agresivas reprimidas.

Otra de las hipótesis planteadas sostenía que la autoestima se relaciona de manera directa con edad, horas semanales dedicadas a la disciplina y años de práctica, no

encontrándose diferencias entre los profesionales y amateurs. Esta se confirmó parcialmente, puesto que, si bien se encontraron asociaciones directas entre autoestima y edad, así como también entre autoestima y años de práctica, en lo que respecta a la autoestima y las horas semanales dedicadas a la disciplina, la relación fue inversa. Finalmente, en relación con los profesionales, éstos puntuaron más alto en la variable mencionada.

Si bien el último resultado requiere ulteriores investigaciones dadas las controversias en el estado del arte y las dificultades en la operacionalización del profesionalismo, es dable pensar que un bailarín profesional que sea consciente de sus capacidades y habilidades posea una mayor autoestima que quien se halla en una etapa de formación en sus primeros años. De ahí, podría inferirse y justificarse también, en sintonía con los planteos de Iglesias Suárez y De la Villa Moral Jiménez (2021), que en la medida que va aumentando la edad de un sujeto y los años de práctica dedicados a la disciplina, concomitantemente también aumenta su autoestima.

No obstante lo antedicho, se halló que a mayor cantidad de horas semanales dedicadas a la disciplina, menor autoestima poseen los sujetos de la muestra. Esto podría ser explicado teniendo en consideración las presiones sociales a las que se ven sometidos muchos bailarines y la sensación de que por más horas que ensayen nunca van a llegar a ese ideal impuesto en el ballet. En sintonía, dicha autoexigencia iatrogénica y respaldada socialmente, es la que podría producir una merma en la confianza en sí mismos, tal como expresan diferentes autores (e.g. Betancourt & Díaz, 2004; Pickard, 2015).

Asimismo, otra de las hipótesis secundarias esbozaba que el Malestar Psicológico y el Riesgo de TCA es mayor en mujeres y en sujetos profesionales. Dicha hipótesis se vio confirmada parcialmente, dado que no se encontraron diferencias significativas en Malestar Psicológico entre hombres y mujeres, a pesar de que el segundo grupo puntúa más alto, así como tampoco entre profesionales y no profesionales y, en lo que respecta a Riesgo de TCA, las mujeres y los sujetos amateurs puntúan más alto en la mayoría de las dimensiones que conforman el constructo. En este punto cabe mencionar que las mujeres presentaron niveles más altos de riesgo puesto que, siguiendo a Ortiz Torres y Bonilla Basantes (2022), son ellas el grupo más expuesto a las presiones sociales que se ejercen sobre sus cuerpos a lo largo del tiempo.

Por su parte, en lo que respecta a la mayor presencia de sintomatología asociada a riesgo de TCA en sujetos amateurs, es algo que podría explicarse teniendo en consideración la etapa de formación en la que se encuentran dichos bailarines y las exigencias propias de la disciplina, tal como se teorizó anteriormente.

Finalmente, se planteó que el Malestar Psicológico y el Riesgo de TCA son superiores en quienes poseen mayor cantidad de años en la disciplina y en quienes dedican mayor cantidad de horas semanales a la práctica de danza, en tanto que no existe relación estadísticamente significativa con edad. Dicha hipótesis también se confirmó parcialmente. En lo que respecta

a la edad, ésta se asoció negativamente con Malestar Psicológico y Riesgo de TCA en todas sus dimensiones menos Perfeccionismo. Por su parte, años de práctica se correlacionó de manera inversa con Malestar Psicológico y con Riesgo de TCA en la mayoría de sus dimensiones y sí se encontró una asociación positiva entre Malestar Psicológico y cantidad de horas semanales dedicadas a la disciplina, lo cual también se observó en Insatisfacción Corporal y Miedo a la Madurez. La relación entre edad y perfeccionismo denota que esta dimensión se ve en distintos rangos etarios y evidentemente son cuestiones más ligadas a las expectativas sociales en torno a las mujeres, mientras que la asociación inversa entre años de práctica de la disciplina y riesgo de TCA es un dato que requiere ulteriores investigaciones, puesto que se requiere una mayor gama de antecedentes que discriminen entre quienes realizan danza de manera lúdica/terapéutica y quienes lo hacen como sustento de vida.

Para culminar, en lo que atañe a las fortalezas de este trabajo, vale mencionar el amplio número muestral, la relevancia de la temática y el vasto número de antecedentes actualizados sobre el tema.

No obstante, en lo que respecta a las limitaciones, ha de mencionarse la heterogeneidad en la conformación de la variable género, donde predominó la categoría femenina en tanto que otras variables, tales como profesionalismo y cantidad de años dedicados a la disciplina, deben ser revisadas en futuras publicaciones sobre la temática, dado que se encontraron ciertas discrepancias en la interpretación de dichas variables por parte de los participantes, especialmente en lo concerniente a interpretar qué implicaba ser un profesional de dicha disciplina. Por tal motivo, se sugiere operativizar y profundizar en las definiciones conceptuales de las variables antes mencionadas para evitar sesgos a futuro, así como también realizar una mayor cantidad de estudios que discriminen entre participantes que eligen el baile como pasatiempo lúdico y recreativo e incluso terapéutico y quienes hacen del mismo una forma de vida y subsistencia.

Como reflexión final vale decir que es menester resaltar que el campo de la danza clásica no sólo produce mecanismos de control sobre los cuerpos que intentan insertarse en él, sino que instala un imaginario estético excluyente que legitima una corporalidad singular como ideal. Cuestionar este entramado simbólico permite abrir grietas en el paradigma hegemónico, visibilizando cómo criterios filosóficos, roles preestablecidos y objetos ritualizados reproducen formas de validación excluyentes. Deconstruir estos códigos implica no sólo ampliar el espectro de corporalidades reconocidas, sino también repensar la danza como lenguaje plural, inclusivo y políticamente situado.

Hasta este punto, resulta de vital importancia el trabajo preventivo a nivel psicológico, específicamente en las etapas de formación ya que la detección e intervención a tiempo de distintos malestares mentales, podría evitar ampliamente el declive del rendimiento artístico de los bailarines de danza clásica. En tal sentido, es importante poner el foco en dichas problemáticas ya que existe en esta disciplina una “cultura del silencio” lo que hace que los bailarines lidien con sus problemas sin una compañía adecuada. Asimismo, sería propicio

crear espacios de comunicación e implementar estrategias que ayuden a la comunidad de la danza a romper estigmas y trabajar con condiciones de salud óptimas.

Es esencial sugerir que la educación tradicional del ballet sea reestructurada, exigiendo pedagogía y cursos de capacitación para los educadores, como así también revisar los métodos implementados en dicha disciplina. Hasta la actualidad el sistema educativo sigue siendo autoritario e implementado desde un trato estigmatizante en la mayoría de los casos, lo que genera frustración, poca consideración por el esfuerzo individual y desmotivación en los bailarines. De este modo, la figura de los educadores debería regirse bajo el criterio y la responsabilidad de garantizar la salud de sus alumnos promoviendo un estilo de vida saludable y una adecuada integridad mental.

Por último, los resultados obtenidos dan cuenta de que los estándares corpóreos de élite se alejan de la realidad de sus practicantes promoviendo malestar psicológico y baja autoestima, por lo que la población estudiada se encuentra en riesgo de padecer TCA en el afán de cumplir con las exigencias de la cultura de la delgadez. Por lo antedicho, es sumamente necesario capacitar a los docentes para que no sean ellos quienes fomentan la aparición de dichos trastornos desde edades muy tempranas.

Referencias

- Ameri, G. (2022). *Pedagogía de la danza clásica desde una perspectiva psicomotriz. Una aproximación a la experiencia de los docentes que enseñan danza clásica en el nivel inicial*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de La Plata]. Repositorio institucional U.N.L.P. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.2016/te.2016.pdf>
- Andrade Gallego, M. A. (s.f.). *Calidad de vida y bienestar psicológico en adultos jóvenes de la ciudad de Pereira y su relación con la danza y la actividad física*. [Tesis de grado, Universidad Católica de Pereira]. Repositorio institucional U.C.P. <https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/ac8746ad-21b6-43f0-ac90-20f91f4d7308/content>
- Athanassopoulos Zamorano, N. (2022). *Estado actual del desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria en bailarines de Ballet Clásico*. [Trabajo Final de Maestría, Universidad Oberta de Cataluña]. Repositorio institucional U.O.C. <http://hdl.handle.net/10609/144086>
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & García Merita, M. L. (2000). Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314–319. https://www.researchgate.net/publication/28112412_Propiedades_Psicometricas_de_la_Escala_de_Satisfaccion_con_la_Vida_en_Adolescentes
- Baldó Vela, D., & Bonfanti, N. (2019). Evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en jugadores semiprofesionales de deportes de equipo. *Nutrición Hospitalaria*, 36(5), 1171–1178. <https://doi.org/10.20960/nh.02630>

- Baroni, B. S. S. (2017). *Trastornos de la conducta alimentaria en la danza: El curriculum oculto y la presencia de TCA en estudiantes adolescentes de 5° y 6° año de la carrera Danza del Instituto Superior de Arte del Teatro Colón*. [Tesis de maestría, Universidad de Flores]. Repositorio institucional U.F.L.O. <https://repositorio.uflo.edu.ar/entities/tesis%20de%20maestr%C3%ADa/556f25af-44ae-42d2-b85d-76d6bece4951>
- Betancourt León, H., & Díaz, M. E. (2004). *Análisis longitudinal de los indicadores Peso-Edad, Talla-Edad y Peso-Talla en adolescentes de la Escuela Nacional de Ballet de Cuba*. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 18(2). https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522005000200006
- Bettle, N., Bettle, O., & Neumärker, K.-J. (2001). Body image and self-esteem in adolescent ballet dancers. *Perceptual and Motor Skills*, 92(3), 877–889. <https://doi.org/10.2466/pms.2001.92.3.877>
- Biddle, S. J., Ciacconi, S., Thomas, G., & Vergeer, I. (2019). Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 146-155. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.011>
- Brenlla, M. E., & Aranguren, M. (2010). Adaptación argentina de la escala de malestar psicológico de Kessler (K10) [en línea]. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú* 28,(2). <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/6215>
- Buckroyd, P. (2000). *The student dancer: Emotional aspects of the teaching and learning of dance*. Londres: Dance Books. https://www.researchgate.net/publication/229070926_The_Student_Dancer_Emotional_Aspects_of_the_Teaching_and_Learning_of_Dance
- Cano Calzado, M. (2022). *Programa de intervención grupal sobre variables psicosociales en jóvenes practicantes de danza*. [Trabajo Final de Maestría, Universidad Nacional de Córdoba]. Repositorio institucional U.N.C. https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/24712/TFM_marta_cano_calzado.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Citro, S. (2014). Cuerpos significantes. Nuevas travesías dialécticas. *Corpo-grafías: estudios críticos de y desde los cuerpos*, 1(1), 10-43. https://notablesdelaciencia.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/46155/CONICET_Digital_Nro.2fe157fa-5e6a-491d-83c6-db4bd890a1cf_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Del Valle Sarli Racioppi, B. (2022). *Percepción de la imagen corporal y conductas hacia la comida en bailarines de ballet clásico*. [Tesis de grado, Universidad Central de Venezuela]. Repositorio institucional U.C.V. http://saber.ucv.ve/bitstream/10872/22292/1/barbara_sarli_trabajo_final.pdf
- De Sousa Fortes, L., Ciprianib, F. M., Coelhob, F. D., Paesb, S. T., & Ferreirab, M. E. C. (2024). ¿La autoestima afecta los niveles de insatisfacción corporal en las adolescentes?. *Revista Paulista de Pediatría*, 32(3), 236-240. doi.org/10.1155/2014/574682 <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4227346/>
- Donti, O., Donti, A., Gaspari, V., Pleksida, P., & Psychountaki, M. (2021). Are they too perfect to eat healthy? Association between eating disorder symptoms and perfectionism in adolescent rhythmic gymnasts. *Eating Behaviors*, 41, 101514. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.101514>

- Estellés Moreno, S. (2024). *La relación entre la imagen corporal y la autoestima en atletas femeninas*. [Tesis de grado, Universidad Miguel Hernández]. Repositorio institucional U.M.H.
 UMH: [Repositorio RediUMH](https://dspace.umh.es/bitstream/11000/33622/1/TFG%20SARA%20ESTELL%c3%89S%20MORENO.pdf)
<https://dspace.umh.es/bitstream/11000/33622/1/TFG%20SARA%20ESTELL%c3%89S%20MORENO.pdf>
- Fernández-Bustos, J.-G., González-Martí, I., Contreras, O., & Cueva, R. (2014). *Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescentes*. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 323–329. [https://doi.org/10.1016/S0120-0534\(15\)30003-0](https://doi.org/10.1016/S0120-0534(15)30003-0)
- Fostervold Mathisen, T. F., Sundgot-Borgen, C., Anstensrud, B., & Sundgot-Borgen, J. (2022). Mental health, eating behaviour and injuries in professional dance students. *Research in Dance Education*, 23(1), 108–125. <https://doi.org/10.1080/14647893.2021.1993171>
- Foucault, M. (1979). *The Archaeology of Knowledge*. (7ed.) Londres: Tavistock. Trad. cast.: Arqueología del saber. México XXI https://archive.org/details/the_archeology_of_knowledge
- Fredrickson, B. L. & Roberts, T.A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173–206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- García-Arbona, A., Losada, A. V., González-Insua, F., & Aceiro, M. A. (2023). Relación entre las conductas alimentarias patológicas y el malestar psicológico en bailarines interdisciplinarios. *Revista Psicología UNEMI*, 7(13), 64–72. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss13.2023pp64-72p>
- García Orjuela, C. J. (2025). *Correlación del optimismo disposicional y el malestar psicológico en deportistas de la liga tolimese de Muay Thai* [Tesis de grado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. Repositorio institucional U.N.A.D.
<https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/67246/cjgarciao.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Garner, D.M. & Garfinkel, P.E. (1980). Sociocultural factors in the development of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 10, 647-656.
https://www.academia.edu/5593177/Sociocultural_factors_in_the_development_of_anorexia_nervosa
- Gouttebauge, V., Castaldelli-Maia, J. M., Gorczynski, P., Hainline, B., Hitchcock, M. E., Kerkhoffs, G. M., Rice, S. M., & Reardon, C. L. (2019). Occurrence of mental health symptoms and disorders in current and former elite athletes: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 700–706. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100671>
- Goenaga Diéguez, A. (2021). *Trastornos alimentarios: Una perspectiva socio-cultural*. [Tesis de grado, Universidad de Santiago de Compostela]. Repositorio institucional U.S.C. <https://minerva.usc.gal/rest/api/core/bitstreams/945a9fcd-6412-4d80-8697-453098e36305/content>
- Gómez-Chávez, L. F. J., Cortés-Almanzar, P., Moedano-Oliva, N. I., Arteaga-Ochoa, Y. A., & Aguirre-Rodríguez, L. E. (2022). Malestar psicológico y actividad física en adultos de Puerto Vallarta, México: análisis local 2021. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 11(2), 121–133. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2022.v11i2.14684>
- Guillot, G., & Prodhommeau, G. (1984). *Danza contemporánea y expresión corporal* (1.ª ed.). [Editorial no especificada].

- Henriksen, K., Schinke, R., Moesch, K., McCann, S., Parham, W., Larsen, C. H., & Terry, P. (2019). Consensus statement on improving the mental health of high performance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 553-560. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1612197X.2019.1570473>
- Iglesias Suárez, C., & De La Villa Moral Jiménez, M. (2021). Rendimiento deportivo en atletas federados y su relación con autoestima, motivación e inteligencia emocional. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 6(2), 1–13. <https://doi.org/10.5093/rpade2021a15>
- Junge, A., Hauschild, A., Stubbe, J. H., & van Rijn, R. M. (2024). Health problems of professional ballet dancers: An analysis of 1627 weekly self-reports on injuries, illnesses and mental health problems during one season. *Sports Medicine*, 10(79). <https://doi.org/10.1186/s40798-024-00753-1>
- Junge, A., & Hauschild, A. (2025). Prevalence of mental health problems and their potential association with sleep disturbance, coping skills and social support in professional ballet dancers. *Journal of Dance Medicine & Science*, 29(2), 106–115. <https://doi.org/10.1177/1089313X241277930>
- Kapoor, A., Upadhyay, M. K., & Saini, N. K. (2022). Relationship of eating behavior and self-esteem with body image perception and other factors among female college students of University of Delhi. *Journal of Education and Health Promotion*, 11, 80. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_855_21
- Kuettel, A. & Larsen, C.H. (2020). Risk and protective factors for mental health in elite athletes: a scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 231-265. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2019.1689574>
- Le Breton, D. (2018). *La sociología del cuerpo*. Madrid: Siruela.
- Lima, D. G., Gabrielli, S., Victor, E., Zbonik, A., & Cunha, A. G. J. (2019). The positive impact of physical activity on the reduction of anxiety scores: A pilot study. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 65(3), 434-440. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.65.3.434>
- Loja Chumbi, S. Y. (2025). *Insatisfacción corporal y conductas alimentarias de riesgo en bailarines de la ciudad de Cuenca, periodo 2024–2025*. [Tesis de grado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional UCUENCA. <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/69fb2230-2645-4e10-8979-316782607538/content>
- López García, A. M. del C. (2021). *Nivel de bienestar psicológico en jóvenes y adultos de una academia privada de La Antigua Guatemala que practican danza*. [Tesis de grado, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio institucional URL. <https://biblior.url.edu.gt/wp-content/uploads/publiwvvg/Tesis/2022/05/42/Lopez-Marcela.pdf>
- López Velazco, M., Cervantes-Mendoza, D. A., Alba-Belmares, R. M., Magaña-Camacho, M., Lezama-Riéboles, A., Ramírez-Colunga, A. Y., & 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/10.33064/501m20223544>
- Lorenzón, J. I., González Insua, F., Aceiro, M. A., & Delfino, G. (2022). Malestar psicológico relacionado a características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en jóvenes deportistas. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), (1-13). <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2685>

- Maradiegue Lerose, D. A. (2021). *Imagen corporal y perfeccionismo en bailarinas jóvenes de Lima Metropolitana*. [Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio institucional U.P.C. <http://hdl.handle.net/10757/654811>
- Martínez Rodríguez, A., Vicente-Martínez, M., Sánchez-Sánchez, J., Miralles-Amorós, L., Martínez-Olcina, M., & Sánchez-Sáez, J. A. (2021). Eating disorders in top elite beach handball players: Cross sectional study. *Children*, 8(3), 245. <https://doi.org/10.3390/children8030245>
- Masetti, M. (2013). *Corporalidades en la danza*. Instituto Superior Provincial de Danzas, Rosario. Actas del III Encuentro Platense de Investigadores/as sobre Cuerpo en las Artes Escénicas y Performáticas, 207-213. *Corporalidades en la danza* https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/52162/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Megías Cuenca, M. I. (2009). *Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza*. [Tesis de grado, Universidad de Valencia]. Repositorio institucional U.V. <http://hdl.handle.net/10803/31869>
- Negrete Acosta, M. (2022). *Factores de la salud mental en profesionales de la danza*. [Tesis de grado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional U.P.C.H. <http://hdl.handle.net/20.500.12866/13232>
- Núñez Udave, L. F., Tapia García, E. J., Castro Saucedo, L. K., De León Alvarado, C. A., Martínez Bernal, L. J., Bruno, F., & García, R. A. (2024). Insatisfacción corporal en mujeres desde la autoestima, la imagen estandarizada y la cosificación. *Margen: Revista de Trabajo Social y Ciencias Sociales*, (115), 1-19. <https://www.researchgate.net/publication/387133816>
- Ocampo, T-G. T., López, A. X., Álvarez, R. G. & Mancilla, D. J. M. (1999). Percepción de la imagen corporal en estudiantes de danza clásica con y sin trastorno alimentario. En S. F. Peña y R. R. Ramos, (eds.), *Estudios de Antropología Biológica*, 9, pp. 521-535. https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2015v24n1/revpsidep_a2015v24n1p37.pdf
- Ortiz Torres, N. E., & Bonilla Basantes, P. J. (2022). Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la autoestima en deportistas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10240–10258. <https://doi.org/10.37811/clrcm.v6i6.4129>
- Petrie, T. A. (1996). Differences between male and female college lean sport athletes, nonlean sport athletes, and nonathletes on behavioral and psychological indices of eating disorders. *Journal of Applied Sport Psychology*, 8, 218-230. https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2015v24n1/revpsidep_a2015v24n1p37.pdf
- Pickard, A. (2015). *Ballet body narratives: pain, pleasure and perfection in embodied identity*. Alemania: Peter Lang A.G. <https://doi.org/10.3726/b10534>
- Ragno González, A. (2024). *Relación entre deportes estéticos, perfeccionismo y trastornos de la conducta alimentaria*. [Tesis de grado, Universidad Miguel Hernández]. Repositorio institucional U.M.H. <https://dspace.umh.es/bitstream/11000/32670/1/TFG%20ANNA%20RAGNO.docx%20.pdf>
- Reina Gómez, Á. (2003). Problemas de propiocepción: ¿consecuencia o causante de los esguinces de tobillo? Aplicación al Ballet Clásico. *Revista Digital EFDeportes*, (62). <http://www.efdeportes.com/>

- Roca-Amat, A., & García-Alandete, J. (2024). Beneficios psicológicos de la danza: Una revisión sistemática. *Escritos de Psicología*, 17(1), 9–20. <https://doi.org/10.24310/escpsi.17.1.2024.17027>
- Rojas Padilla, I. C. (2024). *Actitudes alimentarias, imagen corporal y autoestima en jóvenes atletas colombianos*. [Tesis doctoral, Universidade de Vigo]. Repositorio institucional E.I.D.O. <https://hdl.handle.net/11093/7038>
- Román Fuentes, E., Ronda Pérez, E., & Carrasco Portiño, M. (2024). *Danza profesional: Una revisión desde la salud laboral*. Servicio de Prevención, Ayuntamiento de Elche; Área de Medicina Preventiva y Salud Pública, Universidad de Alicante; CIBER Epidemiología y Salud Pública. <https://doi.org/10.1590/S1135-57272009000400007>
- Rutzstein, G., Armatta, A. M., Casquet, A., Leonardelli, E., López, P., Marola, M. E., Moiseeff, C., Murawski, B. & Redondo, G. (2006). *Body image and eating disorders in ballet students*. Póster presentado en International Conference on Eating Disorders, Barcelona, España.
- Rutzstein, G., Armatta, A. M., Leonardelli, E., Lievendag, L., Maglio, A. L., Marola, M. E., Murawski, B., Diez, M., Otalora, J., & Sarudiansky, M. (2007). *Trastornos alimentarios en estudiantes de ballet: identificación de casos con riesgo*. XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-073/147>
- Schultchen, D., Reichenberger, J., Mittl, T., Weh, T. R., Smyth, J. M., Blechert, J., & Pollatos, O. (2019). Bidirectional relationship of stress and affect with physical activity and healthy eating. *British Journal of Health Psychology*, 24(2), 315-333. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12355>
- Tambutti, S. A. (2016). *Nuevos comportamientos teatrales en la danza a partir del campo emergente de la performance*. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Filosofía y Letras. http://dspace5.filo.uba.ar/bitstream/handle/filodigital/3665/uba_ffyl_p_2016_art_Seminario_Nuevos%20comportamientos%20teatrales%20en%20la%20danza%20a%20partir%20del%20campo%20emergente%20de%20la%20performance.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Tapiador, M., & Jamila, D. (2023). Democratización de la pedagogía de danza: Integrando cuerpo—emoción a la identidad artística. *Revista Danzaratte*, (16), 7–18. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9810473>
- Valverde Martínez, L. (2023). *Tipo de danza, imagen corporal y riesgo de padecer un TCA*. [Tesis de grado, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio institucional U.P.C. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/74179/TFM%20-%20Valverde%20Martinez%2c%20Laura.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vergara Vilchez, N., Fuentes Sandoval, A., Gonzales Chacana, H., Cadagan Fuentes, C., Morales Yañez, S., Poblete Gálvez, C., & Poblete Aro, C. E. (2021). Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: Una revisión. *Retos*, 40, 385–392. <https://doi.org/10.47197/retos.v40i40.85525>
- Villarreal, M. X. R., & Cruz, D. M. Á. A. (2023). Estereotipos de género. Un estudio descriptivo desde el preescolar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 9499-9513. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5154
- Weiner, B. (2014). The attribution approach to emotion and motivation: history, hypotheses, home runs, headaches/heartaches. *Emotion Review* 6(4), 353-361. <https://doi.org/10.1177/1754073914534502>

Zhang, Y., Noh, Y.-E., & Liu, S. (2025). *Psychological interventions for dancers' mental health: A systematic review*. *BMC Psychology*, 13, 1392. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03724-7>