

ÍNDICE CINTURA-CADERA EN MUJERES QUE SE PERCIBE COMO MÁS ATRACTIVO POR HOMBRES DE 20 A 30 AÑOS DE EDAD

Ramírez López Erik^{1*}, Ramos Trujillo Amanda¹, Rodríguez Mónica Trejo¹, Puente Hernández Debbie Samantha¹, Mata Obregón María del Carmen¹

¹Universidad Autónoma de Nuevo León, Facultad de Salud Pública y Nutrición

*Correo electrónico: Erik.ramirezl@uanl.mx

RESUMEN

Introducción: En mujeres, se sugiere que una figura con un índice cintura-cadera (ICC) de 0.7 corresponde a una distribución de grasa óptima indicando mayor fertilidad y es más atractiva hacia los hombres. Sin embargo, se han reportado otras preferencias en la relación ICC por hombres de distintas poblaciones. **Material y métodos:** Estudio transversal descriptivo. Se entrevistaron 101 hombres universitarios de 20 a 30 años de edad. Se pidió indicar la silueta más atractiva utilizando la escala de Rozmus-Wrezeniska (2014) que presenta dos filas de 5 siluetas cada una con cambio en el ICC de 0.6 a 0.8 manteniendo la misma circunferencia de cadera en la fila superior y la circunferencia de cintura en la fila inferior. **Resultados:** Cuando se hizo variar la circunferencia de cintura sin cambiar la circunferencia de cadera, 32.6% de los hombres consideró un ICC de 0.6 en las mujeres como más atractivo ($P < 0.0001$). Cuando se hizo variar la cadera sin cambiar la cintura, 20.7% consideraron un ICC de 0.6 como más atractivo ($P < 0.0001$). Se encontró además que 82.1% prefirió una distribución de grasa en las mujeres en el área de caderas y piernas. **Discusión y conclusiones:** El ICC de 0.6 en las mujeres es el que se percibe como más atractivo por un grupo de estudiantes universitarios de 20 a 30 años de edad. Una circunferencia de cintura más estrecha se prefiere aun cuando el tamaño de cadera varía o no cambia. Los jóvenes prefieren en las mujeres una mayor distribución de grasa en caderas y piernas. **Palabras claves:** Índice cintura-cadera, distribución de grasa corporal, figura corporal atractiva.

ABSTRACT

Introduction: In women, it is suggested that a figure with a waist-hip ratio (WHR) of 0.7 corresponds to an optimal fat distribution indicating greater fertility and is more attractive to men. However, there have been other preferences in relation ICC by men of different populations. **Material and methods:** Cross-sectional study. 101 college men were interviewed 20 to 30 years old. He was asked to indicate the most attractive silhouette using scale Rozmus-Wrezeniska (2014) having two rows of 5 silhouettes each with change in the ICC 0.6 to 0.8 while maintaining the same hip circumference in the top row and waist circumference on the bottom row. **Results:** When was varied waist circumference without changing the hip circumference, 32.6% of men found an ICC of 0.6 on women as more attractive ($P < 0.0001$). When hip was varied without changing the waist, 20.7% saw a 0.6 ICC as more attractive ($P < 0.0001$). It was also found that 82.1% preferred a fat distribution in women in the area of hips and legs. **Discussion:** a group of university students from 20-30 years old perceives the ICC 0.6 in women as more attractive. A narrower waist circumference is preferred even though hip size varies or does not change. Young women prefer a greater distribution of fat in the hips and legs. **Key words:** Waist-hip ratio, body fat distribution, attractive body shape.

Introducción

Existen características morfológicas que se correlacionan con el atractivo físico. En mujeres, dos características son la distribución de la grasa corporal y el índice cintura cadera. Las investigaciones se han centrado en el índice cintura cadera (ICC) y se sugiere que un ICC entre 0.65 y 0.7 es percibido como más atractivo y más femenino (Fink, Klappauf, Brewer, & Shackelford, 2014).

Swami concluye que un ICC de 0.7 corresponde a la distribución grasa óptima que indica mayor fertilidad, siendo también una figura más atractiva (Furnham, Petrides, & Constantinides, 2005). Estos rasgos de la morfología femenina involucrados en el atractivo están ligados a las cualidades relacionadas a la salud y potencial reproductivo.

A lo largo de los años, se han revisado numerosas evidencias que sugieren una íntima relación entre el ICC y la salud y el potencial reproductivo de las mujeres. (Urquiza & Dickinson, 2007) (Singh, 1993). Un $ICC \geq 0.8$ en mujeres se relaciona con mayor riesgo a desarrollar enfermedades cardiovasculares y también se asocia a un menor atractivo físico (Faries & Bartholomew, 2012) (Han, Van Leer, Seidell, & Lean, 1995).

El ideal de belleza ha ido cambiando con el paso del tiempo. El cambio de la preferencia de la composición corporal inició en 1900, cambiando de la preferencia de una imagen robusta, relacionada con abundancia y salud, a una figura más esbelta (Cogan, Bhalla, Sefa-dede, & Rothblum, 1996). Una figura femenina con figura corporal en reloj de arena continua siendo más atractiva,

sin embargo, se ha observado una tendencia hacia la delgadez, pero sin modificar la figura femenina a una más tubular.

Las medidas de las concursantes de belleza de Estados Unidos en 1940 era 34-24.5-35 pulgadas (ICC=0.70), modificada ligeramente hasta 1987 donde eran de 35-23.5-34.5 pulgadas (ICC=0.68), manteniendo un ICC bajo pero con tendencia a la delgadez (Singh, 1993).

Debido a que los factores socioculturales, entre otros, pueden modificar la percepción de los hombres hacia una determinada figura femenina, nos planteamos el siguiente problema para un estudio piloto: ¿Cuál es la distribución de grasa corporal en las mujeres que se percibe como más atractiva en hombres de 20 a 30 años en una universidad en el norte del país?

Material y métodos

Se trata de un estudio piloto de corte transversal no probabilístico. El protocolo fue registrado para su aprobación por el comité de investigación de la Facultad de Salud Pública y Nutrición de la UANL. Esta investigación se desarrolló en la ciudad de Monterrey, Nuevo León, México. Se encuestó a 101 jóvenes universitarios de 20 a 30 de distintas facultades.

Para evaluar el atractivo físico o conocer la percepción de los hombres hacia determinado ICC de las mujeres, se realizó una encuesta considerando las imágenes utilizadas en el estudio de Rozmus-Wrezeniska 2004. Además, se empleó una figura para indagar la preferencia en la distribución de la grasa corporal en el

cuerpo de una mujer. Otras preguntas fueron sobre información demográfica.

A los sujetos se les comentó el objetivo y la encuesta sin mencionar palabras como “cintura, cadera, distribución de la grasa, peso corporal” o cualquier otra que pudiera influir en la idea o percepción de los participantes. Solo se les indicó que marcaran, según la sección, la figura que se les hiciera más atractiva. Se entregó la encuesta a aquellos que aceptaban participar y se explicaba lo que se pedía en cada apartado de la encuesta. Una vez terminada la encuesta, sólo se revisaba que las preguntas estuvieran completamente contestadas.

No se solicitó el nombre de los participantes y los datos recabados fueron manejados confidencialmente y solo para fines de investigación. Al final de la encuesta, se pedía que anotaran su correo electrónico si deseaban conocer los resultados obtenidos en la investigación.

El análisis estadístico se realizó con el paquete estadístico MedCalc (versión 14.12.0) para evaluar la distribución de grasa en las mujeres que se considera más atractiva por los hombres. El test de Chi cuadrada se empleó para comparar las frecuencias en la preferencia de determinado ICC o de la distribución de grasa en brazos u hombros, abdomen, cadera o piernas.

Resultados

La edad promedio de los sujetos fue de 23.9 años (± 3.0). La Tabla 1 muestra el número de encuestados que consideraron entre distintos ICC el más atractivo independientemente de la variación en cintura o cadera. El ICC de 0.6 fue considerado como más atractivo en 53.4% de los casos.

Tabla 1. Preferencia de diferentes índices de cintura cadera, independientemente del cambio en cintura o cadera en hombres de 20 a 30 años de edad.

Índice cintura-cadera	0.6	0.65	0.7	0.75	0.8
Total de encuestados (n)	54	24	12	6	5

En la Tabla 2 se muestra que cuando se hizo variar la circunferencia de cintura sin cambiar la circunferencia de cadera, 32.6% de los sujetos de estudio consideró un ICC de 0.6 como más atractivo ($P < 0.001$). Cuando se hizo variar la cadera sin cambiar la cintura, 20.7% consideró un ICC de 0.6 como más atractivo ($P < 0.001$).

Tabla 3. Percepción de atractivo en diferentes ICC, considerando el cambio en cintura o cadera en hombres de 20 a 30 años de edad.

Variación del ICC en cintura o cadera	Índice cintura-cadera					P
	0.6	0.65	0.7	0.75	0.8	
Variación en cintura (n)	33	12	9	2	3	<0.001
Variación en cadera, (n)	21	12	3	4	2	<0.001
Total (n)	54	24	12	6	5	

En cuanto a la preferencia de la distribución de la grasa corporal (Tabla 3), se encontró que 82.1% prefirió una distribución de grasa en el área de caderas y piernas, el 12.8% lo prefirió en el área de brazos y hombros, mientras que 4.9% en el área de abdomen.

Tabla 3. Preferencia en la distribución de la grasa corporal de mujeres en distintas regiones corporales por hombres de 20 a 30 años de edad.

	Número de encuestados	%
Abdomen	5	4.9
Brazos y hombros	13	12.8
Cadera y piernas	83	82.1
Total	101	100

P<0.001

Discusión

En este estudio nos preguntamos cuál es la distribución de grasa corporal en las mujeres que se percibe como más atractiva en hombres de 20 a 30 años en una universidad en el norte del país. Los resultados de este estudio concuerdan con aquellos obtenidos en estudios previos realizados (Swami & Tovée 2005, Smith & Tovée 2007, Furnham, Petrides, & Constantinides 2005, Cornelissen, Tovée, & Bateson 2009) que apoyan la idea de que existe una preferencia por figuras femeninas con un ICC bajo, idea propuesta inicialmente por Singh (1993). Dichas investigaciones señalan que la percepción del atractivo físico en sociedades donde no tienden a la escasez de alimentos, una figura delgada con un ICC bajo (0.7 o menor) tiende a considerarse como más atractiva, contrario en lo observado en el estudio de Marlowe (2005) donde los miembros de una tribu en Tanzania consideraban más atractiva una figura femenina con un ICC de 0.9.

La distribución de la grasa corporal influye sobre la percepción de un ICC atractivo ya que aunque una figura con obesidad y una figura con bajo peso tengan el mismo ICC, la percepción de cuál es más atractiva varía dependiendo de los factores socioculturales presentes. En un estudio realizado por Urquiza (2007) se observó que los entrevistados consideraban más atractiva una figura femenina con ICC alto (0.9 o 1.0)

de peso normal y bajo, que una figura con ICC bajo de peso alto.

De igual manera, las medidas de ambos componentes del ICC (cintura y cadera) influyen sobre la percepción del atractivo físico. Rozmus-Wrzesinska (2004) concluyeron que hay una correlación negativa con la percepción de atractivo cuando la imagen tiene modificación en la cintura, donde se consideraba más atractivo un ICC de 0.6, y que había una correlación de U invertida cuando había modificación en la cadera, donde se percibía como más atractivo un ICC de 0.7. Estos resultados difieren con los obtenidos en nuestra población ya que se prefiere una cintura estrecha y un ICC de 0.6 aun cuando la circunferencia de cadera cambie o no. Las imágenes utilizadas en esta investigación no variaban en cuanto al peso corporal (bajo peso, normal o sobrepeso). Sin embargo, se evaluó también la preferencia de la distribución de la grasa corporal en tres diferentes áreas: brazos y hombros, abdomen o cadera y piernas. En la zona de cadera y piernas fue preferida la distribución de la grasa en 82.1% de los casos. Se conoce que la distribución en la región gluteofemoral se relaciona con una mejor salud metabólica y potencial reproductivo en mujeres; por lo que podría considerarse más atractivo (Faries & Bartholomew, 2012). Sin embargo, nuestra revisión no encontró algún otro estudio que evaluara la preferencia en estos segmentos y distribución corporal, por lo que no se tienen valores comparativos.

Nuestro estudio concluye que el ICC de 0.6 en las mujeres es el que se percibe como más atractivo por hombres de 20 a 30 años de edad en un grupo de estudiantes universitarios. Una circunferencia de cintura más estrecha y un ICC de 0.6 se

prefieren aun cuando el tamaño de cadera varía o no cambia. En cuanto a la distribución de la grasa corporal, 82.1% prefiere una distribución de grasa en el área de cadera y piernas.

Después del análisis anterior, se consideró incorporar los siguiente en un estudio más completo: 1) Utilizar imágenes con diferencias en el peso corporal (bajo peso, normal, sobrepeso) para evaluar la influencia del peso en el atractivo físico y analizar su interacción con el ICC; 2) aplicar la encuesta a una población distinta considerando el nivel de estudios y otras variables sociodemográficas para comparar los cambios en la percepción del atractivo físico, 3) Añadir también diferencias en el peso corporal para evaluar la percepción del atractivo físico dependiendo de la distribución de la grasa corporal en distintos regiones corporales. Otra vertiente es evaluar la percepción de una imagen saludable, no solo por hombres sino también por mujeres. Los estereotipos actuales influyen no solo en los varones, sino también en las mujeres, pudiendo ocasionar trastornos de la alimentación (Duran, et al., 2013) (Jaworowska & Bazylak, 2009).

Bibliografía

- Acosta, E. (2012). Obesidad, tejido adiposo y resistencia a la insulina. *Acta Bioquímica Clínica Latinoamericana*, 46(2), 183-94.
- Cogan, J., Bhalla, S., Sefa-dedeh, A., & Rothblum, E. (1996). A comparison study of United States and African students on perception of obesity and thinness. *Journal of cross-cultural psychology*, 27(1), 98-113.
- Cornelissen, P., Tovée, M., & Bateson, M. (2009). Patterns of subcutaneous fat deposition and the relationship between mass index and waist-to-hip ratio: Implications for models of physical attractiveness. *Journal of Theoretical Biology*, 256, 343-350.
- Faries, M. D., & Bartholomew, J. B. (2012). The role of body fat in female attractiveness. *Evolution and Human Behavior*, 33, 672-681.
- Fink, B., Klappauf, D., Brewer, G., & Shackelford, T. (2014). Female physical characteristics and intra-sexual competition in women. *Personality and Individual Differences*, 58, 138-141.
- Furnham, A., Petrides, K., & Constantinides, A. (2005). The effects of body mass index and waist-to-hip ratio on ratings of female attractiveness, fecundity, and health. *Personality and individual differences*, 38, 1823-1834.
- Han, T., Van Leer, E., Seidell, J., & Lean, M. (1995). Waist circumference action levels in the identification of cardiovascular risk factors: prevalence study in a random sample. *British Medical Journal*, 311, 1401-1405.
- Henss, R. (2000). Waist-to-hip ratio and female attractiveness. Evidence from photographic stimuli and methodological considerations. *Personality and Individual Differences*, 28, 501-513.
- Marlowe, F., Apicella, C., & Reed, D. (2005). Men's preferences for women's profile waist-to-hip ratio in two societies. *Evolution and Human Behavior*, 26, 458-468.
- Prokop, P., & Fedor, P. (2013). Associations between body morphology, mating success and mate preferences among Slovak males and females. *Journal of Biological and Clinical Anthropology*, 70(2), 121-135.
- Rozmus-Wrzesinska, M., & Pawlowski, B. (2005). Men's ratings of female attractiveness are influenced more by

- changes in female waist size compared with changes in hip size. *Biological psychology*, 68, 299-308.
- Singh, D. (1993). Adaptive Significance of female physical attractiveness: role of waist-to-hip ratio. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 293-307.
- Smith, K., & Tovée, M. (2007). An Analysis of body shape attractiveness based on image statistics: Evidence for a dissociation between expressions of preference and shape discrimination. *Visual Cognition*, 1-27.
- Swami, V., & Tovée, M. (2005). Female physical attractiveness in Britain and Malaysia: A cross-cultural study. *Body Image*, 115-128.
- Tassinari, L., & Hansen, K. (1998). A critical test of the waist-to-hip ratio hypothesis of female physical attractiveness. *Psychological Science*, 9(2), 150-155.
- Unikel, C., & Gómez, G. (2004). Validez de constructo de un instrumento para la detección de factores de riesgo en los trastornos de la conducta alimentaria en mujeres mexicanas. *Salud Mental*, 27(1), 38-49.
- Urquiza, E., & Dickinson, F. (2007). El índice cintura-cadera y el índice de masa corporal como elementos sensibles a variaciones ecológicas en las valoraciones de atracción del sexo femenino. En M. Civera, & M. Herrera, *Estudios de antropología biológica* (Vol. 13, págs. 1123-1141).
- Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J. M., & López-Miñarro, P. A. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27-35.