

## **Escala de Apreciación Corporal-2 (BAS-2)**

**(Body Appreciation Scale-2)**

(Góngora et al., 2020)

### **CÓMO CITAR ESTA TÉCNICA:**

Góngora, V. C., Cruz Licea, V., Mebarak Chams, M. R., & Thornborrow, T. (2020). Assessing the measurement invariance of a Latin-American Spanish translation of the Body Appreciation Scale-2 in Mexican, Argentinean, and Colombian adolescents. *Body image*, 32, 180-189. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.01.004>

## FICHA TÉCNICA

**Autores originales:** Tylka y Wood-Barcalow (2015)

**Autores de la adaptación argentina:** Vanesa Góngora y colaboradores

**Año:** 2020

**Finalidad:** Evalúa los tres aspectos de la apreciación corporal: la aceptación del cuerpo, el respeto del cuerpo y protección del cuerpo resistiendo influencias de la apariencia de los medios.

**Cantidad de ítems:** 10. No tiene ítems inversos. Escala Likert en 5 posiciones de 1 (nunca) a 5 (siempre).

**Subescalas:** El BAS-2 no posee subescalas. Es una medida general del nivel de apreciación corporal.

**Aplicación:** Individual o grupal

**Edad de aplicación:** 18 años en adelante.

**Tipificación local:** Baremos generales para personas de 18 años en adelante. Población Argentina. Baremos actualizados al: 2022.

**Ámbitos de aplicación:** Población general no consultante.

**Materiales:** Se puede administrar de forma online o presencial.

## **BREVE FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA ESCALA**

La apreciación corporal implica la aceptación y respeto por el propio cuerpo, tener opiniones favorables hacia el cuerpo y el rechazo de los ideales de belleza promovidos por los medios de comunicación como la única forma de belleza humana (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). (Swami et al., 2020) han demostrado que este concepto es la medida más cercana y precisa de la imagen corporal positiva. La apreciación corporal se ha considerado un filtro protector, que puede amortiguar los efectos negativos de los medios masivos y redes sociales sobre la imagen corporal inducidos por las imágenes de ideal de delgadez que se presentan (Andrew et al., 2015). Si bien la apreciación corporal es relativamente estable puede ser modificada a través de distintas intervenciones (Halliwell et al., 2015; Sundgot-Borgen et al., 2019).

Distintas investigaciones sobre la apreciación corporal han demostrado su asociación con diferentes variables positivas como son: el comer intuitivo (saludable), la autocompasión, la satisfacción con la vida, la satisfacción sexual, el bienestar psicológico, con conductas relacionadas con la salud como realización de autoexamen de mamas o examen de detección de cáncer de piel y un estilo de vida saludable (Alcaraz-Ibañez et al., 2017; Andrew et al., 2016; Linardon et al., 2022; Robbins & Reissing, 2018; Swami et al., 2018; Tylka & Huellemann, 2023). Asimismo, los estudios han demostrado que se relaciona con bajos niveles de: depresión, con la disminución de problemas de la conducta alimentaria y menor perfeccionismo desadaptativo (Baceviciene & Jankauskiene, 2020; Gillen, 2015; O'Connor et al., 2024).

Los diferentes estudios internacionales han demostrado que los hombres presentan mayor apreciación corporal que las mujeres y a menor edad las diferencias suelen ser más grandes entre hombres y mujeres (He et al., 2020; Kertechian & Swami, 2017).

Los estudios con la validación para Latinoamérica del BAS-2, encontraron que los adolescentes de Argentina mostraron una menor apreciación corporal en comparación con los de México y Colombia. Por su parte, las mujeres tuvieron una menor apreciación corporal que los hombres, y la mayor diferencia de género se encontró en la muestra argentina (Góngora et al., 2020) (Góngora et al. 2020). Una mayor apreciación corporal se asoció con mayor cantidad de horas de actividad física, menor índice de masa muscular, menor insatisfacción corporal y menor interiorización de los ideales de belleza que presentan los medios (Gongora et al., 2024). La apreciación corporal mostró ser una variable protectora de la insatisfacción con la imagen corporal frente a ciertas actividades en redes sociales en adolescentes y hombres y mujeres adultos (Berri & Góngora, 2021; Góngora, 2023).

## EVIDENCIAS PSICOMÉTRICAS

La escala cuenta con excelentes indicadores de fiabilidad y resultó válida para evaluar apreciación corporal en población general adolescente de Argentina, México y Colombia.

*Estudio en donde se realizaron los análisis psicométricos:*

Góngora, V. C., Cruz Licea, V., Mebarak Chams, M. R., & Thornborrow, T. (2020). Assessing the measurement invariance of a Latin-American Spanish translation of the Body Appreciation Scale-2 in Mexican, Argentinean, and Colombian adolescents. *Body image*, 32, 180-189. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.01.004>

## EVALUACIÓN

Se obtiene una puntuación total de la escala al sumar los puntajes de cada uno de los 10 ítems. Los ítems se evalúan en base a la siguiente escala:

**Siempre: 5, A menudo: 4, A veces: 3, Rara vez: 2, Nunca: 1**

Se realiza un promedio de las puntuaciones que debe dar entre 1 y 5. En base a los baremos diferenciados para hombres y mujeres se puede calcular el valor percentilar. Percentiles menores a 25 se consideran bajos y mayores a 75 altos.

## INTERPRETACIÓN

Los resultados de esta escala indican que a mayor puntaje, mejor apreciación corporal.

Una puntuación alta en el BAS-2 señala que la persona acepta, respeta y protege su resistiendo las influencias centradas en la apariencia de los medios.

## BAREMO

*Características de la muestra utilizada:* N= 1210, separados para varones y mujeres, mayores de 18 años, población general argentina, 2022

PUNTAJE T	Hombres	Mujeres
<b>5</b>	2.30	1.90
<b>10</b>	2.70	2.40
<b>25</b>	3.30	3.10
<b>50</b>	3.90	3.90
<b>75</b>	4.50	4.40
<b>90</b>	4.90	4.90
<b>99</b>	5.00	5.00

## Escala de Apreciación Corporal-2 (BAS-2)

(Body Appreciation Scale-2)

(Góngora et al., 2020; Tylka & Wood-Barcalow, 2015)

Instrucciones: Por favor, indique con qué frecuencia las siguientes afirmaciones son ciertas para usted (nunca, rara vez, a veces, a menudo, o siempre)

		SIEMPRE	A MENUDO	A VECES	RARA VEZ	NUNCA
1	Respeto mi cuerpo					
2	Me siento bien con mi cuerpo					
3	Siento que mi cuerpo tiene al menos algunas cualidades buenas					
4	Tengo una actitud positiva hacia mi cuerpo					
5	Estoy atento/a a las necesidades de mi cuerpo					
6	Siento amor por mi cuerpo					
7	Valoro las características únicas y diferentes de mi cuerpo					
8	Mi comportamiento refleja una actitud positiva con respecto a mi cuerpo (por ejemplo: voy con la cabeza alta y sonrío)					
9	Me siento a gusto con mi cuerpo					
10	Me siento lindo/a aunque sea diferente de las imágenes de gente atractiva que aparecen en los medios de comunicación (por ejemplo: modelos, actrices/actores)					

## REFERENCIAS

- Alcaraz-Ibañez, M., Cren Chiminazzo, J. G., Sicilia, Á., & Teixeira Fernandes, P. (2017). Examining the psychometric properties of the Body Appreciation Scale-2 in Brazilian adolescents. *Psychology, Society & Education*, 9(3), 505-515. <https://doi.org/10.25115/psye.v9i3.1101>
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2015). The protective role of body appreciation against media-induced body dissatisfaction. *Body image*, 15, 98-104. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.07.005>
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2016). Predictors and health-related outcomes of positive body image in adolescent girls: A prospective study. *Developmental Psychology*, 52(3), 463-474. <https://doi.org/10.1037/dev0000095>
- Baceviciene, M., & Jankauskiene, R. (2020). Associations between Body Appreciation and Disordered Eating in a Large Sample of Adolescents. *Nutrients*, 12(3), 752. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu12030752>
- Berri, P. A., & Góngora, V. C. (2021). Imagen corporal positiva y redes sociales en población adulta del área metropolitana de Buenos Aires/Positive body image and social networks in adult population of the metropolitan area of Buenos Aires. *Ciencias Psicológicas*, 15(1), e2398. <https://doi.org/https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2398>.
- Gillen, M. M. (2015). Associations between positive body image and indicators of men's and women's mental and physical health. *Body image*, 13, 67-74. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.01.002>
- Góngora, V. C. (2023). Social networking activities, body dissatisfaction, beauty ideals and body appreciation in adult women. *Psychology, Society & Education*, 15(2), 19-27. <https://doi.org/10.21071/pse.v15i2.15798>
- Góngora, V. C., Cruz Licea, V., Mebarak Chams, M. R., & Thornborrow, T. (2020). Assessing the measurement invariance of a Latin-American Spanish translation of the Body Appreciation Scale-2 in Mexican, Argentinean, and Colombian adolescents. *Body image*, 32, 180-189. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.01.004>
- Gongora, V. C., Martínez Banfi, M., Quiroz Molinares, N., Mercado, S., & Mebarak, M. (2024). Relación entre la Imagen Corporal Positiva, la insatisfacción corporal, la actividad física, la interiorización de los ideales de belleza y el índice de masa corporal en adolescentes de la Costa Caribe Colombiana. *Psicología desde el Caribe*, 41(1), 1.
- Halliwel, E., Jarman, H., McNamara, A., Risdon, H., & Jankowski, G. (2015). Dissemination of evidence-based body image interventions: A pilot study into

- the effectiveness of using undergraduate students as interventionists in secondary schools. *Body image*, 14, 1-4.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.02.002>
- He, J., Sun, S., Zickgraf, H. F., Lin, Z., & Fan, X. (2020). Meta-analysis of gender differences in body appreciation. *Body image*, 33, 90-100.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.011>
- Kertechian, S., & Swami, V. (2017). An examination of the factor structure and sex invariance of a French translation of the Body Appreciation Scale-2 in university students. *Body image*, 21, 26-29.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.02.005>
- Linardon, J., McClure, Z., Tylka, T. L., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2022). Body appreciation and its psychological correlates: A systematic review and meta-analysis. *Body image*, 42, 287-296.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.003>
- O'Connor, K., Karl, J., & Dunne, S. (2024). Picture perfect: Exploring the relationship between problematic TikTok use, physical appearance perfectionism, and upward physical appearance comparison on body appreciation. *Current Research in Behavioral Sciences*, 7, 100156.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2024.100156>
- Robbins, A.-R., & Reissing, E. D. (2018). Appearance Dissatisfaction, Body Appreciation, and Sexual Health in Women Across Adulthood. *Archives of Sexual Behavior*, 47(3), 703-714. <https://doi.org/10.1007/s10508-017-0982-9>
- Sundgot-Borgen, C., Friborg, O., Kolle, E., Engen, K. M. E., Sundgot-Borgen, J., Rosenvinge, J. H., Pettersen, G., Klungland Torstveit, M., Piran, N., & Bratland-Sanda, S. (2019). The healthy body image (HBI) intervention: Effects of a school-based cluster-randomized controlled trial with 12-months follow-up. *Body image*, 29, 122-131.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.03.007>
- Swami, V., Furnham, A., Horne, G., & Stieger, S. (2020). Taking it apart and putting it back together again: Using Item Pool Visualisation to summarise complex data patterns in (positive) body image research. *Body image*, 34, 155-166.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.05.004>
- Swami, V., Weis, L., Barron, D., & Furnham, A. (2018). Positive body image is positively associated with hedonic (emotional) and eudaimonic (psychological and social) well-being in British adults. *The Journal of Social Psychology*, 158(5), 541-552.  
<https://doi.org/10.1080/00224545.2017.1392278>



- Tylka, T. L., & Huellemann, K. L. (2023). Self-Compassion and Body Image. In A. Finlay-Jones, K. Bluth, & K. Neff (Eds.), *Handbook of Self-Compassion* (pp. 183-200). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-22348-8\\_11](https://doi.org/10.1007/978-3-031-22348-8_11)
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body image*, 12, 53-67. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.006>