

(In) Satisfacción con la imagen corporal en jóvenes chilenas de 15 a 25 años: en la línea de la prevención

(Dis) Satisfaction with body image in young Chilean women aged 15 to 25 years: in the line of prevention

Heras-Benavides, Dalila *
dalijosu@yahoo.es

Cruzat-Mandich, Claudia ***
claudia.cruzat@uai.cl

Díaz-Castrillón, Fernanda **
fernanda.diaz@uai.cl

Lecaros-Bravo, Javiera ****
javieralecarosb@gmail.com

Todas las autoras pertenecen a la Escuela de Psicología, Centro de estudio de la Conducta Alimentaria (CECA). Universidad Adolfo Ibáñez. Santiago de Chile.

Resumen

Existen diversas investigaciones orientadas al estudio de la percepción de la imagen corporal, en pacientes con trastornos alimentarios, pero poco se ha observado el rol de la satisfacción con el propio cuerpo en muestras no clínicas. El objetivo de este trabajo es describir la percepción de la imagen corporal en adolescentes y jóvenes entre 15 a 25 años, sin diagnóstico psiquiátrico actual. El método ha partido de un enfoque cualitativo, descriptivo, basado en la Grounded Theory. Se realizaron entrevistas en profundidad semiestructuradas a 17 mujeres. Los resultados descriptivos se agrupan en cuatro categorías: (1) Impresiones y significados asociados a la imagen corporal; (2) Actitudes hacia la Imagen Corporal; (3) Aspectos de la imagen corporal que preocupan; (4) Percepción corporal y demanda por el cambio. A partir de ellos, se desprende un modelo explicativo asociado al fenómeno de la construcción de la inconformidad corporal. Se evidencia en adolescentes y jóvenes, la insatisfacción como un común denominador entre los dos grupos etarios de este estudio, siendo en el grupo de adolescentes donde se detecta mayor disconformidad, ya que sus discursos indican que la insatisfacción general en relación a su cuerpo está normalizada entre las personas de su mismo rango etario. Estos resultados podrían orientar en ciertos lineamientos a nivel preventivo en población normal.

Palabras clave: Imagen corporal; Insatisfacción; Factores protectores; Factores de riesgo; Trastornos alimentarios.

Abstract

There are several studies focused on the analysis of body image in patients with eating disorder, however the role of the satisfaction with the body itself in non-clinical samples has been little studied. Objective: Describe the perception of body image in adolescents and young people between fifteen and twenty years old, without latent psychiatric diagnosis. Methods: A qualitative descriptive approach based on the Grounded Theory. Semi-structured interviews were conducted to seventeen women. Results: The results are grouped into four descriptive categories: (1) Printing and meanings associated with body image; (2) Body image attitudes; (3) Body image preoccupation; (4) Body perception and demand for change. From all these, data analysis suggests an explanatory model for body dissatisfaction. Conclusions: We conclude that dissatisfaction is a common aspect between the two age groups. Nevertheless, the adolescent group evidenced a greater dissatisfaction, because their speeches indicate that general body dissatisfaction is a normalized aspect among people of their same age range. These conclusions could lead to the development of disease preventive guidelines in normal population.

Keywords: Body image; Dissatisfaction; Protective factors; Risk factors; Eating disorder.

* Magíster en Psicología Clínica mención Construcción Social y Psicoterapias Contemporáneas, Universidad Adolfo Ibáñez de Chile.

** Magíster en Psicología, Mención Psicología Clínica, Universidad Adolfo Ibáñez de Chile. *** Doctora en Investigación en Psicoterapia, Pontificia Universidad Católica de Chile, Universidad de Chile y Universidad de Heidelberg. **** Magíster en Psicología Clínica mención Construcción Social y Psicoterapias Contemporáneas, Universidad Adolfo Ibáñez de Chile.

(In) Satisfacción con la imagen corporal en jóvenes chilenas de 15 a 25 años: en la línea de la prevención

Introducción

A partir de la evidencia científica, en torno a los trastornos de la conducta alimentaria (de ahora en adelante TCA), resulta concluyente que la insatisfacción con la imagen corporal es un factor desencadenante para este tipo de cuadros, cada vez más característicos de las sociedades occidentales actuales (Franco, Díaz, López, Escoto y Camacho, 2013; Hernández y Londoño, 2013; Soto, Cáceres, Faure, Gásquez y Marengo, 2013).

Si bien los niveles de insatisfacción corporal, y por ende, los problemas de salud en relación a patologías alimentarias en el género femenino son evidentemente significativos, sobre todo en América del Norte, Australia y países europeos, Chile, como país inmerso en el proceso de globalización, también presenta un notable y progresivo incremento de esta realidad, cuya presentación y caracterización del fenómeno se acerca bastante más a la realidad europea que latinoamericana (Behar, 2010).

La imagen corporal es la representación mental acerca de la figura, tamaño y forma del cuerpo, contemplando la manera en cómo la persona se percibe a sí misma, cómo cree que la ven los demás y cómo se siente y actúa respecto de eso (García, 2004; Raich, 2010). Según Salazar (2007), ésta se ve influenciada principalmente por los modelos de perfección/delgadez corporal que promueven los medios de comunicación y la publicidad, donde, como ya se ha mencionado anteriormente, la población más vulnerable a este fenómeno, correspondería a mujeres adolescentes, lo que las configura como un grupo prioritario en los lineamientos hacia la prevención (Cash y Smolak, 2011).

Uno de los factores que influyen en las personas para construir, cambiar y mantener un concepto en relación a su imagen corporal, son los mensajes transmitidos en medios de comunicación (Sossa, 2011). Estos, generan sentimientos de

insatisfacción respecto a la propia imagen corporal, donde la exposición constante al abanico de imágenes estereotipadas y sexualizadas de cuerpos ideales fragmentados, que resaltan planos de partes sensuales femeninas, plantean la necesidad de cambiar para ajustarse a lo socialmente aceptado (Ponton- Cevallos, 2015). De esta manera, existe un bombardeo publicitario que se encuentra cargado de estereotipos, en donde se idealiza y se da culto a la delgadez extrema, a los cuerpos esbeltos y atléticos, siendo el blanco de estas idealizaciones las mujeres (Bully, Elosua y López, 2012; Rodríguez y Cruz, 2006; Trujano, Nava, De Gracia, Limón, Alatraste y Merino, 2010), quienes se ven presionadas a asociar dichos ideales corporales con el éxito, el cual deben alcanzar, quedando a merced de los intereses y mensajes contradictorios de la industria, y dando paso a una batalla interna con su propio cuerpo.

Así, la imagen corporal se relaciona más con percepciones y valoraciones, que con la apariencia real, por lo que la integración de los modelos de perfección y delgadez, se podría considerar como factor de riesgo importante ante potenciales alteraciones en la imagen corporal (Vaquero, Alacid, Muyor y López, 2013).

Se puede hablar de alteración en la imagen corporal, si la preocupación e insatisfacción con el cuerpo generan malestar e interfieren negativamente en la vida de la persona (Salaberria, Rodríguez y Cruz, 2007). A su vez, la insatisfacción con el cuerpo y el peso, se vería influenciada, por un lado, por factores socioculturales, y por otro, por elementos personales, como el Índice de Masa Corporal (de ahora en adelante IMC), considerado como un predictor de insatisfacción corporal, en tanto que a mayor IMC, mayor insatisfacción con el cuerpo. Sin embargo, el IMC no asegura el nivel de esta disconformidad, puesto que se han visto adolescentes que tienen alta insatisfacción corporal y no toman medidas para bajar

de peso, así como también otros que tienen dietas restrictivas con baja insatisfacción corporal (Rodgers, McLean, Marques, Dunstan y Paxton, 2016). También la comparación física con otros, constituye un factor importante para los niveles altos de insatisfacción, pues es un mecanismo cognitivo que contribuye a que la insatisfacción se mantenga o incluso aumente (Rodgers et al., 2016), sobre todo si la persona se compara con cuerpos que son muy estereotipados e “irreales” (McLean, Paxton y Wertheim, 2013). No obstante, es preciso destacar que si bien la presión de los medios, padres y pares podría predecir la insatisfacción corporal, la importancia que los adolescentes le atribuyan a cada factor irá variando (Rodgers et al., 2016).

Otro factor relevante, es la presión por perder peso ejercida por la madre, que para algunos autores es el principal factor predictivo de insatisfacción corporal, y en la adopción de estrategias para modificar el cuerpo en ambos géneros (Mellor, McCabe, Ricciardelli, y Merino, 2008). En algunos casos, tan solo escuchar a la madre hablar preocupada sobre su físico puede ser perjudicial (Corning, Gondoli, Bucchianeri y Salafia, 2010). De esta manera, si bien la búsqueda del cuerpo perfecto se ve reforzada por el miedo a la evaluación negativa por parte de los pares (Michael, Wentzel, Ellio, Dittus, Kanouse, Wallander, Pasch, Franzini, Taylor, Qureshi, Frankling y Schuster, 2014), esto también da cuenta de que la educación que entregan los padres es un elemento importante para potenciar la alimentación saludable, siendo una herramienta preventiva ante posibles trastornos alimentarios (Michael et al., 2014; Pedersen, Gronhoj y Thogersen, 2015). Junto con esto, los padres juegan un rol único en el desarrollo de la imagen corporal, pues pueden aumentar la resiliencia frente a la presión ejercida por los pares o regular la exposición de los adolescentes frente a imágenes de los medios de comunicación, así como promover una imagen corporal positiva (Hart, Cornell, Damiano y Paxton, 2015).

Considerando los antecedentes expuestos anteriormente, y la escasa evidencia de estas temáticas en muestras no clínicas, la presente investigación se orienta a describir la percepción de la imagen corporal en adolescentes y jóvenes entre 15 a 25 años.

Método

Se usó un diseño cualitativo, basado en la *Grounded Theory* (Glaser y Strauss, 1967), con un alcance exploratorio y descriptivo, ya que mediante este diseño se facilitó el acceso a los significados de las experiencias de los participantes.

El muestreo es no probabilístico, ya que para este estudio no se requirió de determinada representatividad de sujetos de la población, sino de una controlada y cuidadosa elección de personas con características específicas (Hernández, Fernández y Baptista, 2003), con los siguientes criterios de inclusión: adolescentes y jóvenes chilenas de 15 a 25 años; y de exclusión: diagnóstico previo o actual de algún tipo de trastorno por el que hayan tenido que recibir o estén en tratamiento psicológico o psiquiátrico (para ello se les aplicó el SCL-90, MBSRQ, EDI-2)¹.

Se realizó un *muestreo teórico*, ya que los datos fueron recogidos de forma sistemática y sucesiva, y se analizaron de forma paralela a la construcción de conceptos y categorías conceptuales que dieron comprensión del fenómeno estudiado (Glaser y Strauss, 1967). El tamaño de la muestra fue definido en base al criterio de *saturación teórica* de las categorías conceptuales, es decir, el momento en el que los datos recogidos ya no logran aportar nuevas características a las categorías conceptuales descubiertas (Strauss y Corbin, 2002).

Para el acceso a las participantes se utilizó la estrategia de muestreo de *bola de nieve*, que consiste en que una participante refiere al investigador otra persona que también le puede brindar información. Esta persona, a su vez, menciona a otras, y así sucesivamente.

Participaron un total de 17 mujeres: ocho entre los 15 y 17 años, y nueve en edades comprendidas entre 18 y 25 años de edad (Ver Tabla 1 y 2).

1 Magíster en Psicología Clínica mención Construcción Social y Psicoterapias Contemporáneas, Universidad Adolfo Ibáñez de Chile.

Tabla 1: Entrevistadas entre 15 a 17 años de edad

	Edad	Estudios en curso	Peso actual	Peso deseado	Estatura	IMC	Antecedentes de sobrepeso
1	16	SI	51 Kg	51 Kg	1,67 mts	18,28	NO
2	16	SI	68 Kg	55 Kg	1,57 mts	27,58	SI
3	17	SI	57 Kg	54 Kg	1,64 mts	21,19	SI
4 ¹	17	SI	-	-	1,56 mts	-	SI
5	17	SI	54 Kg	52 Kg	1,56 mts	22,18	SI
6	17	SI	64 Kg	60 Kg	1,64 mts	23,79	SI
7	17	SI	60 Kg	53 Kg	1,58 mts	24,03	SI
8	17	SI	52 Kg	52 Kg	1,58 mts	20,82	NO
Fuente: Heras, 2015							

Tabla 2: Entrevistadas entre 18 a 25 años de edad

	Edad	Estudios en curso	Peso actual	Peso deseado	Estatura	IMC	Antecedentes de sobrepeso
1	18	SI	55 Kg	53 Kg	1,60 mts	21,48	SI
2	19	SI	58 Kg	55 Kg	1,65 mts	21,30	NO
3	19	SI	65 Kg	62 Kg	1,74 mts	21,46	NO
4	19	SI	59 Kg	59 Kg	1,55 mts	24,55	SI
5	20	SI	67 Kg	54 Kg	1,59 mts	26,50	SI
6	20	SI	56 Kg	50 Kg	1,70 mts	19,37	NO
7	22	SI	56 Kg	56 Kg	1,68 mts	19,85	SI
8	24	NO	42 Kg	42 Kg	1,53 mts	17,94	SI
9	25	SI	69 Kg	55 Kg	1,54 mts	29,09	SI
Fuente: Heras, 2015							

Como se señaló previamente, se aplicaron tres cuestionarios para descartar patología grave y en la línea alimentaria. En primer lugar, las participantes respondieron un formulario con datos sociodemográficos relevantes (género, edad, con quién vive, colegio, curso, entre otros), además de preguntar por peso y talla (para cálculo IMC) e historia clínica previa, tanto psicológica como nutricional. Además, el *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) de Cash (1990), un cuestionario auto aplicado que evalúa diversos aspectos de la imagen corporal, a través de 69 ítems, que se contestan en escala de Likert de 5 puntos, según nivel de acuerdo/desacuerdo. Su versión en español fue validada por Botella, Rivas y Benito (2009), obteniéndose índices de consistencia interna superiores a 0,7 para todas las subescalas. También se aplicó el *Eating Disorders Inventory* (EDI-2), que incluye una dimensión de imagen corporal y que ha sido validado en población chilena (Urzúa,

Castro, Lillo y Leal, 2009). El inventario de trastornos alimentarios (EDI-2) es el más extensamente usado y estandarizado de los autoinformes que miden síntomas psicológicos asociados comúnmente a la anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y otros trastornos alimentarios. La versión actual, el EDI-2, conserva los 64 ítems originales y las ocho subescalas, más tres subescalas adicionales (27 nuevos ítems) que abarcan las subescalas provisionales, es decir, ascetismo, regulación del impulso e inseguridad social. Así, el EDI-2 consiste en 11 subescalas derivadas a partir de 91 ítems frente a los cuales es posible elegir seis alternativas de respuestas que van desde siempre a nunca de acuerdo. Finalmente, se aplicó el *Inventario de Síntomas de Derogatis Revisado* (SCL-90-R) (Derogatis, 1975) en su versión validada en estudiantes universitarios chilenos (Gempp y Avendaño, 2008). Se trata de un inventario de síntomas autoadministrado de rápida y sencilla aplicación, que presenta buenas cualidades psicométricas (Gempp y Avendaño, 2008).

El SCL-90-R se compone de 90 ítems que caracterizan al evaluado en nueve dimensiones primarias (somatización, obsesiones, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicoticismo) y reporta tres índices globales (índice de gravedad global, índice de malestar positivo y total de síntomas positivos).

Se observó, que 6 de 9 de las participantes entre 18 y 25 años de edad, indican anhelar un peso inferior al que poseen, y de las entrevistadas adolescentes, 6 de 8 mencionan su deseo de tener un peso inferior al actual; una participante indicó no conocer su peso. En relación al cuestionario Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ), el referente para las puntuaciones de satisfacción general son 3,40 y 3,52.

La clasificación del estado nutricional, se realizó mediante el cálculo del IMC de acuerdo con los criterios de la Organización Mundial de la Salud (Kain, Uauy, Vio y Albala, 2001).

Se utilizó entrevistas en profundidad semi-estructuradas, es decir, una entrevista abierta en donde se exploran una serie de temas en relación al fenómeno, sin la necesidad de seguir una secuencia lógica durante dicha exploración. Algunas preguntas fueron: ¿Qué significa la imagen corporal? ¿Qué conocen de la imagen corporal? ¿Qué aspectos relacionan con la imagen corporal? ¿Qué diferencias encuentran en su imagen corporal según los cambios etarios? ¿Qué factores sociales/culturales se encuentran asociados a la construcción de la imagen corporal? ¿Qué aspectos de su cuerpo consideran que los demás lo ven atractivo y que partes no?, ¿Qué es lo que les da satisfacción o insatisfacción al ver su cuerpo?, ¿Qué les gusta y les disgusta al ver su cuerpo? ¿De qué partes de su cuerpo están más preocupadas?, ¿qué harían para mejorar partes de su cuerpo? ¿Qué actividades realizan las adolescentes para cuidar su imagen corporal?, ¿Cómo es cuidar su imagen corporal?

Análisis de datos

El análisis se realizó en base a los procedimientos de la *Grounded Theory* (Strauss y Corbin, 2002). De acuerdo a los lineamientos de Glaser y Straus (1967), el proceso de análisis de datos se realizó de una manera dinámica y creativa en la que se fueron refinando constantemente las categorías emergentes fruto de los diálogos. Se realizó *codificación abierta*, para clasificar el material obtenido en conceptos y categorías que agrupan

toda la información recolectada, dando lugar de esta manera a resultados descriptivos. En tanto, se realizó la *codificación axial* con la finalidad de que los conceptos obtenidos se reagrupen en modelos conceptuales más complejos, es decir, se realizó un proceso relacional entre categorías y subcategorías (Strauss y Corbin, 2002).

Criterios de rigor científico y resguardos éticos

Según Krause (1995), la credibilidad se refiere a cómo los resultados de una investigación son verdaderos para la comunidad científica, las personas que fueron estudiadas y para otras personas que han experimentado o estado en contacto con el fenómeno investigado. En este sentido, se realizó *triangulación de analistas*, es decir, que la información obtenida fue analizada frecuentemente con el equipo de investigación. Las entrevistas grabadas se transcribieron íntegramente con la finalidad de que la información obtenida favorezca al efectivo análisis de los datos.

En cuanto a las consideraciones éticas, se contemplaron consentimientos informados para las participantes mayores de edad, y en el caso de menores de edad, se solicitó además, la autorización al adulto responsable. Se pidió la autorización para grabar las entrevistas, se aseguró el resguardo de confidencialidad y anonimato de la información de cada participante, la información solo fue conocida por el equipo investigador.

Resultados descriptivos

A continuación, se describen los conceptos que emergieron luego del análisis descriptivo, proveniente de la codificación abierta de las entrevistas realizadas a las 17 mujeres. Se presentan cuatro grandes categorías, con sus respectivas subcategorías: (1) Significados de la Imagen corporal: en la primera impresión; (2) Actitudes hacia la Imagen Corporal; (3) Aspectos de la imagen corporal que preocupan; (4) Percepción corporal y demanda por el cambio.

1.- Impresiones y significados asociados a la imagen corporal

Esta categoría, alude a la importancia y los significados que las entrevistadas atribuyen a la imagen corporal al momento de interactuar con otros.

1.1.- *Carta de presentación*: Adolescentes y jóvenes describen que la imagen corporal representa, a la persona total ante los demás, es decir no sólo de

aspectos físicos si no también psicológicos. La asocian con una carta de presentación, y favorece el que los demás hagan atribuciones personales sobre los modos de ser de los sujetos.

Esa imagen que uno proyecta es la carta de presentación que uno tiene con otras personas, ya sea en el trabajo, conociendo a alguien, con la familia o en un contexto de fiesta o vida social las personas te conocen en primer lugar por tu estado, cómo estás vestida o cómo te presentas físicamente (E5:P6)²;

Yo sé que pasa que hay gente que le cuesta encontrar trabajo por su imagen, siento que es algo que no debería medir tu capacidad para trabajar pero en Chile pasa mucho que la pinta [apariciencia] en el fondo, como se dice acá, influye en cómo te tratan, entonces por eso también va en uno, como que te lo imponen de chica, el que importa tu imagen, porque en el fondo influye en cómo te vayan a tratar y cómo vayan como a insertarte en el mundo de todo (E8:P5).

1.2.- *Ser tratado según como se es visto*: Se relaciona a la imagen corporal con la importancia que tiene la opinión social; o sea, el hecho de que se percibe que es a partir de la imagen corporal que se es tratado y visto por los demás. En el cómo eres visto está la oportunidad de establecer (o no) una relación, es decir, en las oportunidades que puedes tener para conocer (o no) a otros.

Es que creo que también depende mucho como uno se inserta en, como en un curso o un grupo de personas, que la imagen corporal es lo que primero ven, entonces, hoy en día se ha hecho muy importante que la imagen corporal es lo primero que uno ve, se relaciona, entonces si uno ve que la imagen corporal es buena va a querer acercarse a esa persona a conversar o a conocerla (EA: P13).

1.3.- *Imagen corporal y estereotipos sociales*: Las entrevistadas describen la importancia que tienen los contextos sociales para definir, y afectar los grados de satisfacción o insatisfacción que se tienen con la imagen corporal, es ahí donde surgen los estereotipos. En este sentido, mencionan la existencia de un ideal de

belleza, que implica fundamentalmente ser delgada, por lo que describen que se juzga la gordura entre las mujeres. Las diferencias, entre ambos grupos, se encuentran en que las adolescentes admiten libremente su deseo por ser más delgadas, mientras que las jóvenes indican mayor dificultad para decirlo libremente.

La sociedad está entregando todas las herramientas para que puedas ser lo que siempre quisiste por dentro, pero uno no lo dice en el fondo de querer estar más flaco, yo creo que eso es lo primero en lo que se fija la mujer, lo primero (E9:P48).

Uno se fija mucho en cómo es físicamente la otra persona más allá de cómo sea interiormente, [] si hay alguien que sea más gordita [] en el caso que quisiera pololear [tener pareja] con alguien como que le va a costar más por eso, a mi edad por lo menos yo lo veo mucho (EB: P8).

O sea lo más típico por ejemplo ahora como el estereotipo de las mujeres que tienen que ser así como súper delgadas, y se supone, según yo antes era como más curvilíneas pero ahora son ahora está como muy bien visto que sean como muy delgadas, como... que sean perfectas (EB:P1).

Se le otorga gran relevancia al peso, incluso de manera explícita, devaluando la gordura a través de asociarla a contenidos negativos y con descalificativos.

Te ponen dentro de una categoría, no ella es gorda, ella es flaca, ella es anoréxica, así, por lo menos acá en Chile [] como que puede ser directa o indirectamente en mi colegio por lo menos era directamente, era casi así como oye tu niña ballena (E9:P9)

No sé por ejemplo, si yo veo una persona, una mina [mujer] que es más o menos gordita y tiene un peto [camiseta ajustada que deja al descubierto el vientre]...como que igual como que uno piensa como ah esa mina es fácil o esa mina es suelta [fácil sexualmente], es como lo primero que uno se fija cuando conoces a alguien (EC: P24).

² Participante que no conoce su peso.

Ambos grupos asocian a la imagen corporal con ideales inalcanzables, que dependen de las épocas.

2.- Actitudes hacia la imagen corporal

Esta categoría incluye tendencias de comportamiento y posturas respecto a la imagen corporal, ya sea frente a otras personas o consigo mismas.

2.1.- *La comparación:* Según los discursos de las participantes, las comparaciones corporales son frecuentes entre adolescentes y jóvenes. Estas comparaciones se realizan a través de diálogos internos con los que llegan a la conclusión de que serían mejores si tuvieran las características de la mujer con la que se comparan, es decir, hay un anhelo de tener características corporales de otra.

De repente hay un poco de envidia en que no sé, ella es muy flaca y me gustaría ser como ella entonces se ponen a hacer deporte. Hay un poco de envidia entre las mujeres pero no es competencia (E7:P41).

Si pero al estereotipo al que nos quieren inculcar no solo es cambiar, puede ser que uno empiece, no estoy gorda, porque no es que ella es más regia [físicamente atractiva] que yo, porque se quiere parecer más a ella, que se yo (EB:P3).

2.2.- *La competencia:* Se observa entre las adolescentes y jóvenes que la competencia es una forma frecuente en las interacciones entre mujeres jóvenes, motivo por el que se encuentran siempre alerta y presionadas por ser mejores. Esto genera una relación de rivalidad con las personas del mismo sexo; y además, sentimientos negativos como, malestar y agotamiento, por tratar de ser la mejor. Este proceso siempre implica valoraciones negativas hacia sí mismas. Estos resultados, se confirman con las respuestas al MBSRQ en el que las participantes, especialmente las adolescentes, se encuentran disconformes con su imagen corporal

Yo creo que es un poco de competencia como que te duele en el ego ver a una persona que se vea más bonita que tú, te duele que estés presionando por un objetivo y viene otra persona más popular o creída que tú y te haga competencia y de repente la competencia

sea más de peso... tiene como un golpe al ego (E5:P13).

2.3.- *El conflicto consigo mismas:* Las adolescentes describen que tienen pensamientos encontrados, por un lado, está el deseo de ser perfecta físicamente y, por otro lado, se intenta aceptar que alcanzar ese ideal es imposible debido a la naturaleza de su constitución física. Todo esto aparece como una lucha interna, que ocurre porque no se puede cumplir con el estereotipo.

Si es que yo pudiera ser de alguna forma, me gustaría ser como esas minas [mujeres] como flacas que, ponte que se sientan y tienen la guata [abdomen] plana o que se ponen un peto y no se les entierra el peto y se le salen los rollos [gorduras en la cintura]. Pero obviamente por más deporte que haga, por más que me esfuerce nunca voy a poder ser así, aunque me esfuerce, y me trato de meter eso en la cabeza pero daría lo que fuera por poder ser así (EC:P7).

3.- Aspectos de la imagen corporal que preocupan

Esta categoría incluye, los aspectos de su cuerpo que les preocupan, y las conductas que realizan para intervenir en su estado físico.

3.1.- *El abdomen:* Una de las partes del cuerpo que más preocupa a las adolescentes y jóvenes es el abdomen. Sin embargo, son las adolescentes las que le dan más importancia y consideran que constituye un referente para saber si la persona es gorda o flaca, anhelan tener un abdomen plano, lo cual define el grado de atractivo personal, siendo éste el motivo más importante de cuidados y atenciones del cuerpo.

En los brazos nadie se fija mucho porque lo primero que uno se fija es más como la guatita [abdomen], la parte de abajo que es donde sale el típico rollito, ese de abajo, ese que está aquí (ED:P17).

Con eso es como uno cacha [se da cuenta] de inmediato si esa persona es como gorda o flaca, si es como el parámetro para ver si estás gordo, claro. Si no las piernas, pero más la guata [abdomen] (ED:P18).

3.2.- *El peso:* Este constituye un eje transversal en las participantes para definir la satisfacción o

insatisfacción corporal. A mayor peso se evidencia mayor inconformidad, aunque, la mayor parte de participantes desean pesar menos y éstas en su mayoría son normo peso.

Los kilos de todas maneras, es una cuestión de pena, a pesar que no soy de esas mujeres como de como obsesivas con el peso porque creo que hay que pasarlo bien también, como cual está menos, cual es el sentido de estar tan estupenda pero pasarla pésimo pero igual pesa esa cuestión como que quisiera pesar 2 o 5 kilos menos, pero no son cosas que me quiten el sueño (E8:P41).

3.2.1.- *Dietas para controlar el peso:* Frente a la preocupación por el incremento de peso, comienzan a realizar distintos tipos de dietas que se abandonan y reinician con la finalidad de verse más delgadas. Es decir, bajan de peso abandonan la dieta, se produce nuevamente un incremento de peso, y con ello inconformidad con la apariencia, por lo que inician una nueva dieta.

He hecho dietas también pero no esas dietas de comer pura lechuga, son dietas como de proteína, como para aumentar masa muscular y cosas así, no para morir de hambre, puedo comer cada tres horas, son dietas más saludables que esas dietas de pura lechuga, de morir de hambre (E4:P61).

Cuando llegan a estar flacos suben de nuevo, entonces comienza otro ciclo ya creo que eso no va a parar (E9:P28).

Se olvidan tanto del tema, tanto de comer sano, de estar a dieta o de la pastilla que se yo que se empiezan a relajar porque dicen no, estoy flaco no voy a engordar y después vuelven a comer lo mismo de nuevo y engordan, entonces que también fue lo que me pasó a mí, yo disfrutaba cuando pesaba 53 Kg (E9:P29).

3.3.- *Preocupación por la tonificación corporal:* Ambos grupos refieren la importancia de mantener la firmeza de ciertas partes del cuerpo, y se espera que en dichas partes no se observen acumulaciones de grasa.

Si mi abdomen, siempre estoy pendiente de eso, de hecho es por lo que casi todos los días hago día por medio abdominales estoy muy

pendiente siempre de eso de que no esté como que nada suelto, así como que... no marcar y tener calugas [músculos del abdomen tonificados] pero si tener como endurecido y que esté como todo en su lugar, pero siempre me preocupo del abdomen (E3:P68).

Yo de las piernas pero no sé cómo endurecerlas (ED: P81).

4.- Percepción corporal y demanda por el cambio

Esta categoría, describe los aspectos psicológicos relacionados a la apreciación del cuerpo y la consecuente exigencia por cambiar aquello que resulte discrepante.

4.1.- *Partes rechazadas como objeto:* Lo corporalmente rechazado, es visto como un objeto que requiere ser modificado y que por la imposibilidad de hacerlo genera impotencia. Se habla de dichas partes rechazadas como si tuvieran una autonomía propia que agobia la existencia de las participantes.

Yo creo que a lo mejor con ropa no se nota tanto, pero yo lo veo, yo sé que está ahí, que es algo que a mí me molesta, a lo mejor al resto le da lo mismo o no lo ve diferente, me dicen no, no es así, estas delgada, pero no, yo sé siempre que está ahí, lo veo, donde voy lo veo y no me gusta (E1:P46).

4.2.- *Obsesión por cambiar:* Las jóvenes en sus diálogos indican que la satisfacción corporal es imposible de alcanzar, ya que nunca es suficiente para poder aceptarse a sí mismas en relación a su imagen corporal, siempre hay partes que se desearía mejorar o modificar.

Creo que uno no puede sentirse satisfecha con su cuerpo es como una especie de obsesión como que no puedes sentirte 100% satisfecha con lo que tienes porque no eres perfecta no existe nada perfecto en el mundo... pero uno siempre está imaginando mejorar detalles (E5:P45).

4.3.- *Exigencia exagerada:* La autoexigencia en adolescentes y jóvenes por mejorar su imagen corporal se expresa a través de diálogos internos repetitivos e invasivos que les recuerdan lo que les falta corporalmente para ser perfectas.

Me ponía prendas de ropa que usaba cuando estaba más flaca y me veía horrible, y me cambiaba de ropa, tuve que ir a comprar ropa nueva [] es que el chaleco se me veía distinto, no sé, es como que casi nadie lo nota, o sea como que yo creo que uno lo nota más que la otra persona, mucha gente me lo comentó, yo digo si estoy más pesada, no sé qué y de ahí le dije a mi mamá que quería entrar a dieta y no dure nada, no duré nada (E9:P78).

Resultados relacionales

A continuación, se describe un modelo que reúne la información de las 17 entrevistas (ver Figura 1), como una forma de explicar el mecanismo tras la construcción de la inconformidad corporal en las mujeres.

En los discursos de las participantes, emergen contenidos referentes a la inconformidad frecuente con su imagen corporal, esta inconformidad se percibía a través de un proceso experimentado internamente, el cual se vivencia de forma repetitiva.

Las participantes mencionan, en primera instancia, que el ideal corporal manifiesto en la sociedad ha sido asimilado y normalizado, es decir, las participantes al hablar del ideal corporal denotan naturalidad al aceptar que las características corporales esperadas o exigidas son imposibles de cumplir, sin embargo, aceptan que éstas características son las más anheladas y siguen luchando por alcanzarlas; usando una analogía, se puede decir que, tenemos una sombra y aunque sabemos que no podemos atraparla, seguimos luchando por hacerlo.

La asimilación del ideal corporal interactúa simultáneamente con la comparación e identificación de las partes corporales rechazadas, en base al ideal y con la comparación entre las personas de su mismo sexo que se encuentran en su entorno.

Esta interacción entre los tres elementos mencionados, puede provocar que la persona identifique y centre su atención en sus defectos y prosiga con diálogos internos negativos en relación a este. En base a estos diálogos negativos revive o se encuentra con el temor a ser descalificada, este temor de rechazo al parecer constituye un espejo de su propio rechazo, dando como resultado la aparición de la inseguridad que genera malestar. La forma de aliviar su malestar puede ser mediante una nueva comparación con otras mujeres en donde espera poder decirse internamente que es "la mejor" y, si en dicha comparación, identifica que la otra persona

posee mejores características, regresa a la inseguridad o a la identificación de partes rechazadas en base al ideal corporal construido, y así sucesivamente.

Como el compararte con otro, totalmente, yo creo que el tema está presente cuando veía a una compañera que está muy flaca porque hizo la dieta de última moda, estuvo con el último personal training y como que el bicho [preocupación] está y te dice así como ella va a ser más mirada por los hombres que tú, y ella se ve mucho mejor que tú, ella ahora está como en el blanco de todo mundo y tu quedaste en el oscuro, yo creo que te hace como compararte mucho y te hace cuestionarte si estás dentro de una normativa o estás como totalmente fuera del mapa, yo creo que eso como que te compara y te cuestiona (E9:P81).

Conclusión y Discusión

Se evidencia en adolescentes y jóvenes, la insatisfacción como un común denominador entre los dos grupos etarios de este estudio, ya que sus discursos indican que la insatisfacción general en relación a su cuerpo está normalizada entre las personas de su mismo rango etario. Además, como lo menciona Sossa (2011), la insatisfacción se debe a los mayores niveles de exigencia percibidos, a través de los discursos sociales hacia el género femenino.

No obstante, cabe considerar que en hombres también se observa la influencia ejercida de la publicidad y modelos sociales en torno al cuerpo, aunque no necesariamente hacia la delgadez, si no que más frecuentemente hacia el logro de cuerpos musculosos (Aylwin, Díaz, Cruzat-Mandich, García, Behar y Arancibia, 2016), lo que podría asociarse a que socialmente la corporalidad de los hombres contiene el significado de "lo masculino", la fortaleza, el poder de conquista al sexo opuesto, e incluso de una posición social "dominante" (Fuentes, 2015). Según Toro, Castro, Gila y Pombo (2005), las distintas preocupaciones de hombres respecto a sus cuerpos, reflejan los diversos estereotipos corporales existentes para el género masculino, a diferencia de las mujeres donde prepondera sólo el de delgadez; además, estos autores señalan que hombres con algún trastorno alimentario, buscan más claramente cuerpos delgados, lo que aumenta su sensibilidad hacia la influencia publicitaria, y por lo tanto, hacia la de pérdida de peso. Por ello, en los hombres, a diferencia de lo encontrado en este estudio entre las

mujeres, el estereotipo de la delgadez es un factor relevante que distingue muestras clínicas de no clínicas (Toro *et al.*, 2005).

En este contexto, los resultados de esta investigación son coincidentes con los hallazgos que indican que en mujeres, la comparación con cuerpos estereotipados en términos de delgadez/belleza, es un factor relevante en cuanto a la insatisfacción, así como el grado de internalización de estas figuras. Es importante considerar, que dichas internalizaciones que contribuyen a la insatisfacción corporal, se pueden encontrar vinculadas con alteraciones cognitivas y afectivas del propio cuerpo que llevan a tener una concepción negativa del mismo (Espósito, 2015).

De esta manera, aquí surge un primer elemento preventivo a considerar, respecto al manejo en la exposición a los medios donde se promueven estos significados, y el rol de los padres en esta labor, sobretodo en la adolescencia donde dado que existen cambios de autorreflexión, autonomía, estándares sociales, expectativas sociales y relaciones interpersonales, uno de los principales cambios que se enfrenta es la percepción de imagen corporal (Cousineau, Franko, Trant, Rancourt, Ainscough, Chaudhuri y Brevard, 2010).

Por otro lado, se debe considerar que comprender el proceso de construcción de la imagen corporal, es observar su vínculo con la formación de la identidad. Este proceso de edificación de la identidad, mediante significados en torno a la imagen corporal, es como menciona Salaberría, Rodríguez y Cruz (2007), evolutivo, por lo que puede presentar diferencias asociadas a las necesidades y experiencias desarrolladas en el tiempo. Este aspecto, en el presente estudio, se evidencia en que las adolescentes se encuentran centradas en la importancia de las características físicas con la finalidad de pertenecer y ser aceptadas en un grupo, mientras que las jóvenes además de darle importancia a las características físicas integran elementos conductuales, sensoriales y subjetivos en donde sus intereses están volcados a llamar la atención y el éxito social.

En consideración con lo anteriormente señalado, cabe tener en cuenta las características psicológicas donde se configuran circuitos como el descrito en la Figura 1, ya que algunos estudios indican que aspectos intrínsecamente relacionados con la imagen corporal, como el autoestima general y corporal, pueden disminuir conforme se aumenta en edad, lo que a su vez incrementa la insatisfacción corporal (Trujano *et al.*, 2010).

Respecto a los hallazgos de esta investigación, cabe destacar la construcción de un modelo descriptivo de la dinámica en que se genera la insatisfacción con la imagen corporal para estas jóvenes y adolescentes normopeso. Este fenómeno, es descrito desde la propia experiencia de las participantes, lo que enfatiza el proceso subjetivo a la base del fenómeno. Por otro lado, se visualizan posibles aplicaciones prácticas, en la medida que aspectos como los descritos anteriormente se consideren en acciones y estrategias en la línea de la prevención. Por último, entre las limitaciones de este estudio se encuentra la dificultad para determinar y discriminar factores predictivos de alto y bajo riesgo para TCA, lo que se configura como un aspecto de interés para investigaciones futuras, así como la realización de estudios comparativos de los mismos entre hombres y mujeres, ya que como sugiere Magallares (2016), si bien los TCA son menos frecuentes en hombres, esas diferencias podrían ser explicadas por ideologías de género, entre otros, lo que nuevamente, al pensar en programas preventivos, debiera ser considerado tanto en su diseño, como en su ejecución.

Agradecimientos

Este estudio fue posible gracias al financiamiento de la Comisión Nacional de Investigación Científica y Tecnológica (CONICYT), por medio del Fondo Nacional de Desarrollo Científico y Tecnológico (FONDECYT-Regular N° 1140085): *Cambios en la imagen corporal en adolescentes sometidos a cirugía bariátrica*.

Referencias

- AYLWIN, J., DÍAZ-CASTRILLÓN, F., CRUZAT-MANDICH, C., GARCÍA, A., BEHAR, R. y ARANCIBIA, M. (2016). "Vivencias y significados en torno a la imagen corporal en varones chilenos". *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, Vol. 7, pp. 125-134.
- BEHAR, R. (2010). "La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria". *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, Vol. 48, pp. 319-334.
- BOTELLA, L., RIBAS, E. y BENITO, J. (2009). "Evaluación Psicométrica de la Imagen Corporal: Validación de la versión española de multidimensional body self relations questionnaire (MBSRQ)". *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, Vol. XVIII, N° 3, pp. 253-264.

- BULLY, P., ELOSUA, P. y LÓPEZ, A. (2012). "Insatisfacción corporal en la adolescencia: Evolución de una década". *Anales de Psicología*, Vol. 28, N° 1, pp. 196-202.
- CASH, T. (1990). *The multidimensional Body-Self relations questionnaire*. Unpublished test manual, Old Dominion University, Norfolk, V.A. (Available on request from the author).
- CASH, T. y SMOLAK, L. (2011). "Understanding body images: Historical and contemporary perspectives" en: Cash, T. y Smolak, L. (Eds.) *Body Image. A handbook of science, practice and prevention*. London: The Guildford Press.
- CORNING, A., GONDOLI, D., BUCCHIANERI, M. y SALAFIA, E. (2010). "Preventing the development of body issues in adolescent girls through intervention with their mothers". *Body Image*, Vol. 7, pp. 289-295.
- COUSINEAU, T., FRANKO, D., TRANT, M., RANCOURT, D., AINSCOUGH, J., CHAUDHURI, A. y BREVARD, J. (2010). "Teaching adolescents about changing bodies: Randomized controlled trial of an Internet puberty education and body dissatisfaction prevention program". *Body Image*, Vol. 7, pp. 296-300.
- DEROGATIS, L. (1975). *The SCL-90-R. Clinical Psychometric Research*: Baltimore.
- ESPÓSITO, D. (2015). "Influence of prevalent aesthetic body model and body dissatisfaction in high school students". *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, Vol. 6, pp. 91-96.
- FRANCO, K., DÍAZ, F., LÓPEZ, A., ESCOTO, M., y CAMACHO, E. (2013). "Variables predictoras de riesgo de trastorno del comportamiento alimentario en mujeres". *Terapia Psicológica*, Vol. 31, pp. 219-225.
- FUENTES, S. (2015). "La formación de los cuerpos jóvenes y su diversidad: un estudio sobre la producción social de los cuerpos masculinos y distinguidos en el rugby de Buenos Aires". *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, Vol. 18, N° 7, pp. 66-82.
- GARCÍA, I. (2004). "Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de ambos sexos con y sin diabetes mellitus tipo 1". *Tesis para obtener el grado de Doctora en Psicología*. Barcelona, España: Universidad Autónoma de Barcelona.
- GEMPP, R. y AVENDAÑO, C. (2008). "Datos Normativos y Propiedades Psicométricas del SCL-90-R en Estudiantes Universitarios Chilenos". *Terapia Psicológica*, Vol. 26, N° 1, pp. 39-58.
- GLASER, B. y STRAUSS, A. (1967). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative research*. Chicago: Aldine.
- HERAS, D. (2015). "Descripción de la imagen corporal en adolescentes y jóvenes mujeres de 15 a 25 años de edad de la región metropolitana". *Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología*. Santiago, Chile: Universidad Adolfo Ibáñez.
- HART, L., CORNELL, C., DAMIANO, S. y PAXTON, S. (2015). "Parents and prevention: A systematic review of interventions involving parents that aim to prevent body dissatisfaction or eating disorders". *International Journal of Eating Disorders*, Vol. 48, N° 2, pp. 157-169.
- HERNÁNDEZ, R., FERNÁNDEZ, C. y BAPTISTA, P. (2003). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw.
- HERNÁNDEZ, L. y LONDOÑO, C. (2013). "Imagen corporal, IMC, afrontamiento, depresión y riesgo de TCA en jóvenes universitarios". *Anales de Psicología*, Vol. 29, N° 3, pp. 748-761.
- KAIN, J., UAUY, R., VIO, F. y ALBALA, C. (2001). "Trends in over weight and obesity prevalence in Chilean children: comparison of three definitions". *European Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 56, pp. 200-204.
- KRAUSE, M. (1995). "La investigación cualitativa: Un campo de posibilidades y desafíos". *Revista Temas de Educación*, Vol. 7, pp. 19-39.
- MAGALLARES, A. (2016). "Eating concerns, body dissatisfaction, thinness internalization and antifat attitudes and their relationship with gender ideology in a sample of men". *Anales de psicología*, Vol. 32, N° 1, pp. 167-173.
- MCLEAN, S., PAXTON, S. y WERTHEIM, E. (2013). "Mediators of the relationship between media literacy and body dissatisfaction in early adolescent girls: Implications for prevention". *Body Image*, Vol. 10, pp. 282-289.
- MELLOR, D., MCCABE, M., RICCIARDELLI, L. y MERINO, M. (2008). "Body dissatisfaction and body change

- behaviors in Chile: The role of sociocultural factors". *Body Image*, Vol. 5, pp. 205-215.
- MICHAEL, S., WENTZEL, K., ELLIOT, M., DITTUS, P., KANOUSE, D., WALLANDER, J., PASCH, K., FRANZINI, L., TAYLOR, W., QURESHI, T., FRANKLING, F. y SCHUSTER, A. (2014). "Parental and peer factors associated with body image discrepancy among fifth-grade boys and girls". *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 43, pp. 15-29.
- PEDERSEN, S., GRONHOJ, A. y THOGERSEN, J. (2015). "Following family or friends. Social norms in adolescent healthy eating". *Appetite*, Vol. 86, pp. 54-60.
- PONTON- CEVALLOS, J. (2015). "Entre el cuerpo y la publicidad: tensiones de la feminidad en el Ecuador". *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, N° 19, pp. 20-33.
- RAICH, R. (2010). *Imagen corporal: Conocer y valorar el propio cuerpo*. Madrid: Pirámide.
- RODGERS, R., MCLEAN, S., MARQUES, M., DUNSTAN, C. y PAXTON, S. (2016). "Trajectories of body dissatisfaction and dietary restriction in early adolescent girls: a latent class growth analysis". *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 45, pp. 1664-1677.
- RODRÍGUEZ, S. y CRUZ, S. (2006). "Evaluación de la imagen corporal en mujeres latinoamericanas residentes en Guipúzcoa. Un estudio exploratorio". *Anales de psicología*, Vol. 22, N° 2, pp. 186-199.
- SALABERRIA, K., RODRÍGUEZ, S. y CRUZ, S. (2007). "Percepción de la imagen corporal". *Osasunaz*, Vol. 8, pp. 171-183.
- SALAZAR, Z. (2007). "Imagen corporal femenina y publicidad en revistas". *Revista de Ciencias Sociales*, Vol. 2, N° 116, pp. 71-85.
- SOSSA, A. (2011). "Análisis desde Michael Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo". *Polis*, N° 28, pp. 559-581.
- SOTO, M., CÁCERES, K., FAURE, M., GÁSQUEZ, M. y MARENGO, L. (2013). "Insatisfacción corporal, búsqueda de la delgadez y malnutrición por exceso, un estudio descriptivo correlacional en una población de estudiantes de 13 a 16 años de la ciudad de Valparaíso". *Revista Chilena de Nutrición*, Vol. 40, pp. 10-15.
- STRAUSS, A. y CORBIN, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquía.
- TORO, J., CASTRO, J., GILA, A. y POMBO, C. (2005). "Assessment of Sociocultural Influences on the Body Shape Model in Adolescent Males with Anorexia Nervosa". *European Eating Disorders Review*, Vol. 13, pp. 351-359.
- TRUJANO, P., NAVA, C., DE GRACIA, M., LIMÓN, G., ALATRISTE, A. y MERINO, M. (2010). "Trastorno de la imagen corporal: Un estudio con preadolescentes y reflexiones desde la perspectiva de género". *Anales de psicología*, Vol. 26, N° 2, pp. 279-287.
- URZÚA, A., CASTRO, S., LILLO, A. y LEAL, C. (2009). "Evaluación de los trastornos alimentarios: propiedades psicométricas del test EDI-2 en adolescentes escolarizados(as) de 13 a 18 años". *Revista Chilena de Nutrición*, Vol. 36, N° 4, pp. 1063-1073.
- VAQUERO, R., ALACID, F., MUYOR, J. y LÓPEZ, P. A. (2013). "Imagen corporal: revisión bibliográfica". *Nutrición Hospitalaria*, Vol. 28, pp. 27-35.

E, corresponde al número de entrevista, y P, al número de párrafo.(Footnotes)

- 1 Inventario de síntomas SCL-90 de L. Derogatis, Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire, Eating Disorders Inventory -2.

Citado. HERAS-BENAVIDES, Dalila, DÍAZ-CASTRILLÓN, Fernanda, CRUZAT-MANDICH, Claudia y LECAROS-BRAVO, Javiera (2017) "(In) Satisfacción con la imagen corporal en jóvenes chilenas de 15 a 25 años: en la línea de la prevención." en *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - RELACES*, N°23. Año 9. Abril 2017-Julio 2017. Córdoba. ISSN 18528759. pp. 69-80. Disponible en: <http://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/439>.

Plazos. Recibido: 29/02/2016. Aceptado: 20/02/2017