BESAA

Escala de Estima Corporal para Adolescentes y Adultos (BESAA)

La BESAA es un cuestionario autoaplicado diseñado para medir la estima corporal en adolescentes y adultos. Examina distintos aspectos de la percepción del cuerpo mediante varias subescalas, lo que permite evaluar las actitudes positivas o negativas hacia el propio cuerpo. Este instrumento se utiliza con frecuencia en el ámbito clínico y de investigación para detectar la insatisfacción corporal o hacer un seguimiento de los cambios tras las intervenciones.

Número de preguntas	23 preguntas
Duración estimada	10 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Body Esteem Scale for Adolescents and Adults
Población destinataria	Adolescentes, adultos
Autores	Michele L. Mendelson, J. Kathryn White (1996)
Categoría	Imagen corporal

Vista previa de las 23 preguntas

Me gusta cómo salgo en las fotos.

0 - Nunca | 1 | 2 | 3 | 4 - Siempre

Los demás me consideran atractivo/a.

0 - Nunca | 1 | 2 | 3 | 4 - Siempre

Estoy orgulloso/a de mi cuerpo.

0 - Nunca | 1 | 2 | 3 | 4 - Siempre

Me preocupa mucho intentar cambiar mi peso.

0 - Nunca | 1 | 2 | 3 | 4 - Siempre

Creo que mi aspecto me ayudaría a conseguir un trabajo.

0 - Nunca | 1 | 2 | 3 | 4 - Siempre

Corrección e interpretación

Las respuestas se dan en una escala tipo Likert de 5 puntos (de «nunca» a «siempre»). Las puntuaciones se calculan por separado para cada subescala (apariencia, peso, atribución) y después se suman para obtener una puntuación global de estima corporal. Las puntuaciones más altas indican una mejor estima corporal.