



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK

FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO Y DEL  
COMPORTAMIENTO HUMANO

TESIS INVESTIGATIVA PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO  
PROFESIONAL TITULADO:

*“Estudio sobre el impacto del ideal de belleza en la imagen  
corporal”.*

REALIZADO POR:

**María José Cisneros Andrade**

DIRECTOR (A) DEL PROYECTO:

**Msc. Claudia Gabriela Terán Ledesma**

COMO REQUISITO PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

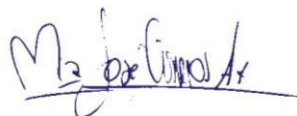
**PSICÓLOGA CLÍNICA  
2016-2021**

Quito – Ecuador  
Febrero, 2021

## **DECLARACIÓN JURAMENTADA**

Yo, MARÍA JOSÉ CISNEROS ANDRADE, con cédula de identidad No. 171541339-7, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, no ha sido previamente presentado para ningún grado de calificación profesional; y, he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

Por medio de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual relacionado a este trabajo a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK Ecuador, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, su reglamento y con base a la normativa institucional vigente hasta la fecha.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'María José Cisneros Andrade', with a horizontal line drawn underneath the signature.

**María José Cisneros Andrade**

**C.C.: 171541339-7**

## **DECLARATORIA**

El presente trabajo de investigación / titulación:

### **ESTUDIO SOBRE EL IMPACTO DEL IDEAL DE BELLEZA EN LA IMAGEN CORPORAL**

Realizado por:

**MARÍA JOSÉ CISNEROS ANDRADE**

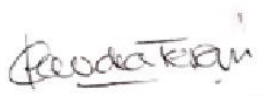
Como requisito para la obtención del título de:

**PSICÓLOGA CLÍNICA**

Ha sido dirigido por la docente/ Decana de la carrera de Psicología de la UISEK:

**Msc.Psic. CLAUDIA GABRIELA TERÁN LEDESMA**

Quién considera que constituye un trabajo original del autor.



**Msc.Psic. Claudia Gabriela Terán Ledesma**

**DIRECTORA DE TESIS**

## PROFESORES INFORMANTES

1. Msc. Claudia Terán
2. Msc. Esteban Ricaurte
3. Msc. Jaime Moscoso

Tras revisar y leer el presente trabajo investigativo, requisito obligatorio para la obtención del título profesional como PSICÓLOGA CLÍNICA de la República del Ecuador; presentado por la estudiante MARÍA JOSÉ CISNEROS ANDRADE acerca de el: *“Estudio sobre el impacto del ideal de belleza en la imagen corporal”*, los profesores informantes lo han calificado como apto para su defensa oral ante el tribunal examinador.



---

Msc. Claudia Terán



---

Msc. Esteban Ricaurte



---

Msc. Jaime Moscoso

## DEDICATORIA

Quiero dedicar este proyecto de titulación a mis lectores ya que todo lo expuesto a continuación busca concientizar sobre “El impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal”; ya que a pesar de ser un tema tabú, está presente en el diario vivir de todos.

A mi amada Mamita, Augusta Andrade V. Quién a pesar de sus condiciones físicas limitadas no ha dejado de ser un ejemplo de lucha, resiliencia y amor puro para conmigo; no me ha desamparado ni dejado de brindar apoyo, seguridad y libertad en mi desenvolvimiento tanto personal como espiritual para lograr obtener este gran título profesional que lo llevaré con orgullo; perpetuando toda aquella labor social, servicio a la comunidad y compromiso profesional que me permitiste aprender y brindar de ti. A dar, escuchar y solucionar cualquier vicisitud a través de tu ejemplo y consejos que he admirado y aprendido desde mi infancia hasta el día de hoy. Este título te lo dedico y comparto contigo; Te Amo. Gracias.

A mi querido papito, Mario Cisneros C. Quién me ha enseñado a luchar por lo que uno quiere aunque las condiciones no siempre sean las más favorables, me enseñaste que el amor incondicional si existe a través de tu ejemplo y amor hacia mi madre, a no rendirse, a jamás abandonar a su familia, siempre ser alegre, optimista y agradecido. Me has enseñado a valorar esa figura paterna que está tan subestimada por la sociedad a través de tu ejemplo: respeto a la mujer y paternidad responsable. Este logro te lo dedico y comparto contigo; Te Amo. Gracias.

A mi Tía Chío, por siempre confiar y apoyarme en cada uno de mis pasos desde que nací, los emprendimientos e ideas locas que he tenido... Siempre con una sonrisa, cariño y dispuesta a hacer todo por proteger a los suyos.

A mi Abuelita Laura, Quién desde el cielo sé que me cuida y está muy orgullosa de mí; de mis logros... de la mujer que criaron y crearon estas tres fuertes mujeres de mi vida en conjunto con mi padre. Quién no puede acompañarme físicamente por ahora pero sé que si pudiera hacerlo, como siempre me lo decía, estaría con una sonrisa enorme, sus cálidos y tiernos abrazos con los que solía recibirme cada vez que llegaba a verla o me relataba todas aquellas historias que siempre traían un toque de enseñanza y moraleja que me han servido en la vida hasta hoy.

## **AGRADECIMIENTOS**

A mis padres por su amor, apoyo, cuidado, paciencia enseñanzas, que me han brindado a lo largo de mi vida, a mi tía Chío y abuelita que me han llenado de amor el alma con su ayuda y ejemplo.

A mi amado novio, Sebastián Moreno, quien ha sido fundamental en este proceso; su amor, preocupación, apoyo, presión y ayuda me demostraban a diario que este logro lo haces también tuyo y que a veces te emocionas más que yo; me has enseñado el valor de ser perseverante, valiente, fuerte, paciente; enseñándome a trabajar en equipo para festejar y alcanzar nuestros objetivos en común a pesar de las diferencias y obstáculos que se puedan presentar en el transcurso de la vida.

A mis queridas 14 participantes de esta investigación; ya que sin ellas esta investigación no hubiera podido llevarse a cabo. Entre amigas y conocidas quiero agradecerles por su apertura para con mi investigación y por la confianza depositada en mí como la autora del estudio.

Agradezco a mis docentes que han formado parte importante en mi desarrollo como futura profesional desde los primeros semestres de mi carrera y que han sido pilares fundamentales en este viaje a través del conocimiento, especialmente a MSC. Claudia Terán Ledesma, Msc. Esteban Ricaurte, Msc. María Mercedes Bastidas, PhD. Anna Costales, PhD. Erik Arguello y PhD. Gabriela Pazmiño; en el maravilloso mundo de la psicología.

## ÍNDICE // TABLA DE CONTENIDO

### CONTENIDO

<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>13</b>
<b>1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>13</b>
<b>1.1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA... ..</b>	<b>13</b>
<b>1.1.2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>13</b>
<b>1.1.3. OBJETIVO GENERAL .....</b>	<b>13</b>
<b>1.1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....</b>	<b>14</b>
<b>1.1.5. HIPÓTESIS.....</b>	<b>14</b>
<b>1.1.6. JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>14</b>
<b>1.2. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>16</b>
<b>1.2.1. IDEAL DE BELLEZA.....</b>	<b>16</b>
<b>1.2.2. IMAGEN CORPORAL .....</b>	<b>19</b>
<b>1.2.3. FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES / IMAGEN CORPORAL NEGATIVA COMO FACTOR DE RIESGO .....</b>	<b>23</b>
<b>CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....</b>	<b>24</b>
<b>2.1. MUESTRA DE PARTICIPANTES.....</b>	<b>24</b>
<b>2.2. CRITERIOS DE INCLUSIÓN DE LA MUESTRA .....</b>	<b>25</b>
<b>2.3. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN DE LA MUESTRA.....</b>	<b>25</b>
<b>2.4. ANÁLISIS DE DATOS.....</b>	<b>25</b>
<b>2.5. INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN .....</b>	<b>26</b>
<b>CAPÍTULO III. RESULTADOS... ..</b>	<b>26</b>
<b>3.1. LEVANTAMIENTO DE DATOS.....</b>	<b>26</b>
<b>3.2. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS.....</b>	<b>26</b>
<b>3.3. GRÁFICOS DE LOS RESULTADOS DEL CUESTIONARIO BSQ-34.....</b>	<b>27</b>
<b>3.3.1. SUMATORIA RESULTADOS PARTICIPANTES (P), RANGO MAX / MIN Y EIDADES.....</b>	<b>27</b>
<b>3.3.2. RESULTADOS DEL TANGO Y PORCENTAJES GENERALES SUMATORIA BSQ- 34.....</b>	<b>28</b>
<b>3.3.3. MEDIA, DESVIACIÓN ESTÁNDAR, PROMEDIO EDAD MUESTRA BSQ-34.....</b>	<b>29</b>
<b>3.3.4. DESCRIPCIÓN FACTOR 1 (SATISFACCIÓN CORPORAL) Y FACTOR 2 (PREOCUPACIÓN POR EL PESO) DE LA MUESTRA BSQ-34 POR NÚMERO DE PREGUNTAS... ..</b>	<b>29</b>
<b>3.3.5. FACTOR 1 (INSATISFACCIÓN CORPORAL).....</b>	<b>30</b>
<b>3.3.5. FACTOR 2 (PREOCUPACIÓN POR EL PESO).....</b>	<b>30</b>
<b>3.3.6. RESULTADOS DE LOS PORCENTAJES OBTENIDOS SEGÚN RANGO DEL FACTOR 1 / FACTOR 2 , QUE SE SUBDIVIDE EN EL TEST BSQ- 34... ..</b>	<b>31</b>
<b>3.3.7. RANGO DE MEDIDA PARA FACTOR 1 - FACTOR 2.....</b>	<b>31</b>
<b>3.3.8. GRÁFICOS Y PASTELES, PORCENTAJES PREGUNTAS 1-34 ; CUESTIONARIO BSQ-34.....</b>	<b>32</b>

<b>3.4. RESULTADOS Y CATEGORIZACIÓN PREGUNTAS CUALITATIVAS (1,2,3,9,10,11,12,13) DE LA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA) .....</b>	<b>49</b>
<b>3.4.1. RESULTADOS CUANTITATIVOS DE LA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA), PREGUNTAS NÚMERO (4,5,6,7,8) .....</b>	<b>57</b>
<b>CAPÍTULO IV . CORRELACIÓN DATOS ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA) Y CUESTIONARIO BSQ-34.....</b>	<b>59</b>
<b>4.1. RESULTADOS, CORRELACIÓN - METANÁLISIS DE LA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA) Y CUESTIONARIO BSQ-34.....</b>	<b>60</b>
<b>4.1.1. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 1 EN RELACIONA IC3... ..</b>	<b>60</b>
<b>4.1.2. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 2 EN RELACIÓN A IC 2.....</b>	<b>61</b>
<b>4.1.3. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 3 EN RELACIÓN A IC7-IC22... ..</b>	<b>62</b>
<b>4.1.4. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 4 EN RELACIÓN A IC9.....</b>	<b>63</b>
<b>4.1.5. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 5 EN RELACIÓN A IC18.....</b>	<b>64</b>
<b>4.1.6. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 6 EN RELACIÓN A IC33.....</b>	<b>65</b>
<b>4.1.7. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 7 EN RELACIÓN A IC 20- IC 34 .....</b>	<b>66</b>
<b>4.1.8. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 8 EN RELACIÓN A IC12-IC25 .....</b>	<b>67</b>
<b>4.1.9. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 9 EN RELACIÓN A IC23.....</b>	<b>68</b>
<b>4.1.10. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 10 EN RELACIÓN A IC31... ..</b>	<b>69</b>
<b>4.1.11. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 11 EN RELACIÓN A IC29... ..</b>	<b>70</b>
<b>4.1.12. GRÁFICOS E INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LA PREGUNTA 12 EN RELACIÓN A IC24... ..</b>	<b>71</b>
<b>CAPÍTULO V. DISCUSIÓN.....</b>	<b>71</b>
<b>5.1. ANÁLISIS CUALITATIVO (1.2.3.9.10.11.12.13).....</b>	<b>74</b>
<b>5.2. ANÁLISIS CUANTITATIVO (4.5.6.7.8).....</b>	<b>77</b>
<b>5.3. CONCLUSIONES... ..</b>	<b>78</b>
<b>5.4 RECOMENDACIONES.....</b>	<b>79</b>
<b>CAPÍTULO VI. ANEXOS.....</b>	<b>81</b>
<b>6.1. ANEXO 1... ..</b>	<b>81</b>
<b>6.1.1. ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA IDEAL DE BELLEZA (MIXTA).....</b>	<b>81</b>
<b>6.2. ANEXO 2... ..</b>	<b>82</b>
<b>6.2.1. CUESTIONARIO BSQ-34 .....</b>	<b>82</b>



## RESUMEN

La imagen corporal en relación a la mujer y su belleza ha sido un tema de interés social y personal muy relevante a lo largo de la historia; por lo tanto, por medio de este trabajo de titulación, se plantea estudiar y conocer cuál es el impacto de los estándares de belleza femenino (ideal de belleza) en la actualidad sobre la imagen corporal en 14 mujeres Ecuatorianas.

El presente trabajo de estudio, con propósito investigativo es un procedimiento no experimental, transversal, de tipo exploratorio descriptivo y realizado desde un método mixto cualitativo, cuyo procedimiento inductivo - deductivo y correlacional., respaldado por la teoría y bases bibliográficas. El objetivo principal es conocer cómo podría impactar el ideal de belleza femenina, esta imagen idealizada de lo que es bello y lo que no, es reproducida e integrada en nosotros a través de las experiencias personales, canales de comunicación que nos rodean, publicidad, cultura, expectativas de la sociedad, entre otros factores determinantes que se observa a través de los medios informativos y de conocimiento social. De esta manera se espera conocer cuál es el impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal, con la aplicación de dos instrumentos de medición estadística y un consentimiento informado:

1. En primer lugar se aplicó el cuestionario BSQ-34 , elaborado por Cooper y colaboradores en 1987 el cual mide insatisfacción corporal y preocupación por el peso.
2. El segundo instrumento fue una entrevista semiestructurada mixta realizada por la investigadora en cuestión con la finalidad de abordar el ideal de belleza en relación a la percepción de cada participante abordando elementos de preocupación y realidad social.
3. Se adjuntó además, un consentimiento informado donde las mujeres aceptan participar en la investigación permitiendo que los datos obtenidos puedan ser publicados y utilizados con fines académicos.

Con la finalidad de poder conocer y relacionar el impacto del ideal de belleza frente a la imagen corporal; y, así conocer la libre opinión de un grupo de 14 mujeres de entre 22 a 56 años de edad, ecuatorianas.

Con base a la hipótesis de la presente investigación, se concluyó que el impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal tiene un peso significativo en las mujeres más jóvenes, las cuales manifestaron mayor insatisfacción en la percepción corporal y preocupación por el peso (características principales de los TCA) relacionado a la ferviente necesidad de

encajar en este ideal de belleza actual. Posible indicador que a nivel psicológico podría desencadenar conductas desadaptativas o de compensación, generando un gran impacto psicológico y posibles riesgos psicosociales. Las participantes supieron manifestar además, haber generado conductas de compensación en el pasado y actualmente tales como: (Dietas extremas, deseo de modificar estéticamente alguna parte de su cuerpo y arduo ejercicio físico) relacionado a la insatisfacción corporal influenciado por el ideal de belleza. A su vez, factores de riesgo psicosocial tales como: la inseguridad, discriminación, pensamientos automáticos negativos, aislamiento social, familiar y dificultad para entablar nuevas relaciones; entre otros factores, se vieron reflejados en las subcategorías de la entrevista semiestructurada mixta (Ideal de belleza).

Asimismo, se pudo observar que a menor edad (22 a 28 años) es mayor la insatisfacción y preocupación por el peso en mujeres adultas jóvenes a diferencia de las mujeres de entre (30 a 56 años) las cuales puntúan menor insatisfacción y preocupación por el peso, reflejando mayor aceptación de su insatisfacción corporal ya que toda la población mostró en algún grado no estar conforme al cien por ciento con su cuerpo e imagen. Porcentajes directamente vinculados con los resultados sobre la necesidad de encajar con el ideal de belleza actual; descrito como: “Un cuerpo joven, tonificado y delgado”; sin dejar de lado la idea central de que los ideales de belleza jamás han sido ni serán únicos o generales para la población, pero si existe un referente para cada edad y cultura dependiendo del país en el que se encuentre la muestra a ser estudiada.

**Palabras clave:** Ideal de belleza, Imagen corporal, Cuestionario BSQ-34, Desarrollo Psicosocial, Impacto Psicológico.

## ABSTRACT

Body image in relation to women and their beauty has been a topic of very relevant social and personal interest throughout history; Therefore, through this degree work, it is proposed to study and know what the impact of female beauty standards (ideal of beauty) is currently on body image in 14 Ecuadorian women.

The present work of study, with investigative purpose, is a non-experimental, cross-sectional, descriptive exploratory procedure and carried out from a qualitative mixed method, whose inductive-deductive and correlational procedure, supported by the theory and bibliographic bases. The main objective is to know how the ideal of feminine beauty could impact, this idealized image of what is beautiful and what is not, is reproduced and integrated in us through personal experiences, communication channels that surround us, advertising, culture , expectations of society, among other determining factors observed through the media and social knowledge. In this way, it is expected to know what is the impact of the ideal of beauty on body image, with the application of two statistical measurement instruments and an informed consent:

1. In the first place, the BSQ-34 questionnaire was applied, prepared by Cooper et al. In 1987, which measures body dissatisfaction and concern about weight.
2. The second instrument was a mixed semi-structured interview conducted by the researcher in question in order to address the ideal of beauty in relation to the perception of each participant, addressing elements of concern and social reality.
3. An informed consent was also attached where the women agree to participate in the research allowing the data obtained to be published and used for academic purposes.

In order to know and relate the impact of the ideal of beauty against body image; and, thus, to know the free opinion of a group of 14 women between 22 and 56 years of age, Ecuadorians.

Based on the hypothesis of the present investigation, it was concluded that the impact of the ideal of beauty on body image has a significant weight in younger women, who expressed dissatisfaction in body perception and concern about weight (main characteristics of TCAs) related to the fervent need to fit into this current ideal of beauty. Possible indicator that at a psychological level could trigger maladaptive or compensatory behaviors, generating a great psychological impact and possible psychosocial risks. The participants also knew how to manifest, having generated compensatory behaviors in the past and currently such as: (Extreme diets, desire to aesthetically modify some part of their body and arduous physical exercise) related to body dissatisfaction influenced by the ideal of beauty. In turn, psychosocial risk factors such as: insecurity, discrimination, negative automatic thoughts, social and family isolation and difficulty in establishing new relationships; Among other factors, they were reflected in the subcategories of the mixed semi-structured interview (Ideal of beauty).

Likewise, it was observed that at a younger age (22 to 28 years), dissatisfaction and concern about weight is greater in young adult women, unlike women between (30 to 56 years) who score less dissatisfaction and concern about weight. weight, reflecting greater acceptance of their body dissatisfaction since the entire population showed to some degree not being 100 percent satisfied with their body and image. Percentages directly linked to the results on the need to fit in with the current ideal of beauty; described as: "A young, toned and slim body"; Without neglecting the central idea that beauty ideals have never been and will never be unique or general for the population, but there is a reference for each age and culture depending on the country in which the sample to be studied is located.

**Keywords:** Beauty Ideal, Body Image, BSQ-34 Questionnaire, Psychosocial Development, Psychological Impact.

## **CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1.1. Planteamiento del problema**

**“La belleza nunca debe ser un ideal impuesto”**

**Dra. Cristina Brasó**

Es claro que ha habido un cambio en cuanto a cómo se relacionan las mujeres con su cuerpo; en principio mediante prácticas de bienestar, y de aquí a la generación de situaciones de malestar en el cuerpo en las que prevalece el rechazo a la propia imagen. ¿Cuál es el impacto del ideal de belleza con respecto a la percepción de nuestra imagen corporal? ¿Cómo afecta el ideal de belleza en la autoestima y la interacción social? Son algunas de las preguntas que motivan este trabajo de titulación; preguntas que son necesarias poner sobre la mesa para poder intervenir en la aceptación del cuerpo diferente y del ser que lo habite, reconocer los posibles factores de riesgo que implican tener la necesidad de encajar en la norma social relacionado al ideal de belleza; elemento que en muchas ocasiones aparece al tener un pobre auto concepto frente a la imagen corporal, pudiendo de esta manera con el análisis de este estudio generar ideas de prevención y tratamiento relacionado a: cómo manejar y enfrentar la estigmatización social, autoestima, aceptación, emocional, imagen corporal, ideal de belleza, etc. Con la única finalidad de promover aceptación tanto de nosotros mismos como respeto y tolerancia hacia la diferencia (Domingo Bartolomé, 2014).

#### **1.1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

- ¿Qué impacto tiene el ideal de belleza en la imagen corporal de las mujeres?

### **1.1.3 Objetivo General:**

- Conocer el impacto y relación del ideal de belleza sobre la imagen corporal mediante la aplicación de dos cuestionarios que miden IC (Insatisfacción corporal) BSQ-34 e Ideal de belleza (Entrevista semiestructurada mixta) abordando estratégicamente los temas a convenir para la presente investigación.

### **1.1.4 Objetivos Específicos:**

- Medir la estimación sobre la imagen corporal y preocupación sobre el peso en 14 mujeres mediante la aplicación del cuestionario BSQ-34.
- Medir el impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal mediante la aplicación de la entrevista semiestructurada mixta.
- Determinar la relación entre la percepción del ideal de belleza sobre la imagen corporal mediante el análisis de los resultados obtenidos y sus posibles consecuencias a nivel psicosocial y personal.

### **1.1.5 HIPÓTESIS**

- El impacto que genera el ideal de belleza actual sobre la imagen corporal, puede desembocar en pensamientos negativos o pobre auto concepto hacia su ser e imagen corporal; así como preocupación por el peso corporal. pudiendo repercutir de manera negativa en su estimación personal, relaciones interpersonales, laborales, seguridad y TCA (Trastornos de la conducta alimentaria).

### **1.1.6 JUSTIFICACIÓN**

La presente investigación tiene como base teórica la mirada de LA TERAPIA COGNITIVA DE AARON BECK, en cuyos principales conceptos teóricos muestra a la terapia cognitiva como parte de un sistema de psicoterapia basado en una teoría de la psicopatología que mantiene que la percepción y la estructura de las experiencias del individuo determinan sus sentimientos y conducta (Andino Carrión, 2015).

Esto hace referencia a la estructura del pensamiento de cada individuo, a los patrones cognitivos estables mediante los que conceptualizamos nuestra experiencia. Poniendo como referencia a la organización conceptual abstracta de valores, creencias y metas personales de las que podemos, o no, ser conscientes. Los esquemas pueden permanecer inactivos a lo largo del tiempo y ante situaciones desencadenantes activarse y actuar a través de situaciones concretas pudiendo provocar distorsiones cognitivas, alteración en el procesamiento cognitivo de la información y cogniciones automáticas o

pensamientos negativos, que serían los contenidos de las distorsiones cognitivas (Andino Carrión, 2015).

¿A qué nos referimos al mencionar la palabra cognición dentro de este contexto?

Cognición: Es la valoración de acontecimientos hecha por el individuo y referida a eventos temporales pasados, actuales o futuros. Los pensamientos e imágenes de los cuales podemos ser conscientes o no dentro del sistema de cogniciones se dividen en dos:

### **1. Sistema cognitivo maduro:**

El cual hace referencia al proceso de información real. Contiene los procesos que podemos denominar tales como: procesamiento racional y de resolución de problemas con base a experiencias, hipótesis o verificación.

### **2. Sistema cognitivo primitivo:**

El cual hace referencia al epígrafe o esquema de supuestos personales inscritos que dan paso a las creencias negativas. Esta organización cognitiva sería la predominante en los trastornos psicopatológicos (Andino Carrión, 2015).

**\*Creencias:** Pensamientos potenciadores o limitantes que generan veracidad absoluta como si los hechos y pensamiento relacionados se convierten en verdades universales (Vico. A, 2015).

Por lo tanto, el presente estudio de carácter investigativo, busca conocer cuál es el “*Impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal*”; cuya intención es poder relacionar la teoría en relación al procesamiento cognitivo, pensamiento, creencias y experiencias; las cuales influyen directamente en la percepción, pensamientos automáticos e identificación de las mujeres con figuras de referencia y pares en sus distintas etapas de desarrollo, enfocándose prioritariamente en las etapas de adultez temprana y madura que rigen a la presente investigación.

Con base a lo mencionado anteriormente, según Grant y Cash, 1995. La teoría cognitivo conductual ofrece intervenciones y técnicas que fueron desarrolladas y aplicadas a un grupo específico los cuales presentaban alteraciones en la IC. Dichas intervenciones incluyen como componentes terapéuticos: proveer información a los participantes sobre la IC y las alteraciones de la IC; desensibilización sistemática (DS) e imaginación de áreas relacionadas con la apariencia física que generan malestar.

El paso posterior suele ser la Desensibilización sistemática (DS) en vivo basándose en la misma jerarquía que conforman los aspectos de la apariencia física frente a un espejo; incluyendo la modalidad de reestructuración cognitiva de las posibles cogniciones desadaptadas sobre los propios “defectos” en particular y sobre la apariencia física en general de los pacientes. Algunos programas se detienen únicamente en cogniciones

superficiales como los pensamientos específicos que tienen las personas tratadas sobre el aspecto o aspectos físicos que desagradan y otros van más allá y trabajan también cogniciones profundas o suposiciones básicas sobre la apariencia física y su autoestima, sin dejar de lado la importancia de las relaciones interpersonales, como por ejemplo; la necesidad de ser perfecto estéticamente, la necesidad de agradar a todo el mundo o lo terrible de mostrar las propias imperfecciones estéticas a los demás (David Sánchez-Carracedo, 2004).

Por otra parte, la intervención, técnicas y utilidad con la que cuenta la terapia cognitivo conductual, la cual tiene como base teórica y de tratamiento la importancia de intervenir y gestionar una percepción negativa en la IC de los individuos en general; la siguiente investigación espera aportar con un granito de arena más en función de la amplia gama de factores psicológicos que podrían interferir en la psiquis humana. Cuyo afán es conocer cuál podría ser: *“El impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal”*.

## 1.2 . MARCO TEÓRICO

### 1.2.1 Ideal de belleza

¿De dónde nace el concepto de “belleza o ideal de belleza”? a continuación se mencionara la evolución de la “Belleza”, por medio de un breve recorrido histórico el cual arrojará información de cómo ha ido mermando el concepto de lo que es “idealmente bello” a lo largo del tiempo, y como ha ido instaurándose en nuestro ADN esta búsqueda insaciable por alcanzar lo “bello”, belleza claramente impuesta por la cultura, normas y estereotipos tanto sociales como personales que han ido despertando interés dentro de la psicología clínica y sus múltiples psicopatologías ya que la necesidad de alinearse al ideal de belleza podría desencadenar factores de riesgo psicosociales. (Parejo, 2010).

El concepto de “belleza” para la mujer, comienza en el antiguo Egipto (1292-1960 A.C) donde la belleza de la mujer ideal o perfecta debía tener una figura esbelta: espalda, brazos y rostros simétricos y delicados; caderas poco anchas y piernas esbeltas. Con el pasar del tiempo en la antigua Grecia (500-300 A.C) surge un nuevo concepto clásico de belleza: figura robusta, curvas pronunciadas, cara redondeada y una piel muy pálida conocida también como la “versión deforme de un hombre”. Dicha belleza vuelve a tener un giro en su concepto en la Dinastía Han en China (206 A.C- 220 D.C) en medio oriente la idea de mujer o ideal de belleza femenina era completamente distinta, se prefería una figura delgada, pechos pequeños, pies pequeños, ojos grandes, labios delgados y cintura fina; quien cumplía con este canon de belleza era admirada y vista como símbolo de estatus entre las mujeres chinas; luego surge el Renacimiento Italiano (1400-1700) hermosas doncellas con piel blanca, mejillas rosadas, labios pequeños, ojos grandes azules o verdes, acompañadas de un cuerpo Robusto, estómagos redondeados, cabellera rubia y caderas anchas como símbolo de la “mujer perfecta” relacionado también con la feminidad y fertilidad. La Era Victoriana (1837-1901) el



ideal de las chicas con curvas, finas y respingadas sigue estando en auge, la figura femenina de reloj de arena llamaba mucho la atención; es aquí donde se da inicio a las primeras utilizaciones de recursos externos para favorecer un canon de belleza o en este caso la silueta y es el uso de Corsé. A continuación llegan los maravillosos años 20 's (1920) existe un giro radical ya que no quieren seguir utilizando corsé e imponen cambios de Look entre ellas, el ideal de belleza es cuerpo delgado, figura juvenil, cejas delgadas, labios grandes y pocas curvas. Años más tarde aparece la Época de Oro de Hollywood (1930-1950) Las chicas con curvas se apropian nuevamente del canon de belleza y lo hicieron de una manera poco usual, esta referencia de “Bello” está puesto sobre celebridades de la época, tales como: Marilyn Monroe y Jane Russel; la figura de reloj de arena y labios rojos marcan un nuevo concepto del “ideal de belleza”. Sigue a este recorrido histórico la Década de los 60's, año en que se vuelve a desplazar esta figura robusta por una súper esbelta, siguiendo como referencia a la modelo “Twiggy” quien contaba con enormes ojos, labios delgados y piernas largas, en fin un “Look adolescente” (López, 2018).

Llega la Época de las Supermodelos (1980) donde la figura que destacaba como bello tenía que ser atlético y delgado. En el año de 1990 el ideal de belleza puso en peligro la vida de muchas mujeres por seguir dicho canon, bautizado como: “Belleza Enfermiza”, se caracterizaba por lucir extremadamente delgadas, lucir enfermas y con características físicas como tener rasgos andróginos, piel traslúcida, pecho plano, caderas angostas, piernas largas y muy delgadas. Nos acercamos cada vez más a la actualidad, pero sin antes dar paso a la llegada de la “Belleza Millennial o postmoderna” (2000-2017), ideal de belleza que hace oda al “Cuerpo Latino” como: Kim Kardashian o Jlo, mujeres con busto amplio, abdomen plano, espacio entre los muslos, caderas y trasero grandes, en cuanto al rostro se busca mujeres con labios gruesos, ojos grandes y pómulos altos. Finalmente llega el nuevo concepto de “Belleza incluyente” (2018) se maneja como ideal de belleza, justamente los diferentes tipos de belleza, las distintas cualidades hacen única y hermosa a la mujer con la finalidad de romper estereotipos e ideales inalcanzables de conseguir en su totalidad (López, 2018).

Es así, como se puede mencionar que el ideal de belleza femenina, que también incluye la forma del cuerpo femenino, varía de cultura en cultura. Dichos ideales de belleza femenina están tan arraigados en nuestro sistema de creencias que influyen fuertemente incluso en las mujeres de todas las orientaciones sexuales, está relacionado con éxito profesional y personal. La presión para ajustarse a una cierta definición de "belleza" puede tener efectos psicológicos, como depresión, trastornos de la alimentación, baja autoestima y dificultad para establecer relaciones, desde la edad de un adolescente hasta la adultez (Arteaga, 2020).

¿Qué denota el ideal de belleza en la actualidad?

En la actualidad el ideal de belleza es la noción socialmente construida de que el atractivo físico es uno de los activos más importantes de una persona, especialmente en

las mujeres, y algo que todas deben esforzarse por alcanzar y mantener. Prototipo, que ha servido y sirve de modelo mental. Es importante destacar que esta belleza ideal es opuesta a la belleza real. (Arteaga, 2020).

Un ejemplo de que esta belleza ideal es irreal o inalcanzable y como el ideal de belleza ha llegado a tener tal impacto a nivel mundial e interculturalmente; en algunos países como En Japón, la situación es similar: cada vez son más las mujeres que llegan a límites insospechados para ser bellas y perfectas. Japón es el tercer país en la lista de países donde más cirugía estética se hizo (por detrás de Estados Unidos y Brasil) en 2015 (J.K., 2016).

La mayoría de procedimientos quirúrgicos faciales están claramente orientados a tener la apariencia “perfecta”. En un país donde la perfección se busca incluso en la forma de servir la comida para llevar, estos estándares de belleza son prácticamente inalcanzables. Algunos van más allá, catalogandolos de “occidentalizados”: esto hace referencia a conseguir una apariencia caucásica (J.K., 2016).

Por otra parte, las concepciones y creencias de belleza varían entre las diferentes culturas. Dentro de las culturas occidentales por ejemplo, tener una cintura más pequeña y caderas más grandes tiene una gran influencia. Esto difiere en las culturas orientales (Arteaga, 2020).

¿Los medios de comunicación tendrán algún tipo de influencia en esta búsqueda por alcanzar el ideal de belleza?

Los modelos publicitarios transmitidos a través de diferentes formatos influyen de manera clara en la valoración que hacemos de nuestro propio cuerpo y atributos físicos en relación al canon de belleza actual , sobre todo durante la infancia y la adolescencia (García-Ochoa, 2010).

De igual manera, en muchas ocasiones las mujeres son presionadas por sus compañeros de clase, ya que cualquier rasgo que no entre en la oposición binaria de lo bello o feo, es normalmente objeto de burla o abuso tanto físicos como psicológicos (Bullying). En la actualidad existe un fenómeno preocupante y es que los padres cada vez más tienen menor control sobre el contenido al que el niño está expuesto ya que existe mayor libertad en cuanto al acceso de información en la nube por medio de una Tablet o su celular a un mundo interminable de múltiples opciones e información basura. El estereotipo está vinculado directamente al rol femenino, por tanto, son absorbidos desde muy temprana edad. “Las niñas están recibiendo este mensaje desde muy jóvenes en estos días. Les dicen que tienen que ser imposiblemente bellas, sexis y extremadamente delgadas. Las niñas se sienten bien con ellas mismas cuando tienen ocho, nueve, diez años, pero cuando llegan a la adolescencia se pegan contra una pared y gran parte de esta pared es este terrible énfasis en la perfección física.” (Kilbourne, 2010)

Los medios de comunicación ejercen una gran influencia en la adolescencia, aportan severamente a adoptar y mantener las normas que impone la cultura de la delgadez y esbeltez, generando a su vez una sensación constante de que “algo no está bien en ti”, careces de “algo” . por lo que para alcanzar este canon de belleza, las mujeres en su gran mayoría optan por adoptar conductas obsesivas con el fin de acercarse a este canon de belleza que como ha sido previamente mencionado es inalcanzable; llegando a dañar incluso su salud física, emocional y mental. (Cruz, 2000)

Debido a este problema social, en la actualidad existe una nueva iniciativa a modo de campañas de prevención que hoy en día tienen como concepto que: “El ideal de belleza de hoy es ser fiel a uno mismo, a su naturaleza, a su belleza natural, su estilo y lo que cada uno considera bello. Lo importante es estar feliz con uno mismo.” (Carín, 2020).

### **1.2.2 Imagen corporal**

¿La percepción que tenemos acerca de nuestra imagen corporal podría estar influenciada por el ideal de belleza?

Es una pregunta que se ha planteado tras el análisis amplio de lo que incluye el término “ideal de belleza”, por lo tanto, ¿Qué es la imagen corporal o (IC) abreviado? Según Raich (2000), “Es la representación del cuerpo que cada persona construye en su mente y la vivencia que tiene del propio cuerpo”.

¿Qué factores construyen evolutivamente la imagen corporal en la vida de cada persona?

La imagen corporal se va construyendo evolutivamente a través de las diferentes etapas de la vida las cuales se van interiorizando en la psiquis de cada persona, relacionando directamente aquellas experiencias o vivencias que pueda atravesar nuestro cuerpo en el transcurso de la vida con la emoción que esta pudo provocar, en el caso de las mujeres, solo por poner un ejemplo, atraviesan más variaciones corporales importantes que los hombres debido a los embarazos como bien es de conocimiento social (Salaberria, Rodríguez, & Cruz, 2007).

A su vez, retomando la construcción evolutiva de la imagen corporal; el primer acercamiento sobre cómo se construye la imagen corporal se remonta hacia los bebés de entre 4-5 meses de edad en donde empiezan a distinguirse entre ellos, los objetos externos y a sus cuidadores, hacia los 12 meses comienzan a andar y explorar el entorno. Los niños de 1 y 3 años experimentan la relación entre el cuerpo y el ambiente al igual que el desarrollo de habilidades motoras y el control de esfínteres. A partir de los 4 a 5 años, los niños comienzan a utilizar el cuerpo para describirse a sí mismos y vivenciar sus fantasías, se integran así los sentidos de la vista, el tacto, el sistema motor y sensorial. En la adolescencia se vive el cuerpo como fuente de identidad, de auto-concepto y autoestima. Es la etapa de la introspección y el auto escrutinio, de la comparación social y de la autoconciencia de la propia imagen física y del

desenvolvimiento social, que podrá dar lugar a la mayor o menor insatisfacción con el cuerpo (Salaberria, Rodríguez, & Cruz, 2007).

Por lo tanto, en la adolescencia; etapa del desarrollo que transcurre desde el inicio de la pubertad (aparición de los caracteres sexuales secundarios a raíz de cambios hormonales) hasta la finalización del crecimiento biológico y del desarrollo psicológico y social del individuo, aunque éste seguirá con cierta evolución durante todo el ciclo vital. Su inicio y finalización es diferente en cada individuo, y es más tardía en el varón. La adolescencia es un periodo primordial para el desarrollo psicosocial, siendo cuatro los hitos a alcanzar en esta etapa de la vida:

1. La lucha por pasar de la dependencia de las figuras parentales, a la independencia.
2. Preocupación incrementada por el aspecto corporal en una sociedad donde hay una constante preocupación en este sentido. Pero el interés en el adolescente es sobre todo para tener un aspecto, o imprimir una marca, diferente a la de sus padres, que en la actualidad puede ser a través de los piercings y tatuajes.
3. Integración en el grupo de amigos, teniendo este hecho mayor importancia al inicio de la adolescencia para perder fuerza al final del desarrollo psicosocial a favor de una relación individual más íntima con quien compartir pensamientos y sentimientos.
4. Desarrollo de la propia identidad, Es la condición humana de vivir en sociedad; la cual implica una influencia a través del discurso del entorno en el que nos desarrollamos generando así, ideas, emociones y pensamientos que se instauran en el psiquismo de la persona. A través de las relaciones con los otros se da inicio a las más importantes herramientas y características de cada uno de nosotros. La relación con el otro es la base para la construcción de la autoestima, de la identidad y el desarrollo personal en general, partiendo de ese uno indispensable que es la madre, sin la cual no puede haber vida. (Ives, 2002).

Igualmente, hablar de imagen corporal está inmediatamente vinculado a un estándar de belleza o seguir una moda; la apariencia física (la exposición del cuerpo al mundo) y la imagen corporal en sí misma, puede llegar a generar un conflicto personal y social. Generando así una barrera en la interacción social para las personas, dependiendo además, de la percepción que tenga sobre sí mismo frente a la imagen corporal (Raich, 2004).

Estas experiencias de exclusión y marginalización plantean posibles riesgos para la salud de los individuos, que incluyen:

- **Psicológicos:** depresión, ansiedad, baja autoestima, pobre imagen corporal.
- **Sociales:** rechazo social por parte de los compañeros, baja calidad de relaciones.
- **Físicos:** prácticas de control de peso no saludables, atracones de comida, ayunos intermitentes, restricción alimentaria, ejercicio, evitar el uso de cierto tipo de ropa, evitar interacción social (De Domingo Bartolomé, 2014).

Ahora bien, ¿Qué elementos componen a la imagen corporal?

La imagen corporal se compone de tres elementos:

**1. Aspectos perceptivos:**

Es la precisión con la que percibimos el tamaño, peso y forma del cuerpo, en su totalidad o sus partes. Las alteraciones en la percepción pueden dar lugar a sobreestimaciones o subestimaciones.

**2. Aspectos cognitivos-afectivos:**

Son todas aquellas actitudes, sentimientos, pensamientos, valoraciones del cuerpo, su tamaño, su peso, su forma en su totalidad o algunas partes de él. Desde el punto de vista emocional la imagen corporal incorpora experiencias de placer, displacer, satisfacción, disgusto, rabia, impotencia, entre otros.

**3. Aspectos conductuales:**

Las conductas que se derivan de la percepción y de los sentimientos asociados con el cuerpo. Puede ser su exhibición, la evitación, la comprobación, los rituales, su camuflaje, etc. (Bermúdez Borja B, 2012).

Por lo tanto, el impacto en cuanto a la percepción de la imagen corporal hacia uno mismo, podría no ser adecuada generando alteraciones en el bienestar de los sujetos. La imagen corporal o (IC), puede comprender percepciones, actitudes, creencias, sentimientos y comportamientos relacionados con la apariencia física (Cash, 2004).

● Ejemplo:

Dentro de la corriente cognitivo conductual, se explica que existen pensamientos automáticos que podrían instaurarse en nuestro sistema de creencias los cuales se relacionan con experiencias y emociones previas que experimentamos en el transcurso de nuestras vidas, por lo tanto; como se mencionó anteriormente a lo largo de las etapas evolutivas y en la consolidación de la identidad durante la adolescencia. La relación que este pueda tener con la percepción del ideal de belleza y la imagen corporal tienen una amplia cabida en las personas (Salaberria, Rodríguez, & Cruz, 2007).



Frente a un suceso X, el individuo puede dar una interpretación positiva o negativa en relación a como que esté instaurado en su sistema de creencias (pensamientos automáticos), llevándolo/a quizá a actuar de una manera saludable o poco saludable en relación a su apariencia y posibles conductas (Salaberria, Rodríguez, & Cruz, 2007).

Por otro lado, recordar que dentro de la sociedad de consumo, la imagen corporal es en muchas ocasiones mejor valorada que un buen currículum y considerada sinónimo de éxito; son muchas las personas que sucumben a los cantos de sirena lanzados desde los comerciales invitándonos a conseguir un cuerpo más “deseable” (De Domingo Bartolomé, 2014).

Es importante tomar en cuenta que tener una imagen corporal negativa no es un problema aislado, tiene un efecto nocivo en varios aspectos importantes que podrían interferir en el desarrollo saludable psíquicamente hablando del ser humano, hay una relación estrecha entre una imagen corporal de rechazo y una baja autoestima, es decir que el valor de persona es menor. “Los estudios confirman que por lo menos un tercio de la propia autoestima se refiere a lo positiva o negativa que resulta la autoimagen. Si a uno no le gusta su cuerpo es difícil que le guste la persona que vive en él” (Raich, 2013).

Esto se expande a otras áreas con la misma premisa; es difícil que se dé una alta valoración o incluso que se tome en cuenta otros atributos como la inteligencia o las habilidades de forma separada del cuerpo, en especial en mujeres que asocian estas cualidades a una imagen de belleza como único factor de valía personal (Raich, 2004).

Con base a lo mencionado anteriormente, Según Cash, Thompson y Pruzinsky, (1990). “La apariencia física es la primera fuente de información en la interacción social, es la realidad física, y sabemos que la fealdad, la desfiguración, la deformación congénita, los traumatismos, el peso, los rasgos, etc... podría aumentar el riesgo de problemas psicosociales de las personas que los padecen”.

Por lo tanto, tal es el impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal que según un estudio realizado por la empresa Dove, 2014. La cual menciona que a nivel mundial, este suele ser motivo de preocupación ya que esta “imagen” cada vez afecta a más mujeres y a edades más tempranas. Cumplir los cánones de belleza que imponen las grandes industrias condiciona el desarrollo de complejos hacia el propio cuerpo que pueden evolucionar a auténticas patologías de inseguridad. Hoy en día, el 36% de las mujeres admite que empieza a sentir vergüenza sobre algún aspecto de su físico entre los 11 y los 20 años. Ante esta realidad, la firma de cosméticos ha decidido emprender un proyecto social que sirva para mejorar y reforzar la autoestima de las mujeres cuando aún son jóvenes (Dove, 2014).

En relación al tema mencionado con anterioridad, según Carrión. D, 2015; en su investigación *“La imagen corporal y su incidencia en el autoestima de los adolescentes de los segundos años de bachillerato de la unidad educativa victoria vásconez cuvi”*. Expone que a través de un proyecto investigativo ha procurado demostrar la incidencia que la imagen corporal propia tiene sobre la autoestima en una muestra de 209 adolescentes en edades comprendidas entre 14 y 18 años de la Unidad Educativa Victoria Vásconez Cuvi localizada en la ciudad de Ambato-Ecuador, en cuya investigación se ha utilizado un instrumento de medición con variables obteniendo los siguientes resultados: Escala de autoestima de Rosenberg, Autoestima alta; Autoestima media, autoestima baja; Cuestionario de imagen corporal BSQ- 34: Porcentajes Resultados (Datos cuantitativos que indican un Rango de satisfacción o Insatisfacción sobre la imagen corporal y preocupación por el peso según el cuestionario). Obteniendo como resultado la comprobación de la hipótesis planteada en la investigación con respecto a los factores de la imagen corporal utilizada mayormente en los adolescentes del bachillerato correspondiente al primer objetivo se obtuvo que: Insatisfacción Corporal con 36%, Miedo a engordar con 25%, Baja estima por la apariencia con 33%, y por último Deseo de perder peso con 6%. Datos que se comprueban a través del Test de Imagen Corporal – Cuestionario, B.S.Q, aplicado a los 213 estudiantes. Donde se puede concluir que existe relación con el factor psicológico de la autoestima (Andino Carrión, 2015).

### **1.2.3 FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES / IMAGEN CORPORAL NEGATIVA COMO FACTOR DE RIESGO**

¿De qué forma afecta una imagen corporal negativa en el desarrollo psicosocial y comportamental de las personas?

#### **Ámbito emocional**

Las emociones negativas y rechazo al cuerpo generan ansiedad interpersonal, pues si uno mismo no es capaz de aceptarse creerá que los otros tampoco lo harán. Como reflejo de esto la persona se aísla gradualmente debido a la incomodidad percibida al estar con otros. Esta conducta se podrá ver reflejada en todos los ámbitos de vida, tales como: en lo social, laboral y familiar. Las interacciones sociales se verán altamente afectadas, así como las relaciones de pareja y en este ámbito la relación sexual. La preocupación por partes del cuerpo generan miedo o angustia de mostrarse desnudo interfiriendo en su comportamiento y estima. (Raich, 2013).

En este contexto, la alteración de la esfera emocional, social, psicológica y física; motiva a llevarse a cabo esta investigación con el único fin de promover algo de conciencia, tolerancia y respeto hacia un “otro” (Cascales, 2018).

## **Ámbito Social**

La construcción social de la imagen y cuerpo femenino constituye un proceso en el que las mujeres aprenden a contemplar sus cuerpos desde la dimensión y evaluación de un observador externo (Ventura, 2000), puesto que el hecho biológico de participar del sexo femenino no asegura la femineidad: “no se nace mujer, se llega a serlo”(Diego Cortez, 2016).

Esta imagen corporal que no cumple con el ideal de belleza actual o regla social de lo que es “bello o feo”, podría llegar a ser excluyente (Raich, 2004).

Este trabajo se propone presentar una revisión sobre el impacto en la imagen corporal frente al ideal de belleza, como los medios de comunicación juegan un papel central en la promoción de cánones de belleza representados por una figura y belleza ideal, la cual aparece en la actualidad como único sinónimo de éxito, felicidad y salud tanto física como mental. (Castillo Pachón, 2006; Martín Llaguno, 2002; Mc Phail Fanger, 2002; Rutzstein, 2002; Vera Guerrero, 1998).

## **CAPÍTULO II. METODOLOGÍA**

Se realizó con un análisis mixto descriptivo exploratorio de campo. Amparado en método de investigación de Sieber (1973) y Jick (1979) quienes sugirieron e introdujeron los términos básicos de los diseños mixtos, al recurrir a técnicas e instrumentos proporcionados por paradigmas positivistas y naturalistas para la recolección de datos, dando un lugar prioritario a la triangulación de datos.

Dicha triangulación implica el análisis profundo y contraste de datos a nivel cualitativo y cuantitativo que pueda arrojar el estudio en cuestión. En éste método, la recolección de datos tanto como el análisis y la teoría que surgirá de estos mantienen una estrecha relación. Éste será un diseño de investigación de tipo transversal.

La presente investigación hace énfasis en la percepción con base a emociones y experiencia de las personas, lo cual amerita un tipo de análisis más interpretativo, motivo por el cual se trabajará con un enfoque Mixto.

### **2.1 MUESTRA DE PARTICIPANTES**

La muestra estuvo compuesta por 14 mujeres ecuatorianas cuyas edades oscilaban entre 22 a 56 años. Las participantes fueron seleccionadas por conveniencia, mismas que



desenvuelven distintos cargos académicos y profesionales; para el estudio no se requiere mayores especificaciones de la muestra ya que se medirá percepción en cuanto a la relación del ideal de belleza e imagen corporal a nivel propioceptivo.

## **2.2 CRITERIOS DE INCLUSIÓN DE LA MUESTRA:**

- Edad entre 22 a 56 años.
- Género femenino.
- Todas las participantes cuentan con estudios de grado superior y empleo.

## **2.3 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN DE LA MUESTRA:**

- Mujeres adolescentes
- Hombres
- Identificación con población LGBTIQ+
- Personas con sobrepeso u obesidad
- Personas diagnosticadas con algún trastorno mental
- Personas diagnosticadas con trastorno de la conducta alimentaria (TCA).
- Extranjeros
- Personas con discapacidad física o cognitiva.

## **2.4 ANÁLISIS DE DATOS**

Para el análisis de datos se utilizó la teoría fundamentada en conjunto con la triangulación de datos, las investigaciones con diseños mixtos han comprobado ser de gran utilidad, tanto así que se han utilizado en distintos campos como: Educación, Enfermería, Medicina, Psicología y Comunicación, involucrando al ser humano y su diversidad (Pereira Pérez, 2011).

Este es un modo de análisis principal para derivar sistemáticamente posibles teorías sobre el comportamiento humano dentro del mundo social. La teoría fundamentada funciona a través de la creación de categorías teóricas que surgen de un análisis exhaustivo de los datos recolectados, una vez que se obtienen las categorías se procede a encontrar la relación entre las mismas (Pereira Pérez, 2011).

Los datos se analizarán mediante el proceso de codificación abierta por medio del programa SPSS (versión 22.0) y Excel para contrastar resultados estadísticos del cuestionario BSQ-34 y graficar sus resultados al igual que en la entrevista mixta semiestructurada sobre el ideal de belleza, utilizando categorización y gráficas de pasteles con resultados cualitativos y cuantitativos. El proceso de análisis de datos en la Teoría Fundamentada se realiza en dos momentos: un momento descriptivo y un momento relacional. Según Corbin y Strauss (2002), Cada uno de estos momentos se

caracteriza por un proceso particular de codificación que define los procedimientos y la lógica para pensar los datos, organizarlos, sintetizarlos, conceptualizarlos y relacionarlos en busca de similitudes y diferencias. Para finalizar los resultados se agrupan bajo conceptos llamados categorías (Alveiro Restrepo-Ochoa, 2013).

## **2.5 INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN:**

- Entrevista mixta semiestructurada sobre el ideal de belleza. (Anexo 1)
- Cuestionario BSQ-34 Imagen Corporal (Insatisfacción Corporal y preocupación por el peso) (Anexo 2)

## **CAPÍTULO III. RESULTADOS**

### **3.1 LEVANTAMIENTO DE DATOS**

La toma del cuestionario BSQ-34 y la entrevista semiestructurada mixta que apoya la presente investigación se realizó desde el mes de Noviembre del 2020 hasta el mes de Diciembre del 2020, periodo en el cual las 14 participantes ecuatorianas elegidas para la muestra bajo el criterio de inclusión; colaboraron en la toma de información necesaria para la presente investigación por medio de herramientas electrónicas (mail y zoom) y encuentro físico limitado debido a la emergencia sanitaria (COVID-19) vigente hasta la presente fecha.

La muestra fue elegida en función del objetivo General el cual busca: Conocer el impacto y relación del ideal de belleza sobre la imagen corporal, abordando estratégicamente los temas a convenir para la presente investigación.

### **3.2 PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS**

Para el análisis de los datos para la presente investigación, se utilizaron tres herramientas / programas:

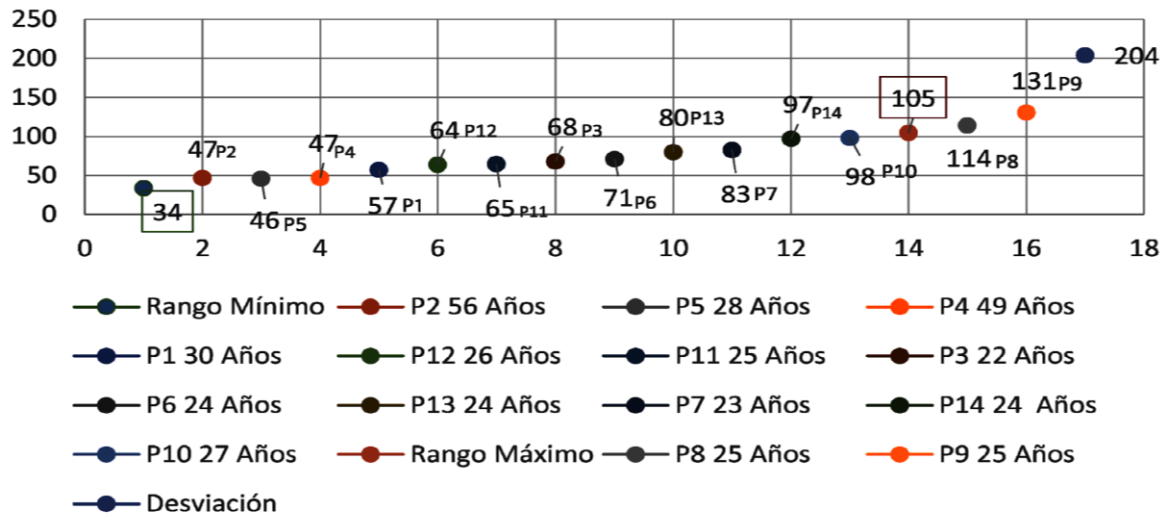
- SPSS (Versión 22.0), para el análisis de datos estadísticos (media, moda, desviación estándar y tabulación total de la sumatoria de datos en relación a la imagen corporal y preocupación por el peso) obtenidos en el cuestionario BSQ-34; promediando y categorizando los resultados como sugiere el autor del test.
- EXCEL, para el análisis cuantitativo y gráfico pasteles de las preguntas número: 4,5,6,7 y 8; y, categorización cualitativa gráficos de pasteles de la entrevista semiestructurada mixta de las preguntas número: 1,2,3,9,10,11,12,13.
- WORD, Gráficos de pastel de los resultados obtenidos del cuestionario BSQ-34.

## **CUESTIONARIO BSQ-34 (INSATISFACCIÓN CORPORAL)**

### **3.3 GRÁFICOS DE LOS RESULTADOS DEL CUESTIONARIO BSQ-34**

- **3.3.1 SUMATORIA RESULTADOS PARTICIPANTES (P), RANGO MAX/MIN Y EDADES.**

Sumatoria resultados BSQ



- Se puede observar un gráfico donde están detallados con la letra (P y #) a cada uno de los participantes conjuntamente con su edad y color que concuerda con el puntaje obtenido de la sumatoria de los resultados del Test BSQ-34 de manera general para poder identificar si existe o no el grado insatisfacción sobre la imagen corporal.
- Pudiendo resumir que no existe insatisfacción corporal en participantes que oscilan la edad entre (30 a 56 años); entre las edades de (22 a 28 años ) se manifestó moderada insatisfacción corporal y una participante de 25 años extrema insatisfacción corporal; lo que podría evidenciar que a mayor edad menor insatisfacción Corporal.

**3.3.2 RESULTADOS DEL RANGO Y PORCENTAJES GENERALES DE SUMATORIA BSQ- 34**

SUMATORIA GENERAL DEL TEST BSQ - 34 Y RANGO DE MEDICIÓN		RESULTADOS BASADOS EN EL RANGO I.C.
RANGO		
NO HAY INSATISFACCIÓN	0 - 82	9 Participantes = 64,26% no hay insatisfacción
MODERADA INSATISFACCIÓN	83 - 130	4 Participantes = 28,56% % moderada insatisfacción
EXTREMA INSATISFACCIÓN	131 - 204	1 Participantes = 7,14% extrema insatisfacción
<b>RECOMENDACIONES DEL TEST:</b>		
<p>2 Participantes rebasan los 105 puntos = al 14,24 %.</p> <p>El TEST recomienda intervención psicológica para evitar posibles trastornos en relación a la conducta alimentaria, preocupación por el peso e imagen corporal.</p>		

- Dentro de la categoría Insatisfacción Corporal del Test BSQ-34, se pudo apreciar que un 64.26% de las participantes no presentan insatisfacción corporal, un 28.56% presentan moderada insatisfacción corporal y el 7.14% presenta extrema insatisfacción corporal.
- Como observación y recomendación del test, es importante mencionar que un 14.24% de las participantes sobrepasan la sumatoria total de sus resultados en función del rango de 105 pts. Sugiriendo que sería conveniente una intervención psicológica con la finalidad de prevenir y evitar posibles trastornos en relación a la conducta alimentaria (TCA).

### 3.3.3 MEDIA, DESVIACIÓN ESTÁNDAR, PROMEDIO EDAD MUESTRA BSQ-34.

Datos Generales BSQ TOTAL			
Promedio	Des. Estándar	Max	Min
77	27,90	142	45
Datos Gnereales Edad Mujeres			
Promedio	Des. Estándar	Max	Min
29,14	10,20	56	22

### 3.3.4 Descripción Factor 1 (Insatisfacción Corporal) y Factor 2 (Preocupación por el peso) de la muestra BSQ-34 por número de preguntas.

FACTOR	DESCRIPCIÓN	PREGUNTAS NÚMERO
FACTOR 1:	Insatisfacción corporal	1,3,7,8,10,11,12,13,14,15,17,18,19,20,25,26,27,29,31,32
FACTOR2:	Preocupación por el peso	2,4,5,6,9,16,21,22,23,24,28,30,33,34

#### \* Insatisfacción Corporal:

La insatisfacción corporal es mencionada tras la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que suele no coincidir con las características reales del individuo en relación a la referencia. Identificar, además, que este es uno de los principales métodos utilizados para controlar el peso y la figura corporal suele ser la modificación de las conductas alimentarias que pondrían en riesgo, acompañados de una amplia variedad de comportamientos negativos y perjudiciales para la salud física y mental. Ambos constituyen factores clave en el origen y desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) (Castejón, 2016) .

#### \*Preocupación por el Peso:

La preocupación por el peso, es un componente base que se asocia con la ansiedad, generando posibles pensamientos que causan temor, duda y angustia al referirse a las diferentes afecciones psíquicas relacionadas al sobrepeso o extrema delgadez siendo esta una posible condición en la que el peso de la persona esté elevada o esté por debajo del IMC de la población en general tomando en cuenta el peso, género, talla y estructura física de cada individuo (O. Neill, 1985) .

### 3.3.5 Factor 1 (Insatisfacción Corporal)

Factor1:	Suma total:	RANGO F1 INSATISFACCIÓN CORPORAL
P1	32	NO HAY INSATISFACCIÓN
P2	24	NO HAY INSATISFACCIÓN
P3	30	NO HAY INSATISFACCIÓN
P4	24	NO HAY INSATISFACCIÓN
P5	24	NO HAY INSATISFACCIÓN
P6	33	NO HAY INSATISFACCIÓN
P7	39	NO HAY INSATISFACCIÓN
P8	52	MODERADA INSATISFACCIÓN
P9	61	MODERADA INSATISFACCIÓN
P10	37	NO HAY INSATISFACCIÓN
P11	32	NO HAY INSATISFACCIÓN
P12	33	NO HAY INSATISFACCIÓN
P13	40	NO HAY INSATISFACCIÓN
P14	52	MODERADA INSATISFACCIÓN

### 3.3.5 Factor 2 (Preocupación por el peso)

Factor2:	Suma total:	RANGO F2 PREOCUPACIÓN POR EL PESO
P1	25	NO HAY INSATISFACCIÓN
P2	23	NO HAY INSATISFACCIÓN
P3	38	MODERADA INSATISFACCIÓN
P4	23	NO HAY INSATISFACCIÓN
P5	22	NO HAY INSATISFACCIÓN
P6	38	MODERADA INSATISFACCIÓN
P7	44	MODERADA INSATISFACCIÓN
P8	62	EXTREMA INSATISFACCIÓN
P9	70	EXTREMA INSATISFACCIÓN
P10	61	EXTREMA INSATISFACCIÓN
P11	33	NO HAY INSATISFACCIÓN
P12	31	NO HAY INSATISFACCIÓN
P13	40	MODERADA INSATISFACCIÓN
P14	45	MODERADA INSATISFACCIÓN

### 3.3.6 RESULTADOS DE LOS PORCENTAJES OBTENIDOS SEGÚN RANGO DEL FACTOR 1 / FACTOR 2, QUE SE SUBDIVIDE DEL TEST BSQ - 34.

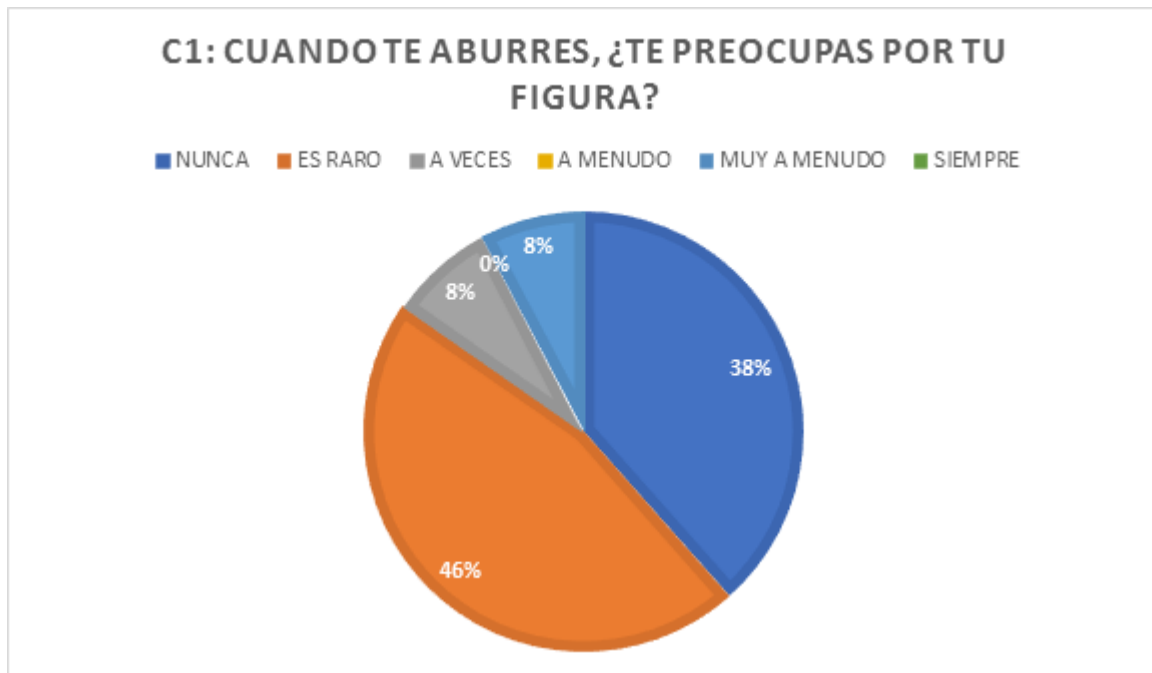
FACTOR 1 (INSATISFACCIÓN CORPORAL)	FACTOR 2 (PREOCUPACIÓN POR EL PESO)
TABULACIÓN DE RESULTADOS DE LAS PREGUNTAS No. (1,3,7,8,10,11,12,13,14,15,17,18,19,20,25,26,27,29,31,	TABULACIÓN DE RESULTADOS DE LAS PREGUNTAS No. (2,4,5,6,9,16,21,22,23,24,28,30,33,34)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 11 Participantes = 78,57% NO PRESENTAN INSATISFACCIÓN CORPORAL SIGNIFICATIVA.</li> <li>● 3 Participantes = 21,42% PRESENTAN MODERADA INSATISFACCIÓN CORPORAL.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 6 Participantes = 42,85% NO PRESENTAN PREOCUPACIÓN POR EL PESO SIGNIFICATIVO.</li> <li>● 5 Participantes = 35,71% PRESENTAN MODERADA INSATISFACCIÓN EN RELACIÓN A LA PREOCUPACIÓN POR EL PESO.</li> <li>● 3 Participantes = 21,44% PRESENTAN EXTREMA INSATISFACCIÓN EN RELACIÓN A LA PREOCUPACIÓN POR EL PESO.</li> <li>● " EL 57,15% DEL TOTAL DE LAS PARTICIPANTES PRESENTAN PREOCUPACIÓN POR EL PESO. "</li> </ul>

### 3.3.7 RANGO DE MEDIDA PARA FACTOR 1 - FACTOR 2

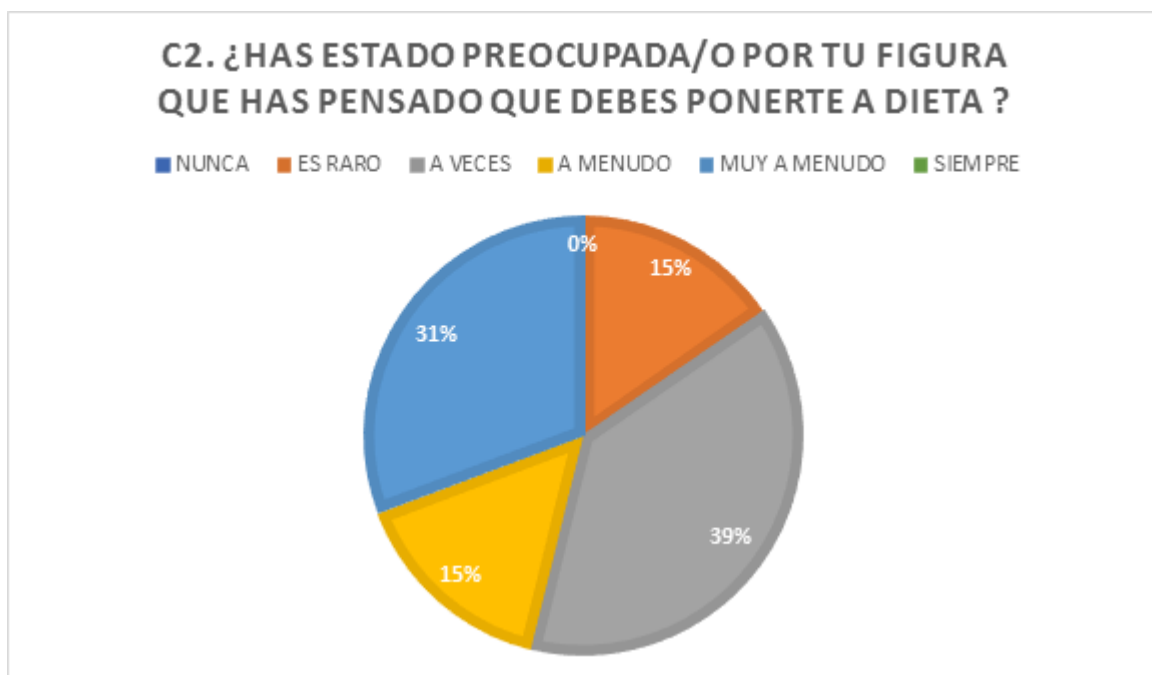
	RANGO F1 INSATISFACCIÓN CORPORAL	RANGO F2 PREOCUPACIÓN POR EL PESO
NO HAY INSATISFACCIÓN	0 - 48	0 - 35
MODERADA INSATISFACCIÓN	49 - 76	36 - 56
EXTREMA INSATISFACCIÓN	77 - 120	57 - 84

Cuadro indicador del rango de puntaje de la sumatoria de los resultados de las participantes, que posteriormente será comparado con el rango expuesto en el cuadro y ubicado en una categoría, mismo procedimiento tanto para Factor 1 como para Factor 2.

### 3.3.8 GRÁFICOS PASTELES, PORCENTAJES PREGUNTAS 1-34; CUESTIONARIO BSQ-34.



- El 38% de las 14 participantes menciona nunca haberse preocupado por su figura al estar aburridas, con un 46% Es Raro, 8% A Veces y 8% Muy A Menudo.

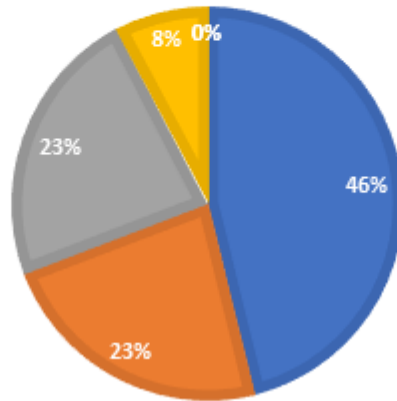


- El 39% de las mujeres participantes mencionan preocuparse A Veces por su figura al punto de pensar en empezar una dieta, el 31% Nunca, 15% A Menudo y 15% Muy A Menudo.



### C3: ¿HAS PENSADO QUE TUS MUSLOS, CADERAS O NALGAS SON DEMASIADO GRANDES CON EL RESTO DE TU CUERPO?

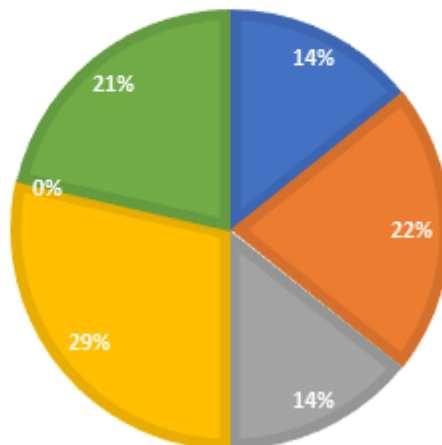
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 46% manifiesta que Nunca ha pensado que sus muslos o caderas fueran demasiado grandes en relación a su cuerpo; el 23% dice que Es Raro, otro 23% menciona que lo hace A Veces y un 8% A Menudo lo hace.

### C4: ¿HAS TENIDO MIEDO EN CONVERTIRTE EN GORDO/A (O MAS GORDO/A)?

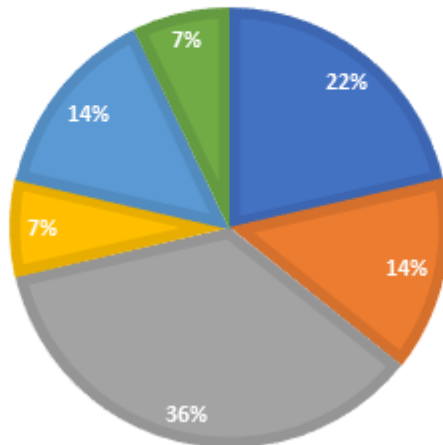
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 29% de las mujeres menciona haber tenido A Menudo miedo a convertirse en gordo; el 21% Siempre, el 22% Es Raro, un 14% Nunca y otro 14% Muy A Menudo.

### C5: ¿TE HA PRECOUPADO EL QUE TU PIEL NO SEA SUFICIENTEMENTE FIRME?

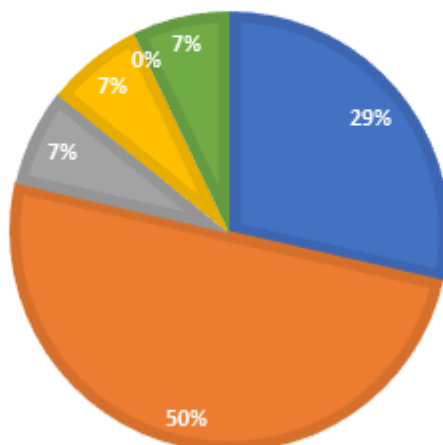
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 36% de la muestra menciona que A Veces se han preocupado por que su piel no sea lo suficientemente firme; el 22% Nunca lo ha hecho, el 14% Es Raro, otro 14% lo hace Muy A Menudo , un 7% A Menudo y otro 7 % lo hace Siempre.

### C6: ¿SENTIRTE LLENO (DESPUES DE LA COMIDA) TE HA HECHO SENTIR GORDO/A?

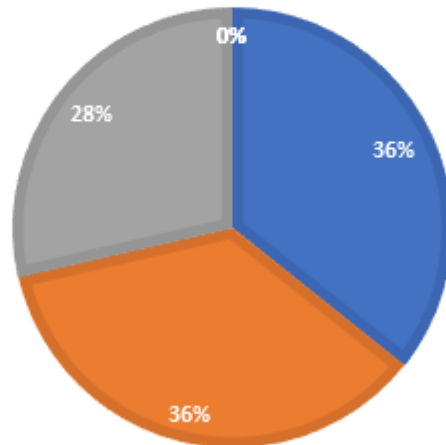
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 50% de la muestra dice que Es Raro sentirse gordo/a tras tener la sensación de llenura; un 29% Nunca ha sentido eso, un 7% A Veces, otro 7% A Menudo y un último 7% Siempre.

### C7: ¿TE HAS SENTIDO TAN MAL POR TU FIGURA QUE HAS LLORADO POR ELLO?

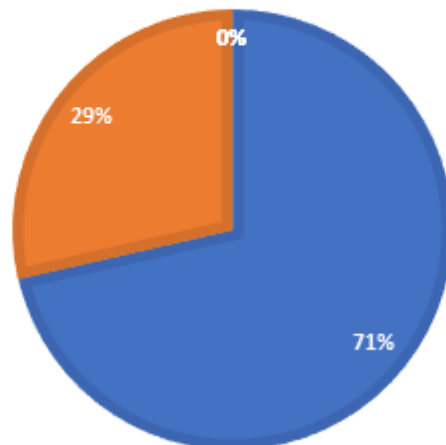
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 36% de la muestra manifiesta que ha llegado a llorar Muy A Menudo por sentirse sumamente frente en relación a su figura, otro 36% menciona que Es Raro y un 28% A Veces.

### C8: ¿HAS EVITADO CORRER PARA QUE TU PIEL NO SALTARA?

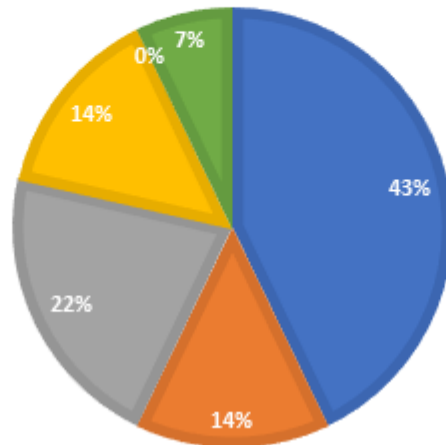
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 71% arroja que Nunca ha evitado correr para que su piel no saltara y un 29% Es Raro.

### C9: ¿ESTAR CON GENTE DELGADA TE HA HECHO REFLEXIONAR CON TU FIGURA?

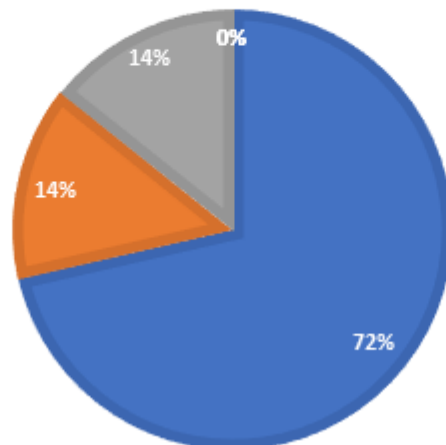
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% menciona que Nunca ha sentido la necesidad de reflexionar sobre su figura al estar rodeada por gente delgada; un 22% A Veces, el 14% Es Raro, otro 14% lo hace A Menudo y un 7% lo hace Siempre.

### C10: ¿TE HAS PREOCUPADO POR EL HECHO DE QUE TUS MUSLOS SE ENSANCHEN CUANDO TE SIENTAS?

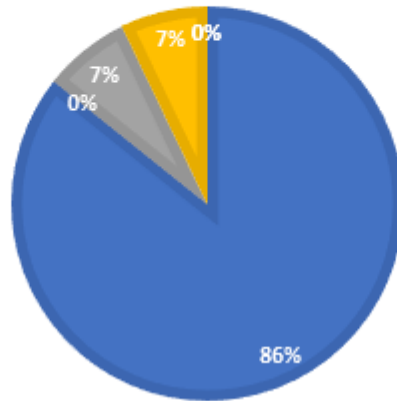
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 72% Nunca se ha preocupado por el hecho de que de que sus muslos se ensanchen cuando se sienta; un 14% A Veces y otro 14% Es Raro.

### C11: ¿EL SOLO HECHO DE COMER UNA PEQUEÑA CANTIDAD DE ALIEMENTO TE HA HECHO SENTIR GORDO/A?

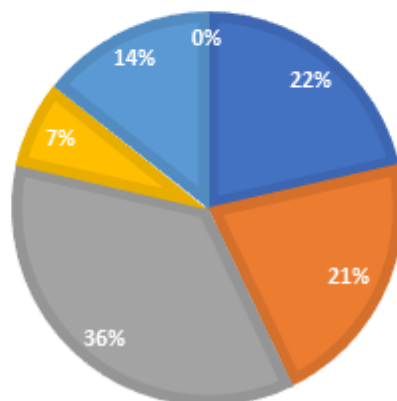
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 86% Nunca ha experimentado el que el solo hecho de ingerir una pequeña cantidad de alimento lo pueda hacer sentir gordo/a; un 7% lo hace A Veces y otro 7% A Menudo.

### C12: ¿TE HAS FIJADO EN LA FIGURA DE OTROS JOVENES Y HAS COMPARADO LA TUYA CON LA DE ELLOS DESFAVORABLEMENTE?

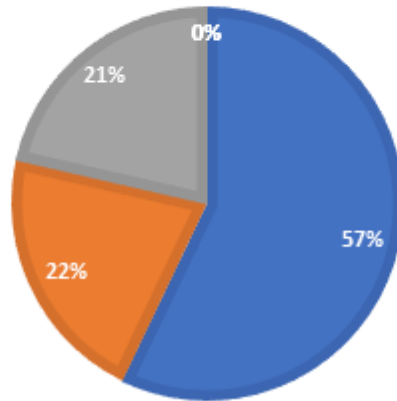
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 36% A Veces se ha fijado en la figura de otros jóvenes y la ha comparado con la suya de manera desfavorable; otro 21% Es Raro, un 22% Nunca lo ha hecho, el 14% Muy A Menudo y un 7% A Menudo.

**C13: PENSAREN TU FIGURA HA INTERFERIDO EN TU CAPACIDAD DE CONCENTRACIÓN (CUANDO VES TV, LEYENDO O CONVERSANDO)**

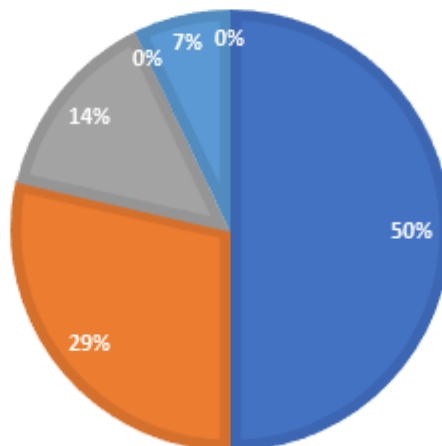
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 57% de la muestra manifiesta Nunca ha llegado a pensar tanto en su figura de tal manera que pueda interferir con su capacidad de concentración; otro 22% dice que Es Raro y un 21% A Veces le ha pasado.

**C14: ESTAR DESNUDO/A CUANDO TE BAÑAS ¿ TE HA HECHO SENTIR GORDO/A?**

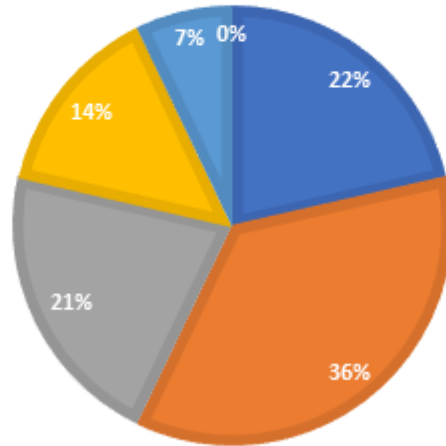
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 50% de las mujeres mencionan Nunca se han sentido gordas al estar desnudas mientras toman una ducha; un 29% dice que Es Raro la ocasión que le ocurre, un 14% le pasa A Veces y un 7% Muy A Menudo.

### C15: ¿HAS EVITADO LLEVAR ROPA QUE MARCAREN TU FIGURA?

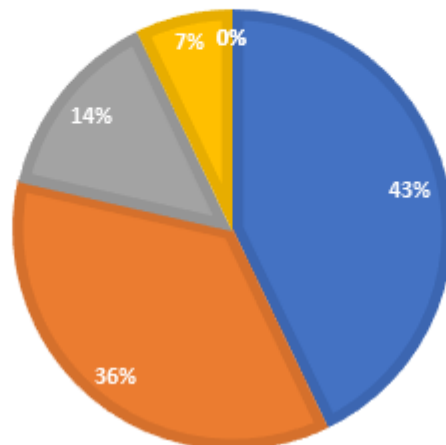
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 36% Rara Vez, ha evitado llevar ropa que marcasen su figura; un 22% Nunca lo ha evitado, un 21% A Veces, un 14% A Menudo y un 7% Muy A Menudo lo hacen.

### C16: ¿TE HAS IMAGINADO CORTANDO PARTES GRASAS DE TU CUERPO?

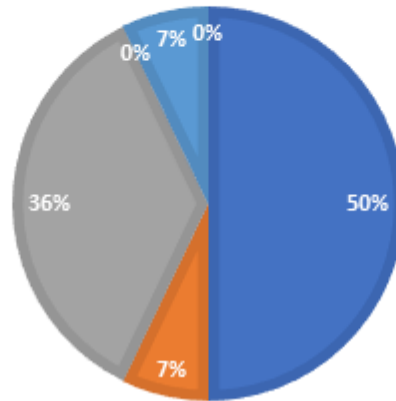
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% Nunca ha imaginado cortándose partes grasas de sus cuerpos; un 36% Es Raro, un 14% A Veces y un 7% lo hace A Menudo.

**C17: COMER DULCES, PASTELES U OTROS ALIMENTOS ALTOS EN CALORIAS ¿TE HAN HECHO SENTIR GORDO/A?**

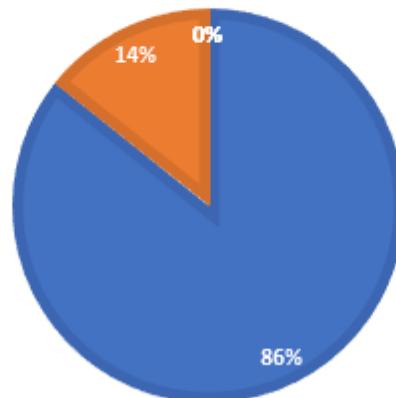
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 50% menciona Nunca haberse sentido gordo/a tras ingerir dulces o alimentos altos en calorías; el 36% lo hace A Veces, un 7% Muy A Menudo y 7% Es Raro.

**C18: ¿HAS EVITADO IR A ACTOS SOCIALES (POR EJEMPLO UNA FIESTA) PORQUE TE HAS SENTIDO MAL RESPECTO A TU FIGURA?**

■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE

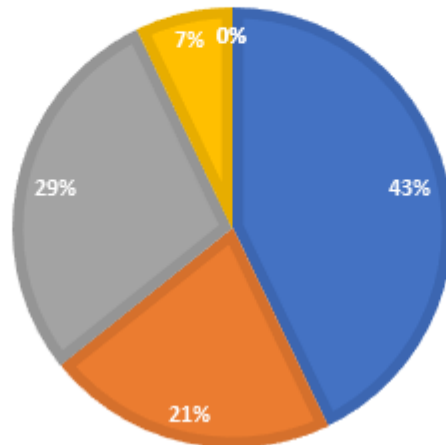


- El 86% de la muestra menciona Nunca haber evitado un acto social por haberse sentido mal respecto a su figura; sólo un 14% Es Raro.



### C19: ¿TE HAS SENTIDO EXCESIVAMENTE GORDO/A Y LLENO/A?

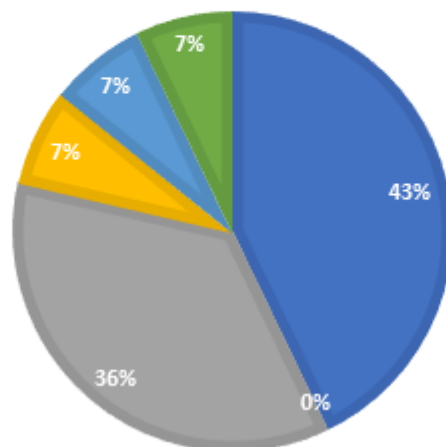
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% de las participantes mencionan Nunca haberse sentido excesivamente llenas; un 29% A Veces, otro 21% Es Raro y un 7% A Menudo.

### C20: ¿TE HAS SENTIDO ACOMPLEJADO/A POR TU CUERPO?

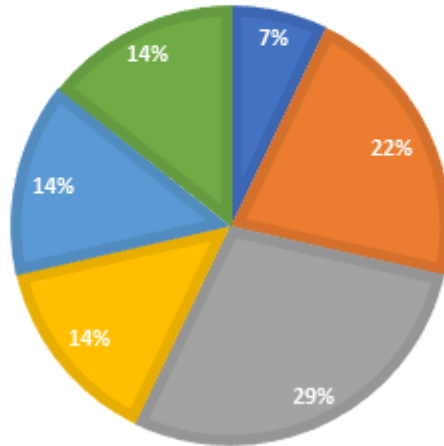
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% manifiesta Nunca haberse sentido acomplejado/a por su cuerpo; un 36% A Veces, un 7% A Menudo, otro 7% Muy A Menudo y otro 7% Siempre lo hace.

### C21: LA PREOCUPACIÓN POR TU FIGURA, ¿TE HA INDUCIDO A PONERTE A DIETA?

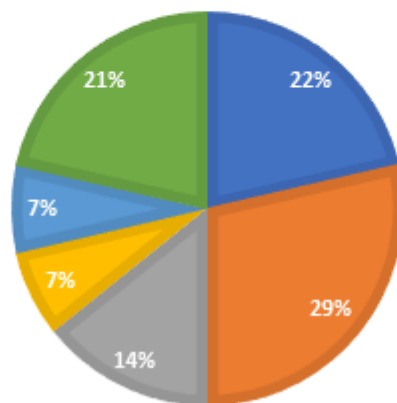
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 29% A Veces le ha preocupado tanto su figura que lo ha inducido a ponerse a dieta; un 22% Es Raro, un 14% A Menudo, otro 14% Muy A Menudo , otro 14% Siempre y solo un 7% Nunca.

### C22: ¿TE HAS SENTIDO MAS A GUSTO CON TU FIGURA CUANDO TU ESTOMAGO ESTABA VACIO ( POR EJEMPLO POR LA MAÑANA)?

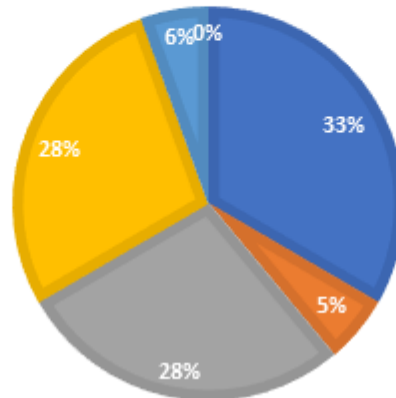
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 22% manifiesta que Nunca se ha sentido más a gusto con su figura al llevar el estómago vacío como por ejemplo al despertarse; un 29% Es Raro, un 21% lo hace Siempre, un 14% A Veces, un 7% A Menudo y otro 7% Muy A Menudo.

**C23: ¿HAS PENSADO QUE TIENES LA FIGURA QUE TIENES HA CAUSA DE TU FALTA DE AUTOCONTROL? (QUE NO PUEDES CONTROLAR EL COMER MENOS)**

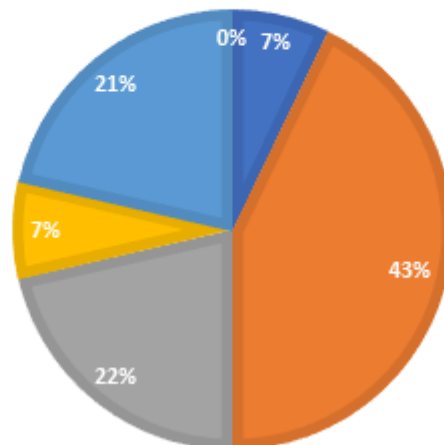
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 33% de la muestra menciona Nunca haber pensado que la razón de tener la figura que tiene es a causa de una falta de autocontrol sobre la comida que ingiere; un 28% A Menudo lo hace, otro 28% A Veces, un 6% Muy A Menudo.

**C24: ¿TE HA PREOCUPADO QUE LA GENTE VEA "LLANTITAS" EN TU CINTURA?**

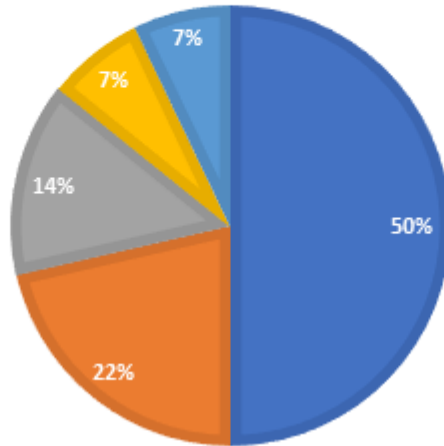
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% manifiesta que Es Raro preocuparse por que la gente vea unas posibles "llantitas" en su cintura; un 22% A Veces lo hace, un 21% Muy A Menudo, un 7% lo hace A Menudo y otro 7% no lo ha hecho Nunca.

### C25: ¿HAS PENSADO QUE NO ES JUSTO QUE OTRAS CHAVAS/OS SEAN MAS DELGADAS/DOS QUE TU?

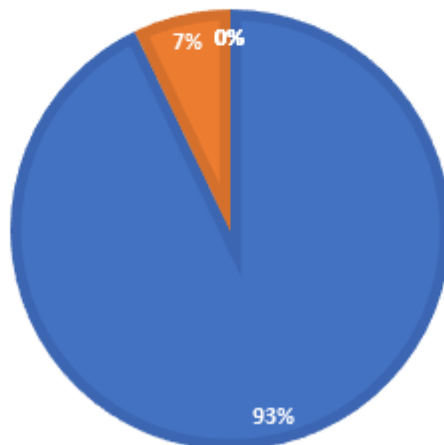
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 50% de la muestra Nunca ha pensado que no es justo que otras personas sean más delgadas/os que ellos/as; un 22% Es Raro, un 14% A Veces, un 7% A Menudo y otro 7% Muy A Menudo.

### C26: ¿HAS VOMITADO PARA SENTIRTE MÁS DELGADO/A?

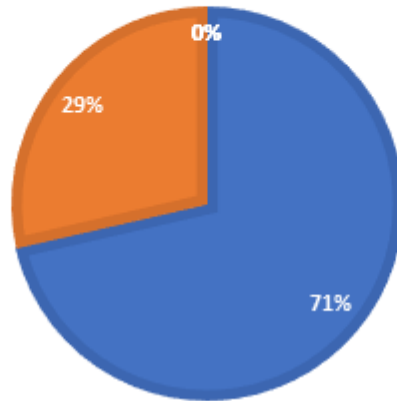
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 93% Nunca ha vomitado con la finalidad de sentirse más delgado/a, solo un 7% lo ha hecho Rara Vez.

**C27: ESTANDO EN COMPAÑÍA DE OTRAS PERSONAS, ¿TE HA PREOCUPADO OCUPAR DEMASIADO ESPACIO (EJ. EN UN AUTOBUS)?**

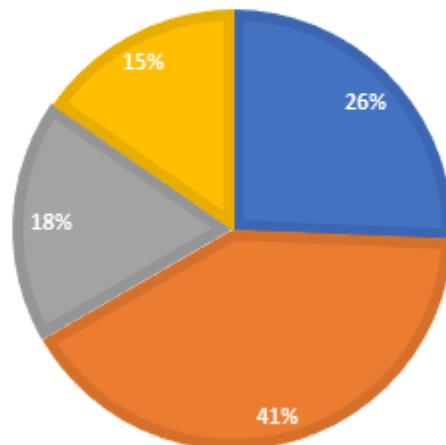
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 71% manifiesta Nunca haberse preocupado por ocupar demasiado espacio en compañía de otras persona, solo un 29% lo ha sentido Rara Vez.

**C28: ¿TE HA PREOCUPADO QUE TU PIEL TENGA CELULITIS?**

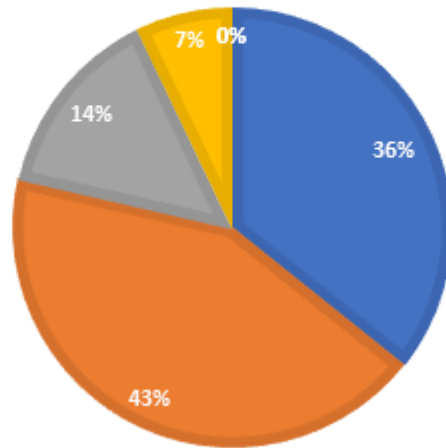
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SEIMPRE



- Un 41% Rara Vez se ha preocupado por que su piel tenga celulitis; un 26% Nunca lo ha hecho, un 18% A Veces y un 15% A Menudo le ha preocupado.

### C29: VERTE REFLEJADA EN UN ESPEJO, ¿TE HA HECHO SENTIR MAL RESPECTO A TU FIGURA?

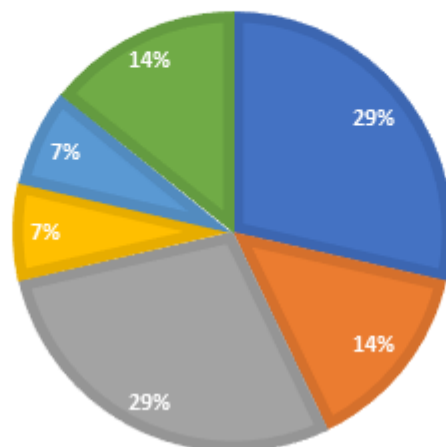
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% de las mujeres manifiesta Rara Vez su reflejo en el espejo le ha hecho sentir mal respecto a su figura; un 36% Nunca lo ha sentido, un 14% A Veces y un 7% A Menudo.

### C30: ¿HAS PELLIZCADO ZONAS DE TU CUERPO PARA VER CUANTA GRASA HAY?

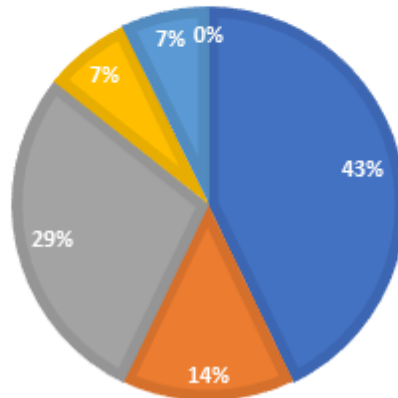
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 29% de la muestra menciona A Veces haber pellizcado zonas grasas de su cuerpo para ver cuánta grasa hay; otro 29% Nunca lo ha hecho, un 14% Es Rara la vez que lo hace, otro 14% lo hace Siempre, un 7% Muy A Menudo lo hace y por último otro 7% lo hace A Menudo.

### C31: ¿HAS EVITADO SITUACIONES EN LAS CUELAS LA GENTE PUEDA VER TU CUERPO (ALBERCAS, BAÑOS, VESTIDORES)?

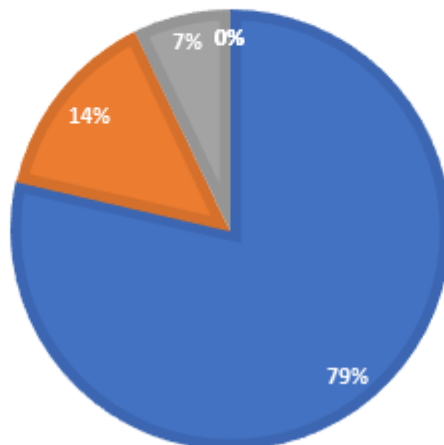
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 43% de los resultados muestra que Nunca han evitado situaciones donde la gente pueda ver sus cuerpos; un 29% A Veces lo ha hecho, un 14% Es Rara la vez que lo han hecho, un 7% A Menudo y otro 7% Muy A Menudo.

### C32: ¿HAS TOMADO LAXANTES PARA SENTIRTE MÁS DELGADO/A?

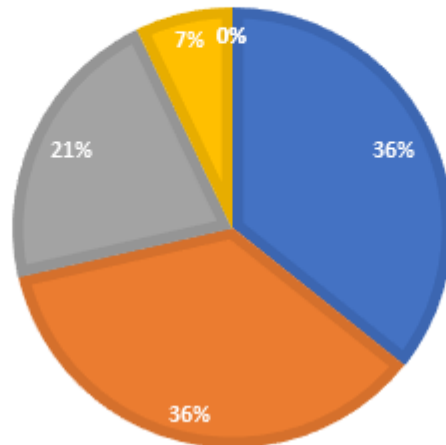
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- El 79% de la muestra Nunca han ingerido laxantes para sentirse más delgado, sólo un 14% lo ha hecho Rara Vez.

### C33: ¿TE HAS FIJADO MAS EN TU FIGURA CUANDO ESTAS EN COMPANIA DE OTRA GENTE?

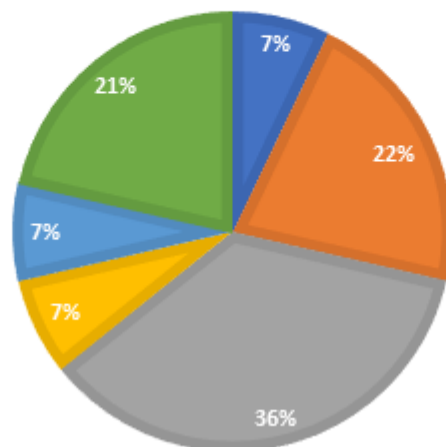
■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 36% manifiesta fijarse Muy A Menudo en su figura al estar en compañía de otras personas; otro 36% lo hace Rara Vez, un 21% A Veces lo hace y un 7% A Menudo.

### C34: ¿LA PREOCUPACIÓN POR TU FIGURA TE HACE PENSAR QUE DEBERÍAS HACER EJERCICIO?

■ NUNCA ■ ES RARO ■ A VECES ■ A MENUDO ■ MUY A MENUDO ■ SIEMPRE



- Un 36% han sentido preocupación A Veces por su figura llegando a pensar en que debería hacer ejercicio; un 22% Rara Vez lo ha hecho, un 21% Siempre le preocupa su figura, un 7% A Menudo, otro 7% Muy A Menudo lo hace y otro 7% Nunca lo hace.

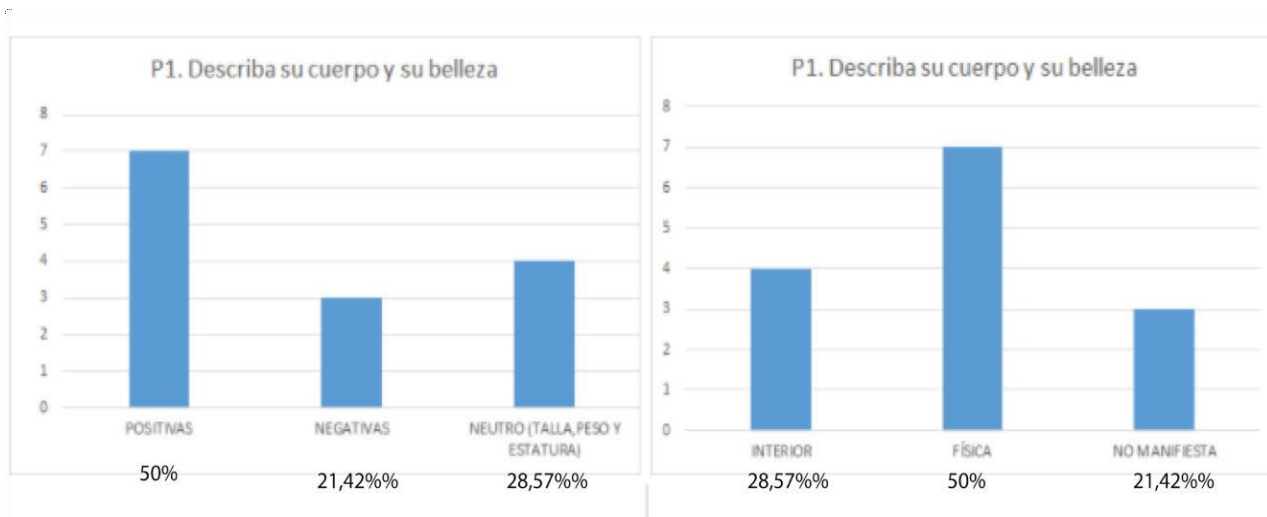
## ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA)



**3.4 RESULTADOS Y CATEGORIZACIÓN PREGUNTAS CUALITATIVAS (1,2,3,9,10,11,12,13) DE LA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA).**

**CAT.1.1: CARACTERÍSTICAS FÍSICAS CORPORALES**

**CAT.1.2: BELLEZA**



**- RESPUESTAS PARTICIPANTE SUB CAT.1.1 CUALITATIVA:**

**P9: “Mi cuerpo es hermoso, tiene sus imperfecciones. Es muy bello y siempre me hace dar más de lo que siento que puedo...”**

**P11: “Mi cuerpo es de proporciones similares entre sí, con baja estatura, tiene estrías, muchos lunares, y lo normal unos que otros rollitos...”**

**P6: “Me gusta mi cuerpo y me gusta cómo me veo; pienso que debería hacer más ejercicio para reafirmar mi cuerpo...”**

**- RESPUESTAS PARTICIPANTES SUB CAT.1.2 CUALITATIVA:**

**P2: “Belleza normal y natural, cintura delgada, caderas y piernas un poco gruesas...”**

**P12: “Respecto a la belleza es hermoso de una manera única lleno de aptitudes y habilidades que lo conforman...”**

**P10: “Mi belleza creo que tengo rasgos lindos hablando de lo físico, pero creo que hay aspectos de mi persona que me hacen ser más bella...”**

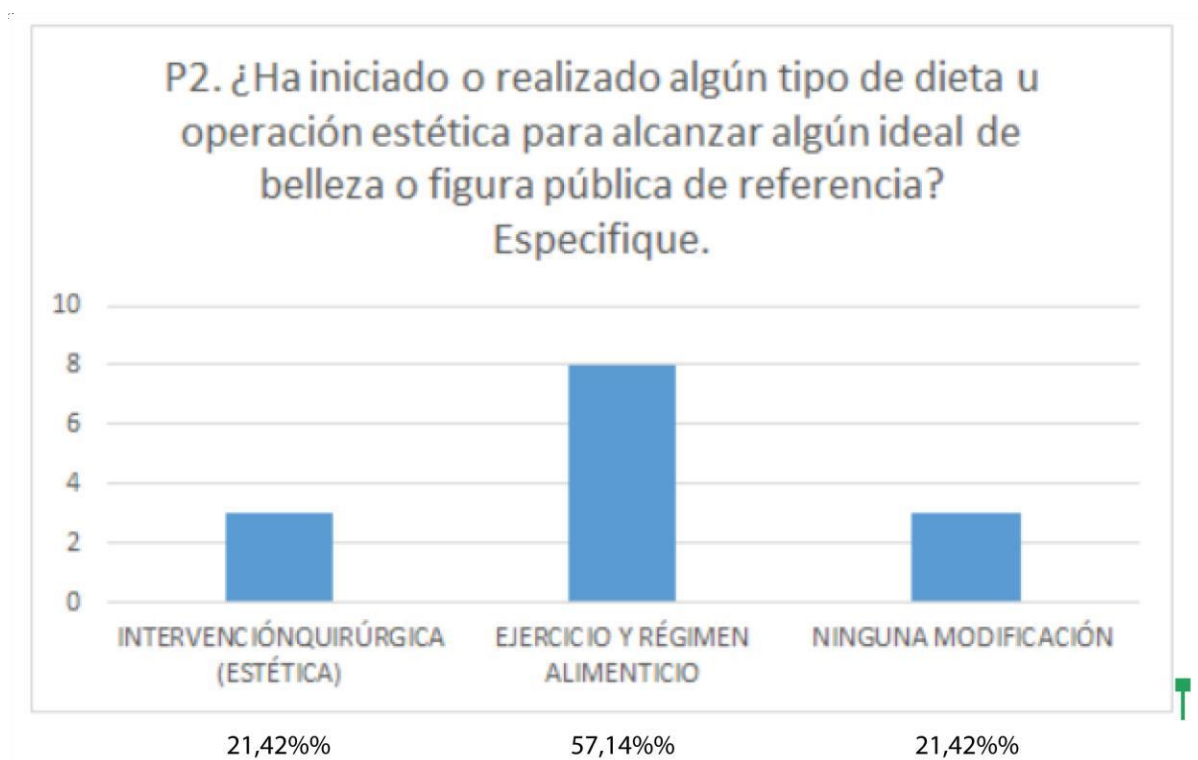
**P3: “Considero mi belleza en mi manera de ser más que físicamente...”**

## ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS:

La pregunta número uno de la entrevista semiestructurada mixta sobre el ideal de belleza la cual dice así: “Describe su cuerpo y su belleza” fue dividida en 2 sub categorizaciones con la finalidad de así poder analizar los datos y arrojar los resultados; los cuales: un 50% en relación a las 14 mujeres de la muestra; quienes manifestaron descripciones positivas sobre su cuerpo y su belleza, un 21.42% describieron de manera negativa su cuerpo y belleza y un 28.54% hablo de manera neutra sobre sí mismas que se puede apreciar en el primer cuadro.

En el cuadro número dos que representa la segunda subcategoría “Belleza”, se puede observar que un 28.57% se describió en relación a tener una belleza más interior que física, un 50% descubre que su belleza esta en como se ve físicamente y un 21.42% se reservó la opinión sobre dicha parte de la pregunta.

### CAT.2: MODIFICACIÓN CORPORAL



#### - RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT.2 CUALITATIVA:

**P11: “Operación estética de nariz...”**

**P12: “Si, hace unos 5 años hacía dietas súper restrictivas en alimentos 0 carbohidratos, se basaban en vegetales para estar lo más flaca posible, hace un año realicé una dieta para aumentar masa muscular la cual se basaba en pesar y controlar todo alimento que se ingiera para estar en cierta forma con el ideal de belleza contemporáneo lo cual abandoné hace 6 meses ya que estaba afectando a mi salud...”**

**P9:”Si, he realizado dietas muy estrictas sin que funcionen. No he tenido ninguna operación estética pero si quisiera...”**

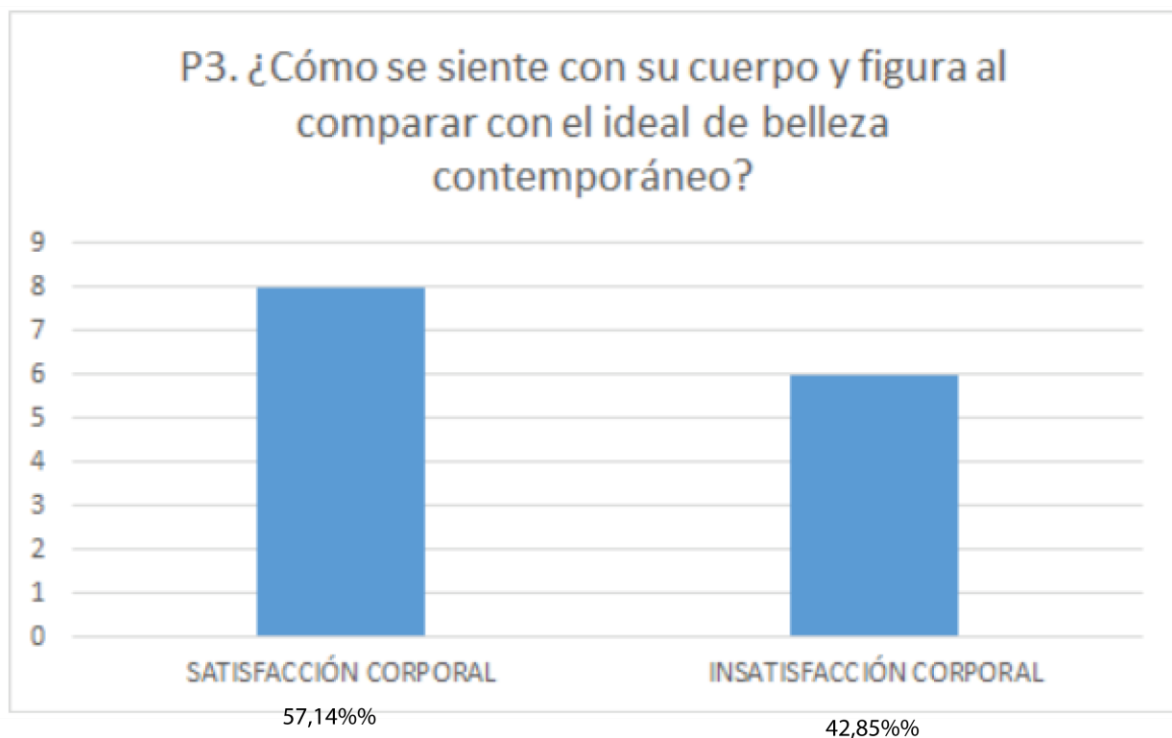
**P10: "Si, he realizado varias dietas para eliminar grasa , tonificación y aumento de masa muscular, siempre acompañada de ejercicio"...**

**P2: "Ninguna..."**

### **ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

La pregunta número dos, dice: "Ha iniciado o realizado algún tipo de dieta u operación estética para alcanzar algún ideal de belleza o figura pública de referencia"; donde un 21.42% manifestó haberse realizado intervención quirúrgica estética nasal, un 57.14% ha optado por hacer ejercicio o seguir un régimen alimenticio y un 21.42% no ha realizado ninguna modificación.

### **CAT.3: FIGURA Y BELLEZA CONTEMPORÁNEA.**



#### **- RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT. 3 CUALITATIVA:**

**P14: "Me siento conforme con mi cuerpo, lo demás es superficial. (Claro si tuviera el cuerpo de las modelos igual sería feliz)..."**

**P5: "Me siento bien con respecto a mi físico y la belleza contemporánea..."**

**P11: "A veces un poco incómoda e insegura por no lograr las proporciones ideales pero no lo suficiente incómoda para sentirme inferior..."**

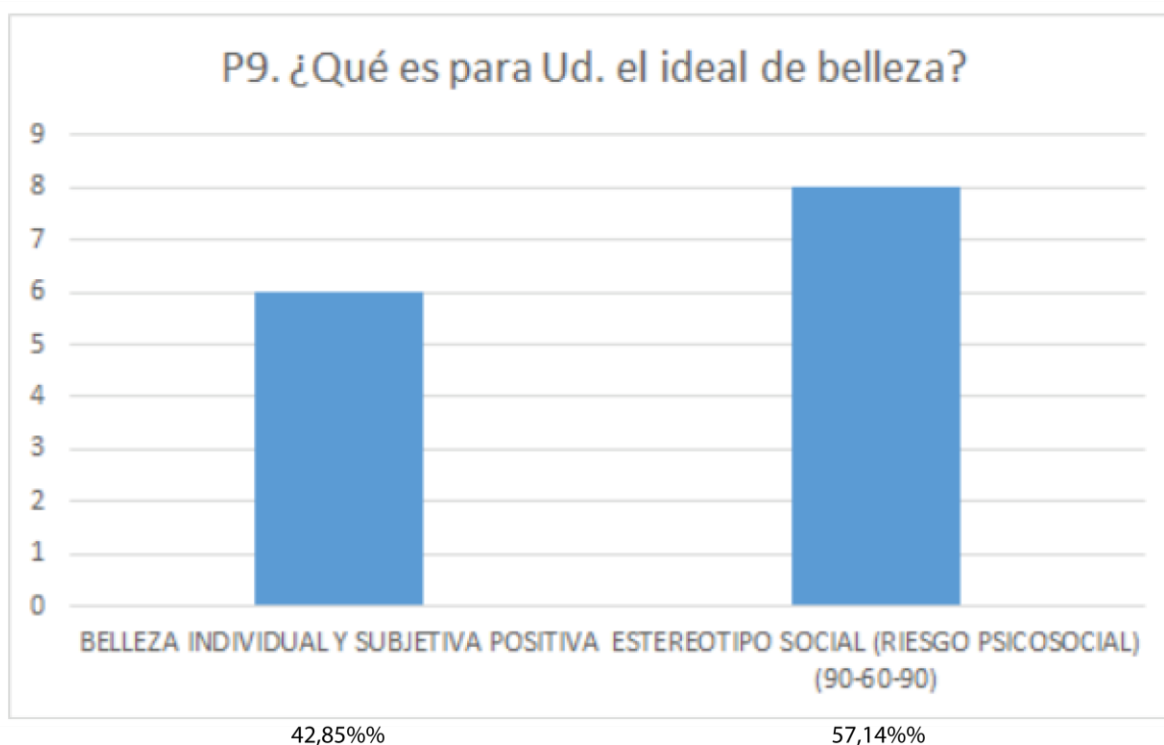
**P8: "Mal por que no está dentro de ese estándar de belleza..."**

**P12: “Para ser sincera siento que mi cuerpo no encaja en el ideal de belleza actual lo cual en ciertos momentos me puede llegar a generar cierto malestar pero no va más allá de un simple pensamiento por lo que me siento bien con mi cuerpo”**

### **ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

El Gráfico manifiesta que un 57.14% siente Satisfacción Corporal al comparar su figura con el ideal de belleza contemporáneo; un 42.85% siente Insatisfacción Corporal en relación a su figura y el ideal de belleza contemporáneo.

### **CAT.9: IDEAL DE BELLEZA**



#### **- RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT.9 CUALITATIVA:**

**P2: “Adaptarse conductas que puedan poner en riesgo la salud mental y física y eso podría afectar el autoestima provocando trastornos...”**

**P5: “Es un prototipo ya establecido por la sociedad con parámetros rigurosos donde si no cumples con aquello no posees belleza es decir (90.60.90)...”**

**P11: “Todos en algún punto de nuestra vida queremos irnos a los estándares de belleza que son impuesto y es normal es lo que nos venden desde pequeños pero al final y al cabo creo que no hay nada más sexy en alguien que se diferencie del resto en un mundo donde todos parecen un clon...”**

**P9: “Para mi el ideal de belleza es algo establecido por la sociedad, en este caso para mi, es tener un buen cuerpo , delgado y muy tonificado...”**

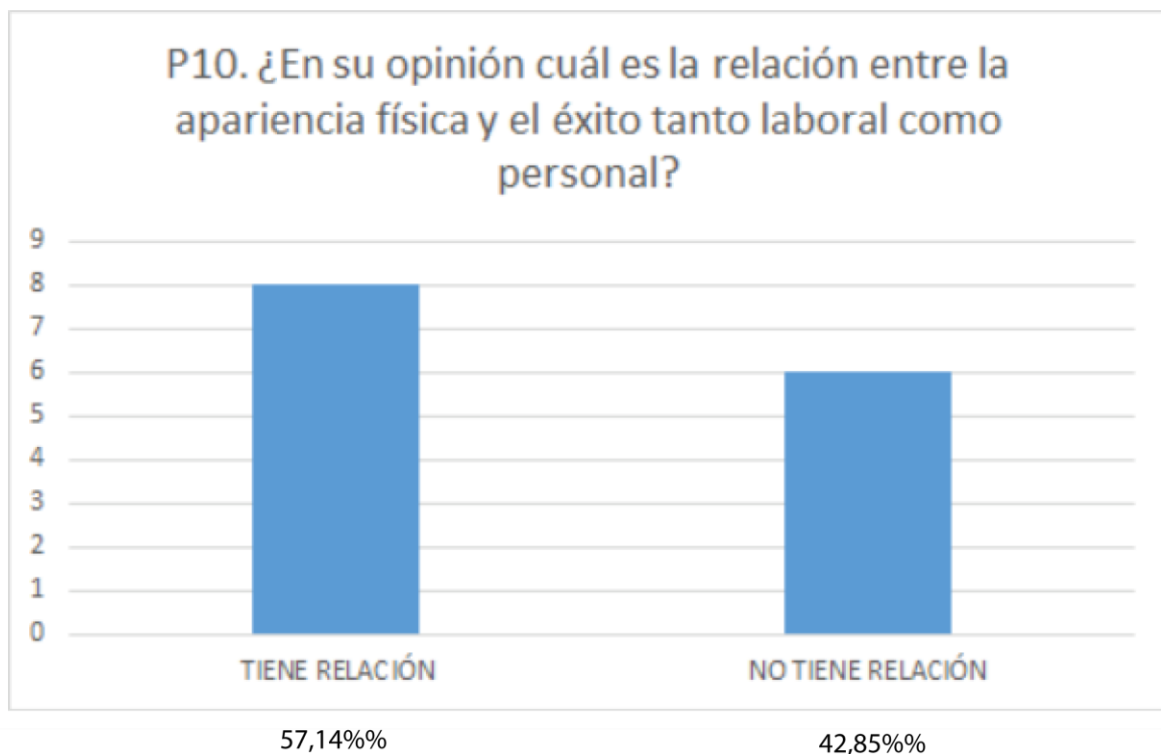
**P7: “Un constructivo social sobre cómo debe ser tu cuerpo y tu imagen para que te ‘acepte’ la sociedad o puedas encajar en la misma...”**

**P6: “Para mi el ideal de belleza se le pone y plantea cada uno, cada persona, no creo que exista un ideal de belleza único para el mundo entero por el mismo hecho de que las personas somos muy diferentes y tenemos criterios y maneras de pensar distintas, como únicos y por eso mismo no debería existir un ideal de belleza único...”**

#### **ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

En la pregunta número nueve, donde se pregunta a las participantes: ¿Qué es para Ud. el ideal de belleza?; donde el 42.85% respondió que existe belleza individual y que es subjetiva y única en cada persona, mientras que el 57.14% menciona que es un estereotipo social o estándar donde se debe encajar en la sociedad con medidas como 90.60.90.

#### **CAT.10: APARIENCIA FÍSICA Y ÉXITO LABORAL/PERSONAL**



#### **- RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT.10 CUALITATIVA:**

**P4: “Lamentablemente vivimos en un tiempo de espejismo y falsedad y todo sintético por eso lo importante es la apariencia y no las cualidades...”**

**P11: “Si tiene mucho que ver, ambos van de la par, no por que tengas que cumplir los estándares de belleza sino porque tú cuidas tu apariencia física; tendrás éxito laboral y personal...”**

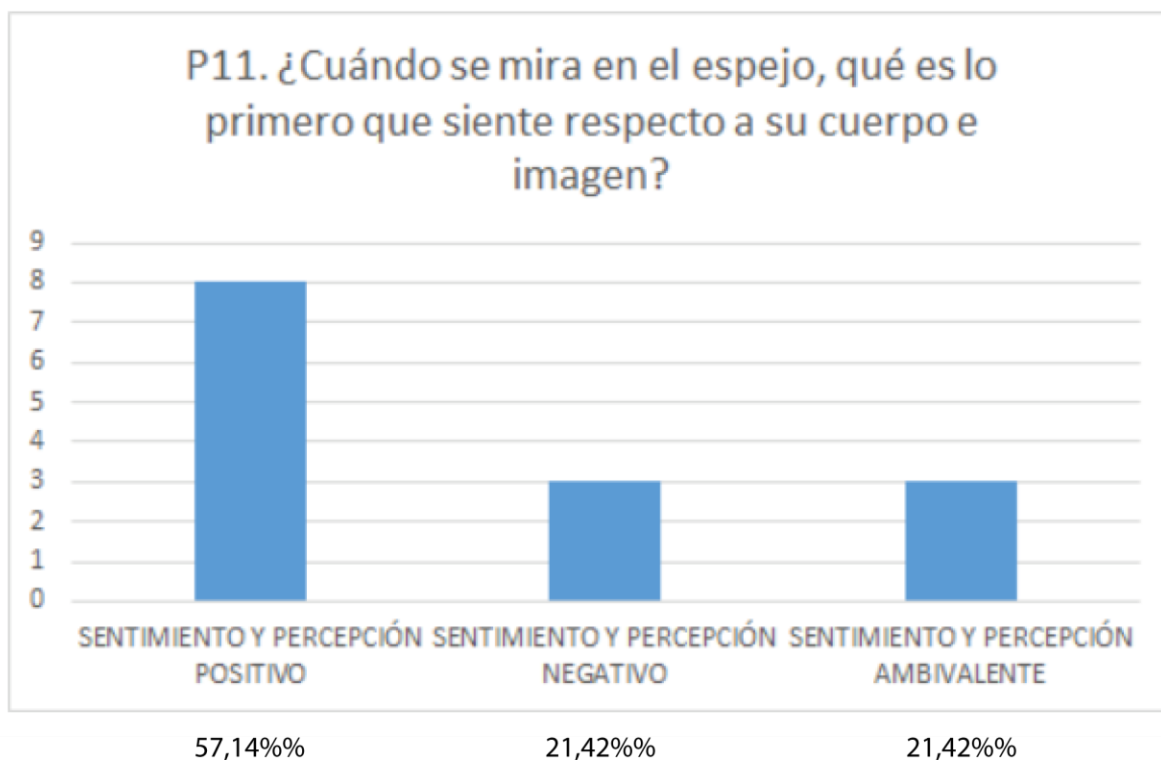
**P2: “La apariencia física es como la ven otras personas, el éxito es una meta deseada por cualquier profesional para alcanzar el éxito...”**

**P5: “Muchas veces el físico no va ligado al éxito . puede ser bella físicamente pero incompetente, pero no es en todos los casos...”**

### **ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

Un 57.14% de las entrevistadas supieron manifestar que si existe relación la apariencia física con el éxito laboral; ya que: “Lamentablemente vivimos en un tiempo de espejismo y falsedad y todo sintético por eso lo importante es la apariencia y no las cualidades...” como lo mencionó la participante 4, y un 42.85% manifiesta que no tiene relación y que el éxito está en cada uno.

### **CAT.11: APARIENCIA**



#### **- RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT.11 CUALITATIVA:**

**P12: “Me siento bien, tranquila, sin embargo ciertas áreas de mi cuerpo no me gustan mucho y prefiero evitar verlas ya que generan cierta inseguridad...”**

**P3: “Siento conformidad pero a su vez siento que puedo hacer esfuerzo por verme mejor y sentirme mejor como hacer el ejercicio físico...”**

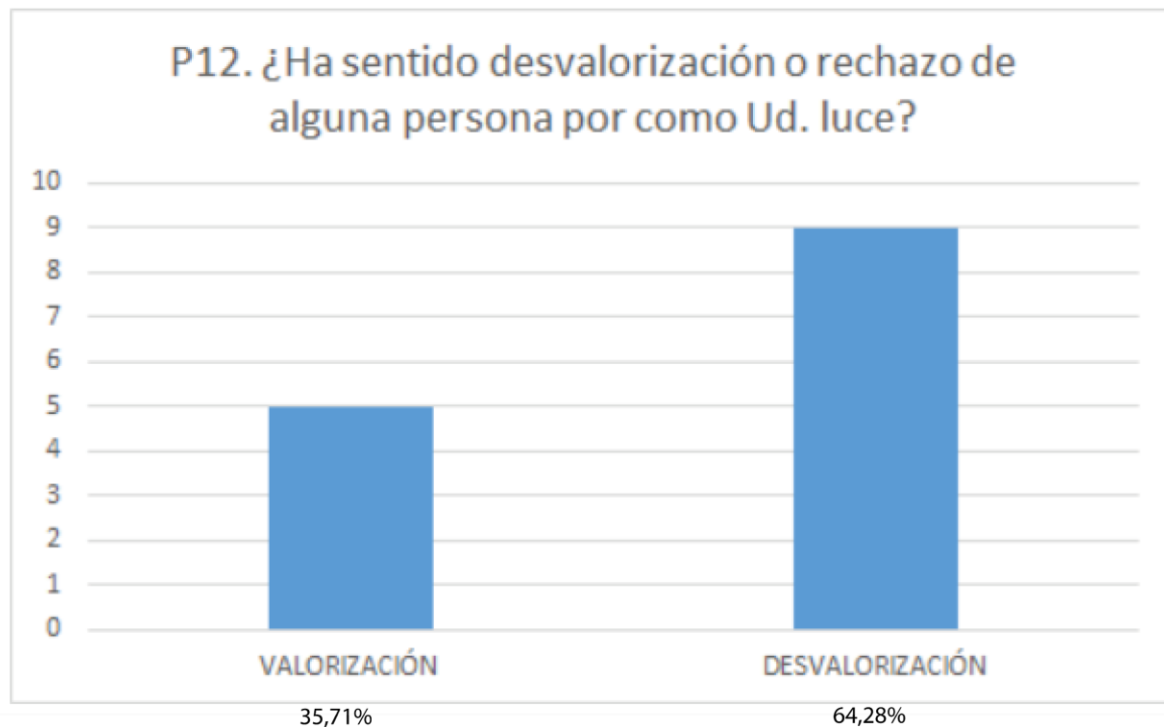
**P9: “Me siento cómoda y linda. Antes de comenzar a quererme y amarme no me gustaba verme en el espejo...”**

**P7: “Qué debo bajar de peso, no por belleza sino por salud...”**

## ANÁLISIS DE RESULTADOS:

Dentro de cómo una mujer se percibe frente al espejo, existen tres parámetros a tomar en cuenta en sus respuestas y es que el 57.14% encuentra sentimientos y percepción positiva al mirarse a un espejo, el 21.42% siente y se percibe negativamente y un 21.42% tiene sentimientos de ambivalencia en el discurso, “Dicen sentirse bien y cómodas, pero no con todas las partes de su cuerpo...”

### CAT.12: ACEPTACIÓN SOCIAL EN RELACIÓN AL FÍSICO (FAMILIAR, RELACIONES, PARES)



#### - RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT.12 CUALITATIVA:

**P9:** “Si, de mi familia cercana...”

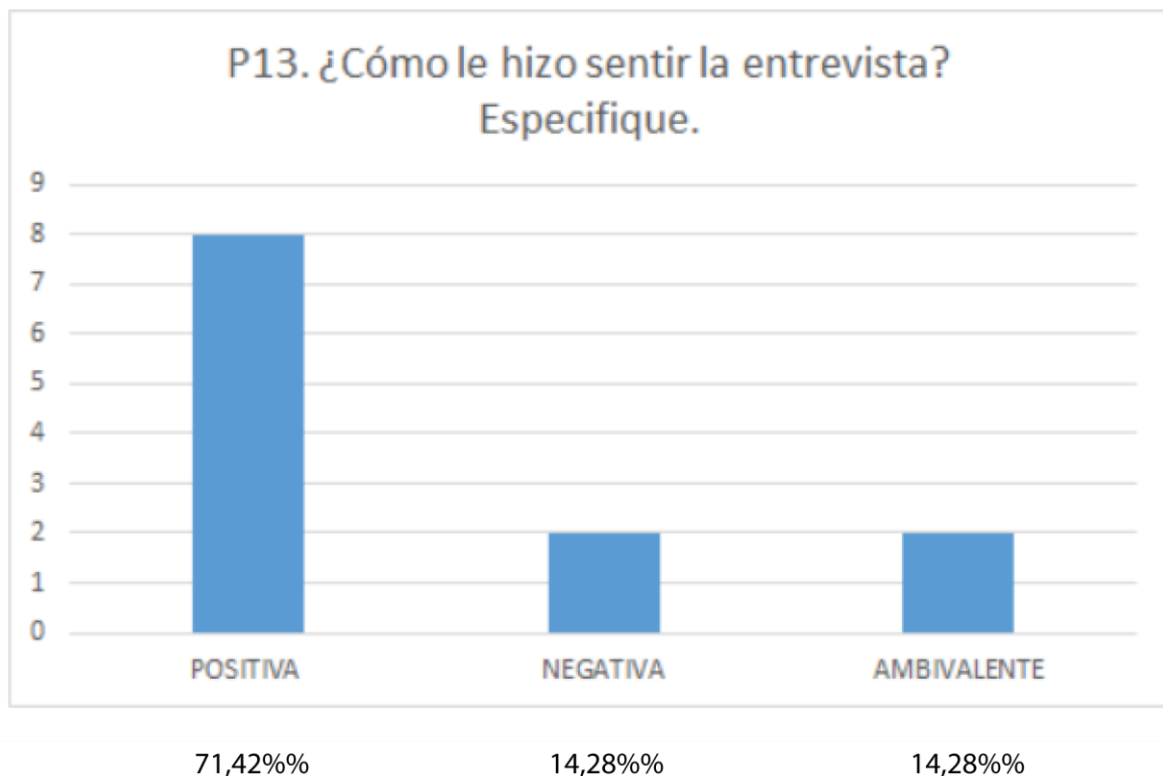
**P11:** “Si, por parte de mi ex pareja quien mencionaba que debía ser más ‘femenina’...”

**P12:** “Si, mi peso siempre fue un tema de conflicto antes la desvalorización o burla por ser ‘muy flaca’ o por mi color de piel...”

**P7:** “No...”

**p1:** “Si, a veces... depende de la salud mental...”

### CAT.13: EXPERIENCIA INTROSPECTIVA



**- RESPUESTAS PARTICIPANTES CAT.13 CUALITATIVA:**

***P1: “Me gustó mucho... me permitió remarcar ideas acerca de la importancia que tiene la salud para cada uno de nosotros...”***

***P9: “Bien, porque me parece un tema muy tabú en torno a las mujeres. Es bueno sentirse escuchada y más que nada ver como ha cambiado tu manera de verte y quererte...”***

***P2: “Tranquila, segura de lo que tengo y soy... No me preocupa la gordura...”***

***P12: “La verdad ciertas preguntas causaron conflicto, no sabía que poner y me hicieron sentir algo incómoda pero muy interesante el replantearse muchos aspectos de ese ideal planteado por la sociedad y cultura de lo que es la belleza...”***

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

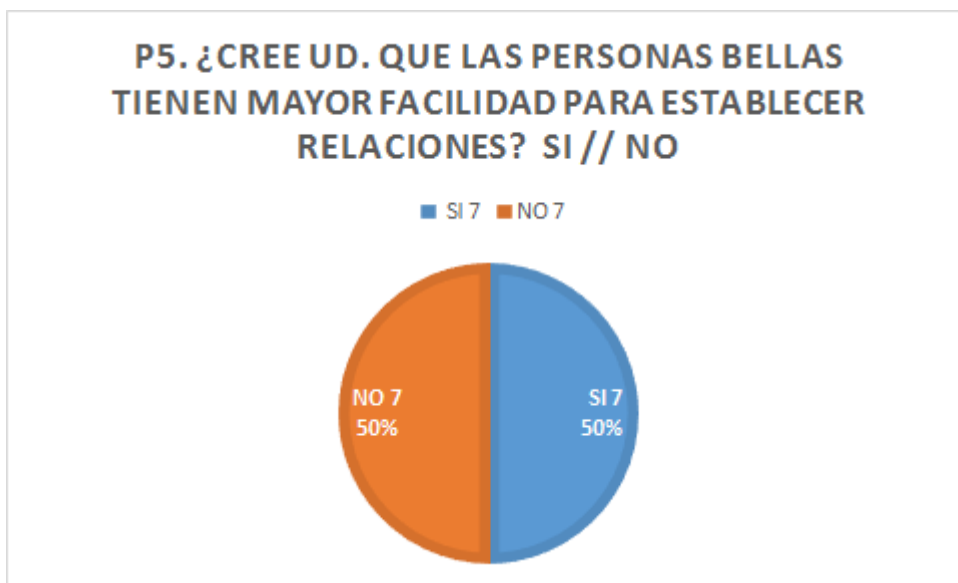
En relaciona la ultima pregunta es muy importante para la autora conocer cómo se sintieron en el transcurso de la entrevista; y supieron manifestar que un 71.42% encontró sumamente interesante y positivo haber hecho este ejercicio de autoanálisis, un 14.28% encontró sentimientos negativos y algo de ansiedad ya que no sabían qué responder a algunas preguntas y otro 14.28% tuvieron algo de vergüenza pero al mismo tiempo mencionan haberse sentido muy escuchadas , se sintieron reflexivas, alzaron su voz frente a un tema tan “Tabú” como ha sido mencionado en una respuesta anterior.

**3.4.1 RESULTADOS CUANTITATIVOS DE LA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA), PREGUNTAS NÚMERO: 4,5,6,7,8.**





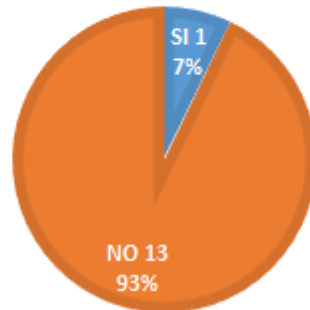
- El 86% de las participantes se sienten cómodas con su imagen corporal, un 14% no.



- El 50% menciona que si creen que las personas bellas tienen mayor facilidad para establecer relaciones y el otro 50% dice que no.

**P6. ¿CREE UD. QUE EL RESPETO Y ADMIRACIÓN ES MÁS FÁCIL DE ESTABLECER PARA UNA PERSONA BELLA? SI // NO**

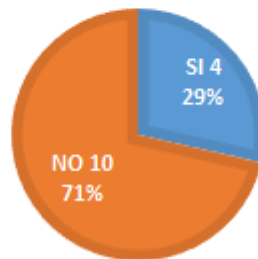
■ SI 1 ■ NO 13



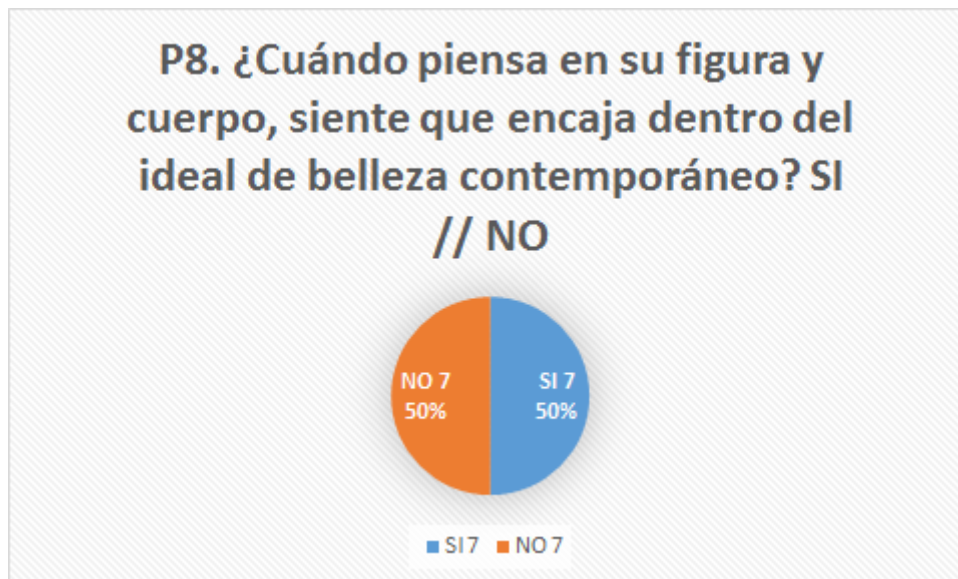
- Por otro lado el 93% cree que No es más fácil para una persona bella establecer respeto y admiración; un 7% cree que Si.

**P7. ¿CREE UD. QUE MIENTRAS MÁS UNA PERSONA SE AMOLDE AL IDEAL DE BELLEZA, TENDRÁ MÁS ACEPTACIÓN Y ÉXITO PROFESIONAL? SI // NO**

■ SI 4 ■ NO 10



- El 71% No cree que mientras más una persona se amolda al ideal de belleza tendrá mayor aceptación y éxito profesional, mientras que un 29% cree que Si.



- En esta última pregunta cuantitativa de la entrevista semiestructurada mixta sobre el ideal de belleza, se manifiesta que el 50% de la participantes piensan que su figura si encaja en el ideal de belleza contemporáneo, muestra que el otro 50% cree que no.

#### **CAPÍTULO IV. CORRELACIÓN DATOS ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA (IDEAL DE BELLEZA)Y CUESTIONARIO BSQ-34**

En esta etapa de la investigación se realizó un metanálisis de algunas de las preguntas preestablecidas en el cuestionario BSQ-34, generando así, una nueva interpretación personal que dista de la interpretación del autor, donde (SI= %Es Raro + %A Veces + %A Menudo + %Muy a Menudo + %Siempre y NO= %Nunca); Realizando la sumatoria total de cada una de las preguntas No. (IC2,IC3,IC7,IC9,IC12,IC18,IC20,IC22,IC23,IC24,IC25,IC29,IC31,IC33,IC34) tomando como referencia los resultados arrojados por las participantes previamente expuestos en el literal 3.3.8 GRÁFICOS PASTELES, PORCENTAJES PREGUNTAS 1-34; CUESTIONARIO BSQ-34.

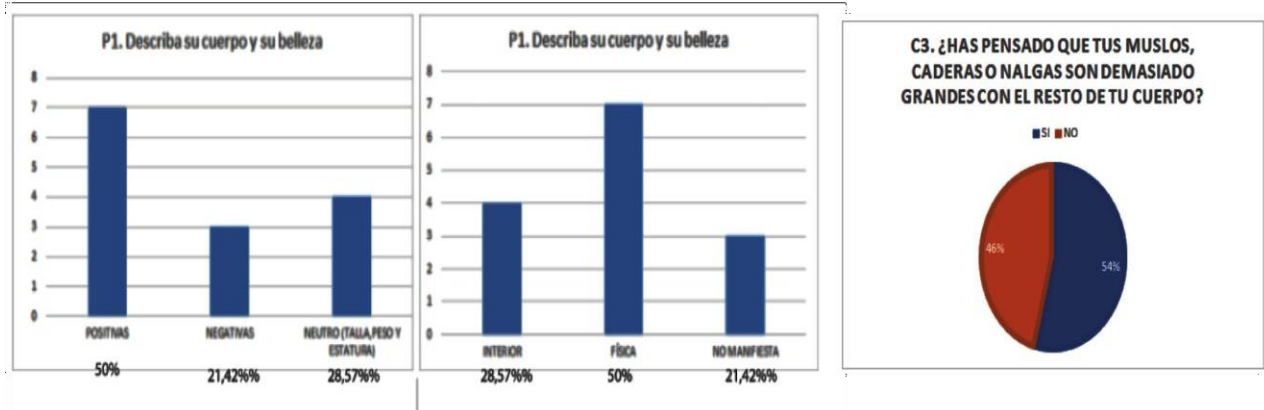
Correlacionando con las respuesta de las preguntas No. (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12) de la entrevista semiestructurada mixta (Ideal de Belleza )y el cuestionario BSQ-34. Cuya finalidad fue comprobar su relación con la hipótesis establecida en la investigación.

## 4.1 RESULTADOS, CORRELACIÓN - METANÁLISIS DE LA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA MIXTA ( IDEAL DE BELLEZA) Y CUESTIONARIO BSQ-34.

### 4.1.1 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 1 EN RELACIÓN A IC3

IDEAL DE BELLEZA

BSQ - 34



Subcat. CUERPO -Positivas 50% - Negativas 21.42% -Neutro 28.57%	Subcat. BELLEZA - Interior 28.57% - Física 50% - No Manifiesta 21.42%	SI 54% / NO 46%
--	--	-----------------

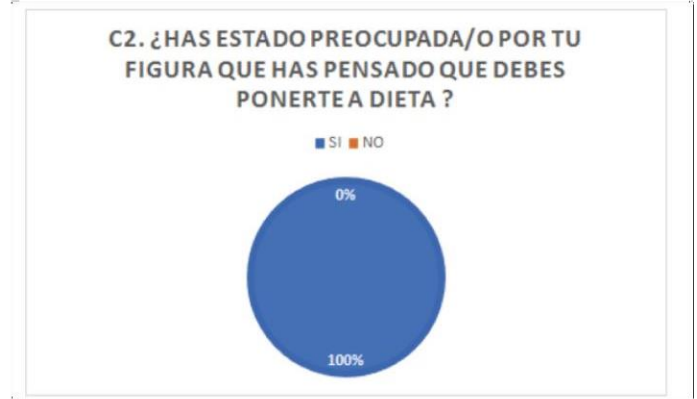
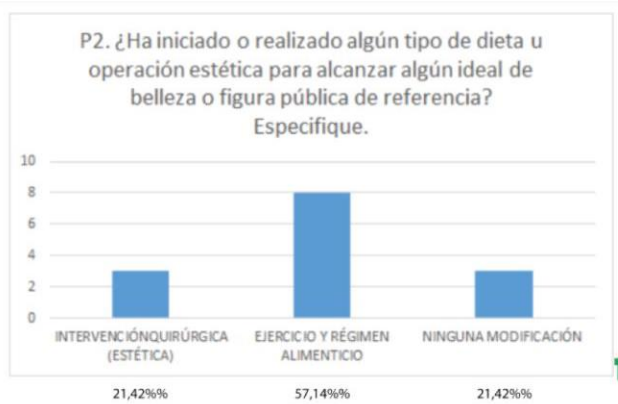
#### ANÁLISIS DE RESULTADOS:

- En el gráfico 1 y 2 , correspondiente a la pregunta 1 de la entrevista semiestructurada mixta y sus subcategorías; se pueden observar conjuntamente con el gráfico 3; los porcentajes de respuesta que se obtuvo en la pregunta IC3 del test BSQ-34, pudiendo apreciar que existe un 50% de participantes que describen su “CUERPO” de manera positiva, un 21.42% de manera negativa y el 28.57% de forma Neutra (talla, estatura, peso).
- En cuanto la descripción de la categoría “BELLEZA” (Gráfico 2), un 28.57% describe que la belleza lo encuentra en su interior más que en su apariencia física, un 50% encuentra su belleza en relación a lo físico y el 21.42% omitió una respuesta en relación a la subcategoría “BELLEZA”.
- Estos dos cuadros anteriores en comparación con la pregunta del cuestionario BSQ-34, IC3 el cual dice: “¿Has pensado que tus muslos, caderas o nalgas son demasiado grandes con el resto de tu cuerpo?”, se pudo manifestar que el 54% de las participantes SI han pensado eso respecto a su figura lo que afirma que la descripción negativa de su cuerpo es un factor importante. Un 46% manifiesta NO tener pensamientos negativos frente a su cuerpo confirmando la descripción positiva que hubo en la respuesta cualitativa de la pregunta 1.
- Pudiendo concluir que en general si existe inconformidad o malestar mayor en relación a la percepción que se tiene frente al cuerpo (Físicamente hablando). En cuanto a la belleza; las participantes la encuentran tanto de manera interna como externa o simplemente no manifiestan tener ninguna opinión frente a su belleza.

- **4.1.2 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 2 EN RELACIÓN A IC 2**

IDEAL DE BELLEZA

BSQ - 34

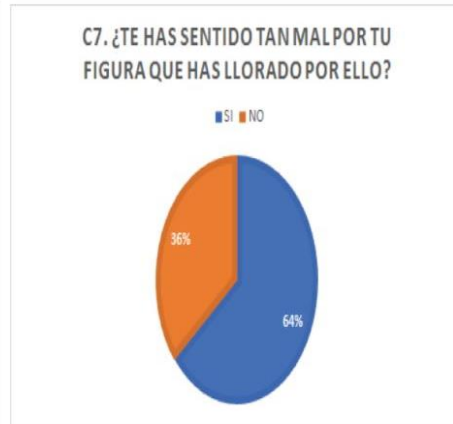


<b>Subcat. Intervención estética 24.42%</b>	<b>Subcat. Ejercicio y Régimen Alimenticio 57.14%</b>	<b>Subcat. Ninguna Modificación 21.42%</b>	<b>SI 100% /NO 0%</b>
---	---	--	-----------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- En el segundo gráfico, las participantes manifiestan que en relación a la pregunta IC2; SI han estado preocupadas por su figura al punto de ponerse a dieta con un resultado del 100% de respuestas; mientras que en el gráfico de la pregunta 2 también se pudo manifestar que un 57.14% ha iniciado algún tipo de dieta, ha iniciado actividad física o se ha alineado a un régimen alimenticio, el 21.42% se ha realizado intervención quirúrgica, principalmente modificaciones nasales y un 21.42% restante no se ha realizado ni empezado ninguna modificación para alcanzar un ideal de belleza.
- Concluyendo que la preocupación por encajar en el ideal de belleza contemporáneo SÍ genera que las mujeres lleguen a modificar sus rutinas, comportamientos o adquieran nuevos hábitos, acudan a centros estéticos con la finalidad de alcanzar la perfección de la figura pública de referencia para cada situación.
- Recordemos que no es real llegar a alcanzar un ideal de belleza en su totalidad; si aceptamos eso quizá podamos empezar a aceptarnos tal y como se podría estar generando comportamientos y pensamientos positivos hacia nuestro cuerpo.

**4.1.3 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 3 EN RELACIÓN A IC 7- IC**



<b>Subcat. Satisfacción Corporal.</b>	<b>Subcat. Insatisfacción Corporal</b>	<b>SI 64% / NO 36%</b>	<b>SI 78% / NO 22%</b>
---------------------------------------	--	------------------------	------------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- En este cuadro de correlación de los instrumentos, se puede observar que en la pregunta 3, el 57.14% siente Satisfacción Corporal al comparar su figura con el ideal de belleza contemporáneo, mientras que el 42.85% siente Insatisfacción Corporal al comparar su figura con el ideal de belleza contemporáneo.
- En el segundo gráfico, de la pregunta IC7, manifiestan que un 64% Afirma haber llegado a sentirse tan mal con su figura que ha llegado a llorar por ello, un 36% no lo ha experimentado.
- en el tercer gráfico, la pregunta IC22, arrojó que el 78% de las encuestadas SI, se ha sentido más a gusto con su figura al despertarse y tener el estómago vacío, sólo un 22% dice que NO.
- Pudiendo concluir que la Insatisfacción Corporal puede afectar emocionalmente a las mujeres llevándolas a llorar por no sentirse cómodas con su figura e imagen corporal en relación al ideal de belleza; además, llevándolas a tener los primeros pensamientos asociativo entre la ausencia de comida y como recompensa un abdomen más plano o una mejor figura; pudiendo desencadenar en un TCA a mediano o largo plazo.  
Estímulo- Recompensa

**Las preguntas 4, 5,6,7 Y 8 que verán a continuación no tienen categorizaciones ya que fueron formuladas por la autora de manera cerrada con la posibilidad de responder SI o NO.**

#### 4.1.4 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 4 EN RELACIÓN A IC 9

IDEAL DE BELLEZA

BSQ - 34



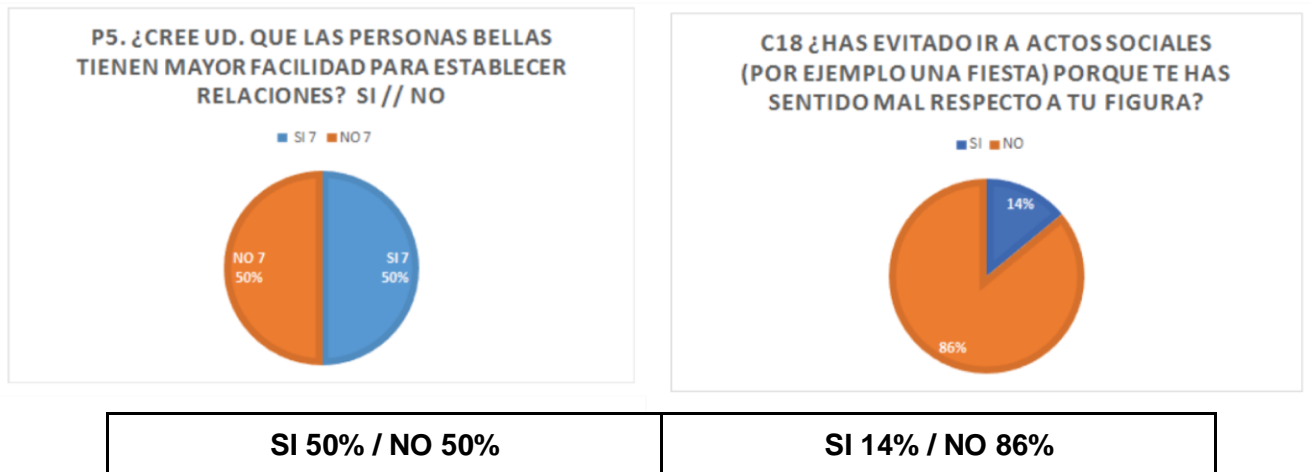
**SI 86% / NO 14%**

**SI 57% / NO 43%**

#### ANÁLISIS DE RESULTADOS:

- Por lo tanto, en la pregunta 4 el 86% dice que SI se siente cómoda con su imagen corporal, solo un 14% NO; mientras que en la pregunta IC9 el 57% SI ha llegado a reflexionar sobre su figura al estar rodeada por gente delgada; y un 43% menciona que NO ha tenido estas reflexiones.
- En conclusión, aunque en su gran mayoría sienten comodidad en relación a la figura corporal, en los eventos sociales o si la circunstancia nos ubica en un escenario que nos permite compararnos con los otros se generará una reflexión acerca de nuestra figura con la de los demás con base al ideal establecido.

#### 4.1.5 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 5 EN RELACIÓN A IC 18



### ANÁLISIS DE RESULTADOS:

- En el primer gráfico en cuestión el 50% dice que SI cree que las personas bellas tienen mayor facilidad para establecer relaciones; el otro 50% cree que NO creen eso. por otra parte en el segundo gráfico de la pregunta IC18, el 86% dice que NO ha evitado ir a actos sociales por haberse sentido mal respecto a su figura.
- Se puede concluir que aunque la muestra tenga opiniones divididas frente a la relación de tener mayor facilidad para establecer relaciones sociales las mujeres bellea, por otro lado, un 86% NO ha evitado ir a actos sociales por sentirse mal respecto a su figura, indicando que aunque es una porcentaje menor el que sí lo ha hecho; corresponde velar por ese 14% para encontrar la razón de generar comportamientos evitativos o de aislamiento social.

#### 4.1.6 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 6 EN RELACIÓN A IC 33





<b>SI 7% / NO 93%</b>	<b>SI 64% / NO 36%</b>
-----------------------	------------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- El 93% de las participantes NO cree que el respeto y admiración sea más fácil de establecer para una persona bella, solo un 7% piensa que SI.
- en el segundo gráfico, el 64% SI se ha fijado más en su figura cuando ha estado en compañía de otras personas.
- Por lo tanto, se observa que no existe relación alguna que una persona sea más bella que otra para establecer respeto o admiración; pero si existe un porcentaje mayor que afirma haberse fijado más en su propia figura al estar en compañía de otras personas; indicando que no interfiere directamente con el respeto o interacción social.

**4.1.7 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 7 EN RELACIÓN A IC 20 - IC**



<b>SI 29% / NO 71%</b>	<b>SI 57% / NO 43%</b>	<b>SÍ 93% / NO 7%</b>
------------------------	------------------------	-----------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- La pregunta 7 se correlacionó con dos preguntas del cuestionario BSQ-34 la IC 20 e IC34; por lo tanto, los resultados manifiestan que el 71% de las participantes NO cree que mientras una persona más se amolda al ideal de belleza tendrá mayor aceptación y éxito profesional, un 29% considera que SI.
- En cuanto a la IC 20, se pudo observar que un 57% SI se ha sentido acomplejado por su cuerpo, un 43% manifiesta que NO; por último en la IC34, un 93% afirma que la preocupación por su figura le hace pensar que debería hacer ejercicio, un 7% lo niega.
- La mayoría de las participantes NO creen que la aceptación y éxito profesional están más ligados si una persona más se amolda al ideal de belleza; mientras que la preocupación por la figura y tener pensamientos en relación al cuerpo incentiva a pensar en que la persona “Debería hacer ejercicio”; teniendo una motivación negativa pudiendo o no desarrollar posible frustración, malestar psíquico, conductas evitativas, aislamientos o desarrollo de un TCA.

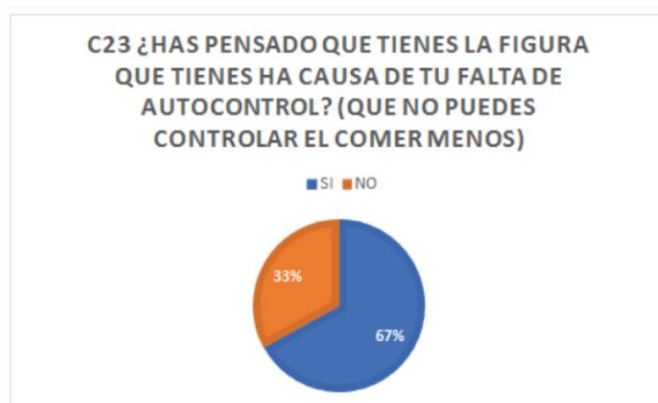
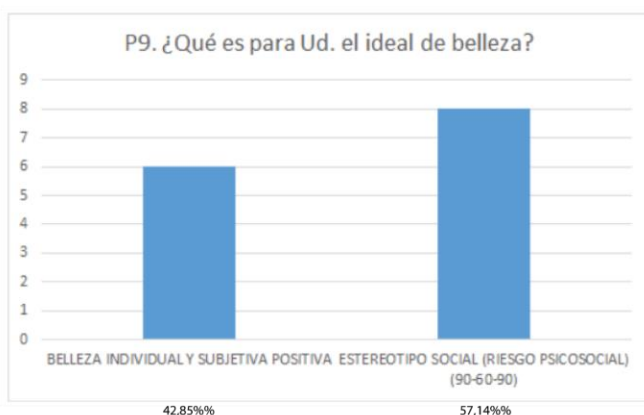
**4.1.8 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 8 EN RELACIÓN A IC12 - IC25**



### ANÁLISIS DE RESULTADOS:

- En el siguiente gráfico, los datos manifiestan que un 50% de las mujeres SI piensa y siente que su figura encaja con el ideal de belleza contemporáneo; el otro 50% cree que NO.
- Un 78% afirma que en ocasiones se ha fijado en la figura de otros jóvenes y la ha comparado con la suya desfavorablemente, un 22% NO lo ha hecho.
- Por último, el 50% de la muestra indica que SI ha pensado que no es justo que otras jóvenes sean más delgadas que ellas, el otro 50% menciona que NO.
- En conclusión, encajar dentro del ideal de belleza es importante para 7 de las 14 mujeres entrevistadas; un 78% ha comparado su figura con la de alguien más y el 50% de la muestra afirma sentir que NO es justo que otras personas sean más delgadas que ellas.  
Indicando un ideal de belleza delgado, tonificado y joven como referencia contemporánea.

#### 4.1.9 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 9 EN RELACIÓN A IC 23



<p><b>Subcat. Belleza Individual y Subjetiva Positiva = 42.85%</b></p>	<p><b>Subcat. Estereotipo Social (Riesgo Psicosocial) 90.60.90 = 57.14%</b></p>	<p><b>SI 67% / NO 33%</b></p>
--	---	-------------------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- La pregunta 9 “¿Qué es para Ud. el ideal de belleza?”, arrojó respuestas relacionadas a que es aquella belleza individual, única y subjetiva con un 42.85%; mientras que el 57.14% piensa que es un estereotipo social establecido, que puede acarrear riesgo como depresión, ansiedad, trastornos e inseguridad si no se cumple una figura de 90.60.90 para encajar en la sociedad.
- Mientras que un 67% además, SI ha llegado a pensar que la figura que tiene es a causa de una falta de autocontrol en relación a lo que ingiere; un 33% manifiesta que NO ha pensado en eso.
- Por lo tanto, se conoce al menos que existen sentimientos de culpa frente a cómo luce su figura, en relación a cumplir con aquel estándar socialmente establecido provocando posibles riesgos psicosociales a mediano o largo plazo.

**4.1.10 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 10 EN RELACIÓN A IC 31**



<b>Subcat. Tiene Relación = 57.14%</b>	<b>Subcat. No Tiene Relación= 42.85%</b>	<b>SI 59% / NO 41%</b>
--	--	------------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- En la pregunta 10 los resultados se manifestaron indicando que un 57.14% piensa que SI existe relación entre la apariencia física y el éxito tanto laboral como personal; un 42.85% considera que NO tiene relación alguna.
- El 59% afirma que ha evitado situaciones en las cuales la gente pueda observar su cuerpo, mientras un 41% manifiesta que NO lo ha hecho.
- En conclusión, en un primer escenario laboral; se manifiesta que existe un porcentaje mayor de respuestas que opinan que SI tiene relación el éxito tanto laboral como personal con la apariencia física; mientras que en un ámbito social donde pueda ser expuesto el "CUERPO" existen comportamientos evitativos por parte de las participantes.

**4.1.11 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 11 EN RELACIÓN A IC 29**

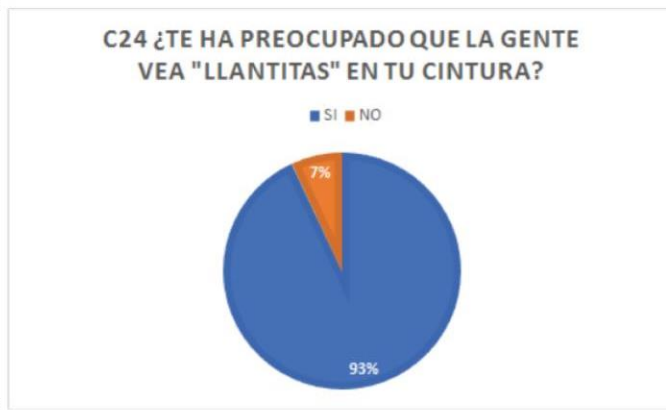


<b>Subcat. Sentimiento y Percepción Positiva = 57.14%</b>	<b>Subcat. Sentimiento y Percepción Negativo= 21.42%</b>	<b>Subcat. Sentimiento y Percepción Ambivalente = 21.42%</b>	<b>SI 64% / NO 36%</b>
---	--	--	------------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- La presente pregunta 11, fue recategorizada por: “Sentimiento y Percepción Positiva, Negativa y Ambivalente”; los cuales puntuaron 57.14% sentimientos y percepciones positivas al verse en un espejo como primeros pensamientos, un 21.42% sienten y perciben elementos negativos y un 21.42% experimentan sentimientos y una percepción ambivalente en relación a su figura.
- Por otra parte en la pregunta IC29 del Test BSQ-34 manifiesta que, un 64% también afirma que verse reflejada en un espejo le ha hecho sentir mal respecto a su figura, y un 36% NO.
- Pudiendo concluir que el impacto de una pobre imagen corporal al ser reflejada en el espejo podría generar sentimientos y pensamientos negativos frente a su figura relacionando con características física e inseguridad en la descripción de su figura.

**4.1.12 Gráficos e Interpretación personal de la PREGUNTA 12 EN RELACIÓN A IC 24**



<b>Subcat. Valorización = 35.71%</b>	<b>Subcat. Desvalorización = 64.28%</b>	<b>SÍ 93% / NO 7%</b>
--	---	-----------------------

**ANÁLISIS DE RESULTADOS:**

- Para finalizar, es importante mencionar que un 64.28% de la muestra ha sentido desvalorización o rechazo por parte de otra persona en relación a su apariencia; un 35.71% manifiesta no haber sentido.
- Por otro lado, un 93% dice que SI ha sentido preocupación de que la gente pueda ver “Llantitas” en la zona de la cintura.
- Pudiendo concluir que existe un porcentaje mayor en cuanto a la preocupación por cómo luce su figura y la crítica o rechazo que esta pueda recibir por parte de otras personas.

**CAPÍTULO V. DISCUSIÓN**

El objetivo del presente estudio se basó en poder analizar cuál podría ser el impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal en mujeres ecuatorianas; cuya muestra estuvo conformada por 14 mujeres de entre 22 a 56 años. Para ello las herramientas utilizadas fueron el Cuestionario de Imagen Corporal “Body Shape Questionnaire” BSQ-34, cuya adaptación y validación en español fue realizada por Zambrano (2013) y La Entrevista Semiestructurada Mixta (Ideal de Belleza) realizada por la autora de la presente investigación.

Dentro de los resultados obtenidos en el transcurso de este estudio, se pudo determinar los puntajes con la ayuda de la interpretación existente del cuestionario BSQ-34 conjuntamente con el análisis teórico y comparación entre las categorizaciones de las variables insatisfacción corporal y preocupación por el peso corporal; donde se plantea un rango que divide la insatisfacción corporal en tres subcategorías:

- 1. No Presenta Insatisfacción Corporal:** Las participantes que puntuaron dentro de esta subcategoría se presume que podrían contar con una autoestima sana , existe mayor aceptación en cuanto a su imagen corporal ya que se sienten y perciben con mayor objetividad cuidando su salud mental de manera favorable sin que alguna modificación corporal desfavorable en el transcurso de su desarrollo pueda interferir en su vida diaria generando posibles trastornos o riesgos a nivel psicosocial.
- 2. Moderada Insatisfacción Corporal:** A menudo las participantes que calzan en esta categoría presentan inconformidad con su imagen o figura corporal, provocando generalmente conductas evitativas relacionadas a ciertas situaciones en donde el cuerpo esté implicado para su interacción, sin embargo este no es un impedimento significativo para desarrollar sus actividades diarias y relaciones interpersonales.
- 3. Extrema Insatisfacción Corporal:** Las participantes que se encuentran en esta categoría diagnóstica por lo general suelen presentar indisposición , inconformidad, inseguridad , elevada ansiedad; presentan dificultad para desenvolverse en sus actividades diarias con total normalidad, generando conductas desadaptativas, evitativas, subestimación y de compensación como por ejemplo: Dietas restrictivas, aislamiento social, extremo ejercicio físico, provocarse vómito o adoptar por ingerir medicamentos purgantes; signos y síntomas característicos principales de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

Los resultados obtenidos en la presente investigación de estudio arrojaron que existe un porcentaje de participantes mayor que **NO PRESENTAN INSATISFACCIÓN POR SU IMAGEN CORPORAL** con el 64.26%; no obstante, es importante prestar atención a este 35.7% que se subdivide en **MODERADA INSATISFACCIÓN Y EXTREMA INSATISFACCIÓN** con un 28.56% y 7.14% consecutivamente, ya que si no se otorga herramientas oportunas de afrontamiento podrían desarrollar a mediano y largo plazo conductas desadaptativas que pongan en riesgo su salud mental, física, emocional mostrando como factor de riesgo psicosocial el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Por otro lado, dentro de la muestra dos de las participantes que representan al 14.24% rebasan los 105 pts del rango de referencia que indica el Test, se recomienda intervención psicológica ya que estarían en mayor riesgo de presentar trastornos psicológicos en relación a los TCA, preocupación por el peso e imagen corporal negativa. Según Raich, 2004 y Gismero, 2001 afirman por medio de sus estudios que la insatisfacción corporal influye directamente como un factor de riesgo para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.

En relación a la entrevista semiestructurada mixta (Ideal de Belleza) los resultados y preguntas fueron procesadas entre cualitativas y cuantitativas conjuntamente con sus correspondientes categorizaciones:



CUADRO CUALITATIVO:	
P1: DESCRIPCIÓN CUERPO Y BELLEZA:	
CARACTERÍSTICAS FÍSICAS CORPORALES:	BELLEZA:
POSITIVO: 50%	INTERIOR: 28,57%
NEGATIVO: 21,42%	FÍSICA: 50%
NEUTRO: 28,57%	NO MANIFIESTA: 21,42%
P2: MODIFICACIÓN CORPORAL:	
INTERVENCIÓN QUIRÚRGICA ( ESTÉTICA)	21,42%
EJERCICIO Y RÉGIMEN ALIMENTICIO	57,14%
Ninguna Modificación	21,42%
P3: FIGURA Y BELLEZA CONTEMPORÁNEA:	
SATISFACCIÓN CORPORAL	57,14%
INSATISFACCIÓN CORPORAL	42,85%
P9: IDEAL DE BELLEZA:	
BELLEZA INDIVIDUAL Y SUBJETIVA POSITIVA	57,14%
ESTEREOTIPO SOCIAL (RIESGO PSICOSOCIA)	42,85%

P10: APARIENCIA FÍSICA Y ÉXITO LABORAL/PERSONAL:	
TIENE RELACIÓN	57,14%
NO TIENE RELACIÓN	42,85%
P11: APARIENCIA:	
SENTIMIENTO Y PERCEPCIÓN POSITIVA	57,14%
SENTIMIENTO Y PERCEPCIÓN NEGATIVA	21,42%
SENTIMIENTO Y PERCEPCIÓN AMBIVALENTE	21,42%
P12: ACEPTACIÓN SOCIAL CON RELACIÓN AL FÍSICO ( FAMILIAR, SOCIAL, PARES):	
VALIDACIÓN	35,61%
DESVALIDACIÓN	64,28%
P13: EXPERIENCIA INTROSPECTIVA:	
POSITIVA	71,42%
NEGATIVA	14,28%
AMBIVALENTE	14,28%

- **5.1. ANÁLISIS CUALITATIVO (PREGUNTAS No 1,2,3,9,10,11,12,13)**

**P1.** Resultados que generan un contraste directo con los datos del BSQ-34 ya que el 50% de la muestra describió sus **CARACTERÍSTICAS FÍSICAS CORPORALES** de manera positiva, recordando que un 64.26% **NO PRESENTÓ INSATISFACCIÓN CORPORAL** en el primer cuestionario; mientras que un 21.42% describe y percibe su **CUERPO Y BELLEZA** de manera negativa al igual que el 35.7% de la muestra que manifiesta insatisfacción corporal, hipótesis que confirma que el ideal de belleza podría influir directamente en la imagen corporal pudiendo desencadenar en conductas desadaptativas previamente mencionadas.

**P2.** En relación a la subcategoría **INTERVENCIÓN QUIRÚRGICA (ESTÉTICA)** el 21.42% afirmaron haberse realizado dichas modificaciones con el afán de “mejorar su imagen” cuya motivación parte del deseo por acercarse cada vez más al ideal de belleza; así como lo afirma J.K, 2016, el cual indica que la mayoría de procedimientos quirúrgicos faciales están claramente orientados a tener la apariencia “perfecta”, recordando que estos estándares de belleza son prácticamente inalcanzables. Mientras que el 57.14% menciona haber iniciado un **RÉGIMEN ALIMENTICIO ESTRICTO O ARDUO EJERCICIO FÍSICO** con el mismo fin de alinearse al ideal de belleza. cuyas acciones podrían poner en riesgo tanto la salud física como mental de no ser manejado saludablemente.

**P3.** Dentro de la categorización **FIGURA Y BELLEZA CONTEMPORÁNEA**, los resultados sobre la subcategoría **SATISFACCIÓN CORPORAL** indicaron que un 57.14% percibe su figura y belleza de manera positiva, siendo una vez más un porcentaje mayor al igual que en el BSQ-34, mientras que un 42.85% indica **INSATISFACCIÓN CORPORAL**, despertando nuevamente una alerta significativo sobre la percepción hacia sí mismo.

**P9.** La categorización que busca conocer la opinión de la muestra sobre el **IDEAL DE BELLEZA**, indicando que el 42.85% percibe su **BELLEZA INDIVIDUAL Y SUBJETIVA POSITIVAMENTE**, arrojando un porcentaje del 57.14% que opina que se atribuye a un **ESTEREOTIPO SOCIAL** que eventualmente podría generar **RIESGOS PSICOSOCIALES** futuros como por ejemplo afectar en la autoestimas, inseguridad, salud mental, conductas desadaptativas y posibles trastornos.

**P10.** En cuanto a la posible relación directa que pueda tener una **APARIENCIA FÍSICA FAVORABLE CON EL ÉXITO TANTO LABORAL COMO PERSONAL**, el 57.14% menciona que **SI TIENE RELACIÓN** directa, así como lo menciona Domingo.B, 2014 indicando que la imagen corporal en muchas ocasiones es mejor valorada que un buen currículo y considerada sinónimo de éxito ; mientras que el 42.85% manifiesta que **NO TIENEN RELACIÓN**.

**P11.** Las participante manifestaron que al percibir su **APARIENCIA FRENTE AL ESPEJO**, experimentan **SENTIMIENTOS Y PERCEPCIÓN POSITIVAS** con el 57.14%, indicando que la mayoría cuenta con herramientas de afrontamiento adecuadas frente a su imagen, el 21.42% manifiesta **SENTIMIENTOS Y PERCEPCIÓN NEGATIVA** conjuntamente con un 21.42% que experimenta **SENTIMIENTOS AMBIVALENTES** en relación a su apariencia física; indicador de factores como insatisfacción, emociones negativas, inseguridad, incomodidad y baja autoestima como factor de riesgo hacia la propia imagen corporal.

**P12.** En cuanto a la **ACEPTACIÓN SOCIAL Y FÍSICA (FAMILIAR, SOCIAL Y PARES)**, el **35.61%** mencionó haberse sentido **VALORIZACIÓN** en relación a su imagen corporal, mientras que el 64.28% ha experimentado **DESVALORIZACIÓN O RECHAZO** por parte de alguna familiar, ex pareja, pares, etc... como menciona Kilbourne,2010 la sociedad exige desde una corta edad estos días que tienen que ser imposiblemente bellas, sexis y extremadamente delgadas, llevando a las mujeres experimentar conflictos al atravesar su adolescencia pegándose contra una pared y gran parte de esta pared es este terrible énfasis en la perfección física que exige la sociedad para encajar.

**P13.** En función de la **EXPERIENCIA INTROSPECTIVA** que pudieron vivenciar las participantes mientras contestaban las diferentes interrogantes de la entrevista, se pudo concluir que el 71.42% afirmaron una **EXPERIENCIA POSITIVA** lo cual indicó una

aceptación, pensamiento crítico, tranquilidad y apertura para exteriorizar sus emociones, pensamientos y sentimientos frente a su imagen corporal; por otro lado el 14.28% que marcó una EXPERIENCIA NEGATIVA Y AMBIVALENTE con el mismo porcentaje, indicaron haber experimentado emociones y sentimientos negativos, inseguridad , ansiedad y preocupación por sentirse expuestas en relación a su imagen corporal.

CUADRO CUANTITATIVO:	
P4: ¿SE SIENTE CÓMODO CON SU IMAGEN CORPORAL ? ¿SI ? ¿NO?	
SI	86%
NO	14%
P5: ¿CREÉ UD. QUE LAS PERSONAS BELLAS TIENEN MAYOR FACILIDAD PARA ESTABLECER RELACIONES? ¿SI? ¿NO?	
SI	50%
NO	50%
P6: ¿CREÉ UD. QUE EL RESPETO Y ADMIRACIÓN ES MÁS FACIL DE ESTABLECER PARA UNA PERSONA BELLA ? ¿SI? ¿NO?	
SI	7%
NO	93%
P7: ¿CREÉ UD. QUE MIENTRAS MÁS SE AMOLDA AL IDEAL DE BELLEZA, TENDRÁ MÁS ACEPTACIÓN Y ÉXITO PROFESIONAL? ¿SI? ¿NO?	
SI	29%
NO	71%
P8: ¿CUANDO PIENSA EN SU FIGURA Y CUERPO, SIENDE QUE ENCAJA DENTRO DEL IDEAL DE BELLEZA CONTEMPORÁNEO? ¿SI? ¿NO?	
SI	50%
NO	50%

- **5.2. ANÁLISIS CUANTITATIVO (PREGUNTAS No. 4,5,6,7,8)**

**P4.** EL 86% de la participantes afirmaron **SENTIRSE CÓMODAS CON SU IMAGEN CORPORAL**, indicador de que existe mayor aceptación de su **INSATISFACCIÓN CORPORAL**, generando la hipótesis de que la mayoría de las participantes cuentan con recursos y herramientas personales adecuadas; sin minimizar el 14% que manifestó **SENTIRSE INCÓMODAS CON SU IMAGEN CORPORAL**, porcentaje que amerita un mayor seguimiento psicológico.

**P5.** El 50% indicaron que **NO CREEN QUE LAS PERSONAS BELLAS TIENEN MAYOR FACILIDAD PARA ESTABLECER RELACIONES**, el otro 50% indica que **SI CREEN QUE TENGA RELACIÓN**; pudiendo concluir que la muestra tiene puntos de vista divididos afirmando una vez más, que el ideal de belleza si influye en el desarrollo interpersonal.

**P6.** En cuanto al **RESPECTO Y ADMIRACION PARA UNA PERSONA BELLA**, el 7% indicó que **SI TIENE RELACIÓN DIRECTA**, mientras que el 93% restante **NO CONSIDERA COMO UN FACTOR DETERMINANTE**; implicando que la mayoría de la participantes no se fija en la apariencia física del otro para generar respeto ni admiración ya que son valores básicos inculcados en el hogar.

**P7.** Tomando en cuenta que un 71% de la muestra considera que **NO ES DETERMINANTE QUE MIENTRAS MÁS SE AMOLDA UNA PERSONA AL IDEAL DE BELLEZA TENGA MAYOR LA ACEPTACIÓN Y ÉXITO PROFESIONAL**, ya que el éxito profesional está más ligado al desarrollo cognitivo destacando las distintas aptitudes, actitudes y habilidades de afrontamiento profesional y personal; aunque el 29% **SI CONSIDERA COMO UN FACTOR DETERMINANTE**, porcentaje que sería importante psicoeducar en relación a la tolerancia y respeto de las habilidades, apariencia física y capacidades intelectuales con la que cuentan las personas.

**P8.** En función de conocer el pensamiento de las participantes sobre si **SU FIGURA Y CUERPO ENCAJAN DENTRO DEL IDEAL DE BELLEZA**, supieron manifestar opiniones divididas respondiendo **SI 50%** y **NO EL OTRO 50%** ; dando a entender que para la mitad de la muestra el ideal de belleza si es una noción socialmente construida en cuanto al atractivo físico como uno de los factores más importantes de una persona especialmente en la población femenina; mientras, la otra mitad destaca que el ideal de belleza hace referencia a la belleza real y única de cada individuo ya que recordemos que alcanzar la belleza ideal es irreal.

Finalmente, se puede afirmar que los resultados obtenidos en este estudio indican que probablemente las condiciones del entorno donde las participantes desarrollaron sus diferentes etapas y experiencias evolutivas sobre la construcción de su propia imagen corporal frente al ideal de belleza, tiene como impacto referencial los modelos establecidos por la cultura, medios de comunicación, creencias familiares, sociedad, entre otros; adoptando conductas y estilos de vida similares a los aprendidos en sus primeras etapas del desarrollo desde la infancia, adolescencia y adultez que podrían desencadenar preocupación por su imagen y peso corporal, generando a su vez ciertas conductas desadaptativas, compensatorias que afectan la salud mental y física de las mujeres con el único afán de alcanzar este ideal inalcanzable e irreal.

### 5.3. CONCLUSIONES

En función de la hipótesis y objetivo planteado en el presente estudio, conocer cuál es el *impacto del ideal de belleza sobre la imagen corporal* en una muestra de 14 mujeres ecuatorianas, se pudo concluir que:

Tras el análisis e interpretación de los resultados obtenidos y respetando los parámetros de atribución descritos en el cuestionario BSQ-34, se desarrollaron varias conclusiones, en primer lugar se encuentra al 64.28% = a 9 de las participantes de entre (30 - 56 años), siendo el puntaje con mayor predominancia al **no presentar Insatisfacción Corporal significativa** del cuestionario general BSQ-34; a pesar de ello existe un porcentaje que despierta alerta en las participantes las cuales manifestaron que un 28.57% = a 4 de las participantes de entre (22 - 28 años) presenta **moderada Insatisfacción** y un 7.14% = a 1 Participante de 25 años, manifiesta **extrema Insatisfacción Corporal** (recomendando la intervención de especialistas de la salud mental para prevenir posibles trastornos alimentarios); categorías que generalmente implican malestar, inseguridad, ansiedad, incomodidad, para las participantes, impidiendo el desarrollo normal de sus actividades diarias, orillando en la mayoría de casos a adoptar actitudes de subestimación, conductas desadaptativas, compensatorias, evitativas, dietas excesivas, ejercicio intenso, inducir al vómito, purgas (características principales de los TCA).

Relato P12: *“Hacia dietas súper restrictivas en alimentos 0 carbohidratos, para estar lo mas flaca posible...hace un año hice otra dieta para aumentar mi masa muscular en donde pesaba y controlaba todo lo que iba a ingerir para estar de cierta forma con el ideal de belleza contemporáneo, lo abandoné hace 6 meses ya que estaba afectando mi salud...”*.

Por otra parte, dentro de los resultados de la subdivisión del cuestionario BSQ-34 “Factor 1 y Factor 2” (Insatisfacción Corporal y Preocupación por el Peso), se manifestó que un 78.57% = 11P **No presenta Insatisfacción Corporal**, mientras que un 21.42% = 3P manifiesta **Moderada Insatisfacción** indicador que emerge una preocupación sobre este porcentaje ya que podría implicar una pobre percepción, rechazo, emociones negativas y manejo inadecuado de las herramientas personales de afrontamiento social. Dentro del **Factor 2**, se concluyó que un 42.85% = 6P **No presenta preocupación por el peso**, aceptando su figura de manera adecuada sin que exista ningún factor significativo de riesgo, mientras que un 35.71% = 5P presentan **Moderada Preocupación por el Peso** y un 21.44% = 3P presentan **Extrema Preocupación por el Peso**; por lo tanto un 57.15% de la muestra podría eventualmente desarrollar patologías relacionadas a los diferentes factores que componen la imagen corporal.

Sin embargo, se puede destacar que existe una alta relación directa entre la insatisfacción corporal y preocupación por el peso frente al ideal de belleza contemporáneo, la cual podría eventualmente modificar las conductas, pensamientos y criterios en búsqueda de poder encajar en una sociedad idealmente bella para cumplir con las expectativas impuestas por la sociedad, como por ejemplo recurrir a modificaciones corporales (dieta y ejercicio), intervenciones quirúrgicas (estéticas).

Se puede concluir además, que las mujeres de mayor edad entre 30 a 56 años presentan mayor aceptación de su insatisfacción corporal, ya que todas las participantes muestran un grado mínimo de insatisfacción corporal (peso, figura y cuerpo), cuyo “malestar” representaría no saber manejar adecuadamente la insatisfacción.

Es importante destacar que dentro de esta muestra se ha podido notar que existen dos ideas diferentes de lo que es su propia belleza de lo que representa el ideal de belleza social. Belleza ligada al estado físico, donde la salud es integral dando a entender que las tendencias actuales van hacia un cuerpo y mente saludables.

En cuanto al ideal de belleza actual, las participantes supieron definirla como: “Un cuerpo joven , tonificado y delgado”; sin dejar de lado que siempre ha existido y existirá un ideal de belleza que varía según la idiosincrasia de la sociedad en la que nos desarrollamos.

Finalmente, es importante recordar que las conclusiones y datos expuestos son significativos a una muestra reducida , cuyas interpretaciones han sido netamente desarrolladas por la autora de la investigación, donde no se puede generalizar ni afirmar como verdad absoluta; pero sí con el afán de generar consciencia sobre las emociones, preocupaciones, pensamientos automáticos y sentimientos que cada una de las participantes al igual muchas de las mujeres en general pueden atravesar a diario en relaciona a su imagen corporal, pudiendo de esta manera acompañar en este recorrido introspectivo en búsqueda de aceptarse física y personalmente aprendiendo a convivir con todas aquellas imperfecciones que nos hacen ser humanos, ya que, hacia allá va la salud mental.

#### **5.4. RECOMENDACIONES**

- Se recomienda promover psicoterapia para todas aquellas mujeres y hombres cuya percepción corporal se encuentre en riesgo; promoviendo el cuidado físico como un factor saludable y no como exigencia social.
  - Generar charlas, talleres y capacitaciones tanto a docentes, padres de familia y personas en general sobre las posibles consecuencias negativas que generan comentarios negativos y comparativos hacia algún rasgo físico o intelectual a cualquier edad; respetar la diferencia, aceptarse a uno mismo, fomentando el respeto hacia la personas y cuerpo que este habita, tolerancia y autoestima.
  - Se recomienda hacer un seguimiento de caso por caso, con intervenciones oportunas y preventivas.
  - Para futuras investigaciones se recomienda estudiar al género masculino y femenino, centrar la muestra a un cierto rango de edad, ampliar la muestra.
  - Se recomienda que la información sea utilizada únicamente con fines académicos.
- **¿Cómo mejorar mi imagen corporal?**
    - En primer lugar es importante tener consciencia de que NO podemos cambiar nuestro cuerpo, pero sí la percepción que tengamos frente a él.
    - Es importante prestar atención a los sentimientos y palabras que generamos al referirnos a nuestro propio cuerpo.

- Buscar e identificar una red de apoyo funcional y de confianza, sea este un psicólogo, familia, amigos, cuyo objetivo sea a manera de catarsis exteriorizar los sentimientos que tenemos hacia nuestro cuerpo y ayudarnos a sentirnos mejor.
- En los casos donde la percepción sobre imagen corporal esté asociada a una insatisfacción profunda es recomendable realizar terapia con un profesional de la salud mental (Autoestima, 2013).
- **¡Recomendaciones para tener una imagen corporal positiva!**
  - Ama y respeta tu cuerpo tal cual es, no lo rechaces ni te refieras a él con términos hirientes.
  - Acepta y valora tu cuerpo, ya que es el único espacio donde habitarás hasta el día de tu muerte.
  - Reconoce en tí, atributos, cualidades y características tanto internas como externas; no dudes en ordenar cada uno de tus pensamientos con la ayuda de un lápiz y un papel.
  - Rodéate de personas que te respeten y te hagan sentir cómoda.
  - Respeta tu cuerpo y tratalo con amabilidad. ¡No lo maltrates! (Autoestima, 2013).



## CAPÍTULO VI. ANEXOS

### 6.1 Anexo 1

#### Instrumento de medición:

##### 6.1.1 Entrevista semi estructurada ideal de belleza (mixta).

#### CUESTIONARIO SEMI ESTRUCTURADO MIXTO

#### IDEAL DE BELLEZA

Universidad Internacional SEK Ecuador

Iniciales del nombre:

Fecha:

Edad:

Estado civil:

Género: Hombre – Mujer – LGBTIQ

1. Describa su cuerpo y su belleza
  2. ¿Ha iniciado o realizado algún tipo de dieta u operación estética para alcanzar algún ideal de belleza o figura pública de referencia? Especifique.
  3. ¿Cómo se siente con su cuerpo y figura al comparar con el ideal de belleza contemporáneo?
  4. ¿Se siente cómodo con su imagen corporal? SI\_\_// NO \_\_
  5. ¿Cree Ud. que las personas bellas tienen mayor facilidad para establecer relaciones? SI \_\_// NO \_\_
  6. ¿Cree Ud. que el respeto y admiración es más fácil de establecer para una persona bella? SI\_\_// NO \_\_
  7. ¿Cree Ud. Que mientras más una persona se amolde al ideal de belleza, tendrá más aceptación y éxito profesional? SI \_\_// NO \_\_\_\_
  8. ¿Cuándo piensa en su figura y cuerpo, siente que encaja dentro del ideal de belleza contemporáneo? SI\_\_// NO \_\_
  9. ¿Qué es para Ud. el ideal de belleza?
  10. ¿En su opinión cuál es la relación entre la apariencia física y el éxito tanto laboral como personal?
  11. ¿Cuándo se mira en el espejo, qué es lo primero que siente respecto a su cuerpo e imagen?
  12. ¿Ha sentido desvalorización o rechazo de alguna persona por como Ud. Luce?
  13. ¿Cómo le hizo sentir la entrevista? Especifique
-

## **6.2 Anexo 2**

### **6.2.1 CUESTIONARIO BSQ-34**

El presente cuestionario evalúa la presencia de preocupación e insatisfacción con la imagen corporal y preocupación por el peso. Fue creado y validado en población inglesa con trastorno del comportamiento alimentario y estudiantes por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn en 1987.

Se realizó la estandarización, validación y adaptación de la prueba Body Shape Questionnaire en población normal colombiana, al elegir un grupo de 1939 niñas, preadolescentes y adolescentes escolarizadas en el año 2007 (MORENO, 2007).

#### **Factores de medición:**

- F1. Insatisfacción Corporal
- F2. Preocupación por el Peso

## INSATISFACCION DE IMAGEN CORPORAL

### Cuestionario de la Forma Corporal (BSQ)

Nos gustaría saber tu opinión respecto a tu cuerpo. Lee cada pregunta y señala con una X el número que consideres que corresponde a la respuesta más adecuada.

		Nunca	Es Raro	A Veces	A Menudo	Muy a Menudo	Siempre
IC1	Cuando te aburres, ¿te preocupas por tu figura?						
IC2	Has estado preocupada/o por tu figura que has pensado que debías ponerte a dieta?						
IC3	Has pensado que tus muslos, caderas o nalgas son demasiado grandes en proporción con el resto de tu cuerpo?						
IC4	Has tenido miedo a convertirte en gordo/a (o más gordo/a)?						
IC5	Te ha preocupado el que tu piel no sea suficientemente firme?						
IC6	Sentirte lleno (después de la comida) te ha hecho sentir gordo/a?						
IC7	Te has sentido tan mal con tu figura que has llorado por ello?						
IC8	Has evitado correr para que tu piel no saltara?						
IC9	Estar con gente delgada te ha hecho reflexionar sobre tu figura?						
IC10	Te has preocupado por el hecho de que tus muslos se ensanchen cuando te sientas?						
IC11	El solo hecho de comer una pequeña cantidad de alimento te ha hecho sentir gordo/a?						
IC12	Te has fijado en la figura de otros jóvenes y has comparado la tuya con la de ellos desfavorablemente?						
IC13	Pensar en tu figura ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando ves televisión, leyendo o conversando)						
IC14	Estar desnudo/a cuando te bañas ¿te ha hecho sentir gordo/a?						
IC15	Has evitado llevar ropa que marcase tu figura?						
IC16	Te has imaginado cortando partes grasas de tu cuerpo?						
IC17	Comer dulces, pasteles u otros alimentos altos en calorías, ¿te han hecho sentir gordo/a?						
IC18	Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo a una fiesta) porque te has sentido mal respecto a tu figura?						
IC19	Te has sentido excesivamente gordo/a y lleno/a?						
IC20	Te has sentido acomplejado/a por tu cuerpo?						
IC21	La preocupación por tu figura, ¿te ha inducido a ponerte a dieta?						
IC22	Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estomago estaba vacío (por ejemplo por la mañana)?						
IC23	Has pensado que tienes la figura que tienes a causa de tu falta de autocontrol? (que no puedes controlar el comer menos)						
IC24	Te ha preocupado que la gente vea "llantitas" en tu cintura?						
IC25	Has pensado que no es justo que otras chicas/os sean más delgadas/os que tu?						
IC26	Has vomitado para sentirte más delgado/a?						
IC27	Estando en compañía de otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (Ej. En un autobús)?						
IC28	Te ha preocupado que tu piel tenga celulitis?						
IC29	Verte reflejada en un espejo ¿te hace sentir mal respecto a tu figura?						
IC30	Has pellizcado zonas de tu cuerpo para ver cuanta grasa hay?						
IC31	Has evitado situaciones en las cuales la gente pudiera ver tu cuerpo (albercas, baños, vestidores)?						
IC32	Has tomado laxantes para sentirte más delgado/a?						
IC33	Te has fijado más en tu figura cuando estas en compañía de otra gente						
IC34	La preocupación por tu figura te hace pensar que deberías hacer ejercicio?						

- **Responsabilidades éticas**

**Protección de personas y animales.** La autora declara que para esta investigación no se han realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

**Confidencialidad de los datos.** La autora declara que ha seguido los protocolos de confidencialidad en relación a la publicación de datos de la muestra participante.

**Derecho a la privacidad y consentimiento informado.** La autora ha obtenido el consentimiento informado de los participantes referidos en la investigación. La responsabilidad y poder de la investigación recae en la autora del mismo.

**Financiamiento.**

Ninguno.

**Conflicto de intereses**

La autora declara no tener ningún conflicto de interés.

# Bibliografía

- Arteaga. (27 de 04 de 2020). *Definición de belleza ideal*. Obtenido de [https://www.definiciones-de.com/Definicion/de/belleza\\_ideal.php](https://www.definiciones-de.com/Definicion/de/belleza_ideal.php)
- Carín. (2020). Obtenido de CÓMO CAMBIÓ EL IDEAL DE BELLEZA A LO LARGO DEL TIEMPO: <https://www.ciaindumentaria.com.ar/plataforma/como-cambio-el-ideal-de-belleza-a-lo-largo-del-tiempo/>
- gCastejón, Ángeles, and Soledad Torregrosa. “Insatisfacción corporal, conductas de riesgo para trastornos de la conducta alimentaria en universitarios.” *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, vol. 7, no. 1, 2016, pp. 1-5, [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-15232016000100001](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232016000100001).
- Cooper, T. C. (1996). *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*. Obtenido de [https://www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-49.pdf](https://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-49.pdf)
- Cruz, M. y. (Enero de 2000). *Research Gate*. Obtenido de LA IMAGEN CORPORAL Y LOS TRASTORNOS ALIMENTICIOS: UNA CUESTIÓN DE GÉNERO: [https://www.researchgate.net/publication/242697817\\_LA\\_IMAGEN\\_CORPORAL\\_Y\\_LOS\\_TRASTORNOS\\_ALIMENTICIOS\\_UNA\\_CUESTION\\_DE\\_GENERO](https://www.researchgate.net/publication/242697817_LA_IMAGEN_CORPORAL_Y_LOS_TRASTORNOS_ALIMENTICIOS_UNA_CUESTION_DE_GENERO)
- Daniela Gómez-Pérez. (2017). Estigma de obesidad, su impacto en las víctimas y en los Equipos de Salud: una revisión de la literatura. *Estigma de obesidad, su impacto en las víctimas y en los Equipos de Salud: una revisión de la literatura*, 145(09), 44-48. Obtenido de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872017000901160](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872017000901160)
- Daniela Gómez-Pérez. (2017). Estigma de obesidad, su impacto en las víctimas y en los Equipos de Salud: una revisión de la literatura. *Revista médica de Chile*, 145(09), 6-8. Obtenido de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872017000901160#:~:text=El%20estigma%20de%20obesidad%20consiste,observa%20en%20una%20persona1](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872017000901160#:~:text=El%20estigma%20de%20obesidad%20consiste,observa%20en%20una%20persona1).
- De Domingo Bartolomé, M. (02 de mayo de 2014). *Asociación Española de Bioética y Ética*. Obtenido de LA ESTIGMATIZACIÓN SOCIAL DE LA OBESIDAD : <https://www.redalyc.org/pdf/875/87532349006.pdf>
- Dove. (2014). La preocupación por la belleza aumenta entre las mujeres más jóvenes. *La Vanguardia*.
- García-Ochoa, Y. C. (2010). EL CUERPO FEMENINO EN LA PUBLICIDAD Modelos publicitarios: entre la belleza real, la esbeltez o la anorexia . *REVISTA DE COMUNICACIÓN Y NUEVAS TECNOLOGÍAS*, 239.
- J.K., J. (2016). ¿Por qué las mujeres japonesas quieren parecer occidentales? *La Vanguardia*, <https://www.lavanguardia.com/cribeo/cultura/20160828/47408153468/por-que-las-mujeres-japonesas-quieren-parecer-occidentales.html>.
- Kilbourne, J. (2010). *Killing Us Softly 3: Advertising's Image of Women*. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/50232646\\_Killing\\_Us\\_Softly\\_3\\_Advertising's\\_Image\\_of\\_Women](https://www.researchgate.net/publication/50232646_Killing_Us_Softly_3_Advertising's_Image_of_Women)
- López, G. U. (13 de Diciembre de 2018). *Qué pensamos sobre la “belleza” en la sociedad actual*. Obtenido de <https://medium.com/@gemmaubago>

- Parejo, R. P. (2010). *El canon de belleza a través de la historia: Un método de descripción de personas para alumnos*. Obtenido de Biblioteca virtual universal:  
<https://biblioteca.org.ar/libros/150934.pdf>
- Raich, A. M. (2004). *Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal*. Obtenido de file:///D:/Downloads/Dialnet-UnaPerspectivaDesdeLaPsicologiaDeLaSaludDeLaImagen-2741880.pdf