

**Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, León Facultad de Ciencias
Médicas Carrera de Psicología**



Tesis para optar al título de Licenciatura en Psicología

**Percepción de la imagen corporal y niveles de autoestima en estudiantes mujeres
de la carrera de Psicología. Período Marzo - Octubre 2015**

Autoras:

María Gabriela Narváez Montes.

Marisela del Carmen Talavera Mayorga.

Tutora: Lic. María Estela Hernández Paredes. M.Sc.

Profesora titular de la Facultad de Ciencias Médicas

Fecha: 01 de junio de 2016

“A la libertad por la Universidad”

ÍNDICE DE CONTENIDO

I.	Introducción.....	1
II.	II. Antecedentes.....	3
III.	Planteamiento del problema.....	6
IV.	Justificación.....	7
V.	Objetivos.....	8
VI.	Marco teórico.....	9
	Capítulo I: Percepción.....	10
	1.1. Definición de Percepción	
	1.2. Tipos de Percepción	
	1.3. Características de la percepción	
	1.4. Componentes de la percepción	
	1.5. Proceso de percepción	
	Capítulo II. Imagen Corporal.....	16
	2.1 Definición	
	2.2 Tipos de Imagen Corporal	
	2.3 Factores que influyen en la formación de la imagen corporal	
	Capítulo III: Autoestima.....	20
	3.1 Definición de autoestima	
	3.2 Componentes de la Autoestima	
	3.3 Niveles de Autoestima	
	Capítulo IV. Percepción de la Imagen Corporal y Niveles de Autoestima.....	28
VII.	Diseño Metodológico.....	31

VIII.	Análisis de Resultados.....	39
IX.	Discusión.....	43
X.	Conclusiones.....	46
XI.	Recomendaciones.....	47
XII.	Referencias Bibliográficas.....	48

Anexos

ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

Gráfico 1: Caracterización sociodemográfica de la población en estudio.....**39**

Gráfico 2: Percepción que tiene la mujer en cuanto a su imagen corporal.....**40**

Gráfico 3: Niveles de autoestima en la población de estudio.....**41**

Tabla 1: Relación entre la percepción de imagen corporal y niveles de autoestima.**42**

I. INTRODUCCIÓN

Autoestima, es el concepto que tenemos de nuestra valía y se va formando en función de todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos vamos incorporando a lo largo de nuestra vida (Bastida Ana, s.f); siendo los padres los principales formadores de estas impresiones, evaluaciones y vivencias que se experimentan, constituyendo un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, un incómodo sentimiento negativo por no ser lo que nos gustaría ser. La valoración de sí mismo, se considera una fuente principal de salud mental, aspecto muy importante de nuestra personalidad, e identidad como ser humano, imprescindible para una buena adaptación social.

Uno de los componentes de la autoestima es la imagen corporal, la representación mental de nuestro cuerpo, la forma en que nos vemos o pensamos sobre nuestro cuerpo, la forma en que creemos que los demás nos ven. Actualmente, la autoestima y percepción de imagen corporal es una problemática muy frecuente en la sociedad, no obstante a pesar de ser un tema o en este caso un problema común y controversial, pasa desapercibido y por ende, calificado con poca relevancia social; afectando principalmente la salud mental de las mujeres, lo que desencadena insatisfacción, inseguridad, complejos e inhibición en el desarrollo tanto personal como social de las mismas, en los diferentes contextos en los que se desenvuelve.

Cada vez se acentúa más la preocupación de las mujeres en cuanto a la necesidad de perfección de su aspecto físico, como consecuencia de la presión social

que se ejerce desde todos los ámbitos relacionados con el individuo, e introduciendo un mensaje de cómo debe ser el cuerpo ideal, mediante estereotipos impuestos por la sociedad; formando en éstas la percepción que con un cuerpo perfecto conseguirá alcanzar el éxito tanto personal como profesional en la vida. (López B, Dóriga A, 2012). Esto puede conllevar a poner en riesgo su salud física y psíquica con el ayuno, dietas extremas, ejercicio excesivo, afectando su estado de ánimo, irritabilidad, incluso su funcionamiento social y académico.

En este sentido el estudio pretende determinar la influencia que existe acerca de la percepción de la imagen corporal y cómo ésta afecta el nivel de autoestima de las estudiantes mujeres de la carrera de Psicología.

II. ANTECEDENTES

A lo largo del tiempo cada cultura ha desarrollado diferentes conceptos sobre la propia imagen, forma y decoración del cuerpo (Rodin, 1993). Como consecuencia de esta presión social ha surgido una preocupación extrema por todo lo relativo al peso corporal. Es por esto que es de gran importancia tener en cuenta las investigaciones o estudios que se han llevado a cabo respecto a esto, ya que a partir de la visión de estos estudios es posible llegar a conclusiones y conocimientos relevantes acerca del tema, además poner en evidencia como en el contexto actual se manifiestan esta problemática para realizar un estudio con herramientas basadas en la experiencia de los jóvenes. A continuación, se muestran algunos estudios en base al tema planteado:

En España (2004) Montero, P; realizó un estudio titulado: “*Valoración de la percepción de la imagen corporal mediante modelos anatómicos*”, donde el objetivo principal en este estudio era valorar la percepción de la imagen corporal de un grupo de adultos jóvenes y comparar dicha percepción con los valores reales del índice de masa corporal (IMC) con objeto de detectar posibles alteraciones en la autopercepción de la imagen corporal; donde se obtuvieron como resultados que el 52,3% de los hombres y el 38,7% de las mujeres eligen modelos que corresponden a sus IMC reales, es decir, los hombres se auto perciben correctamente que las mujeres. El 29,2% de los hombres se ven más delgados de lo que son y el 18,5% más gordos.

Otro estudio realizado en España por Raich, R (2004); describe algunas definiciones y el concepto de imagen corporal y las preocupaciones exageradas acerca de sí mismo que pueden llegar a constituir el trastorno dismórfico. Se analizan las características clínicas de este trastorno, así como las quejas que sobre la apariencia son más frecuentes. Se estudia la relación de este trastorno con los niveles de autoestima, identidad de género, ansiedad interpersonal y depresión. Tras analizar los resultados observados en diferentes estudios se llega a la conclusión de que la presión por la estética es muy superior en las mujeres que en los hombres y que presentan mayor satisfacción al valorar su apariencia en todas las áreas.

Posteriormente también en España Izaga Arroyo y colaboradores publican un estudio en 2005 que lleva por nombre; *“Percepción de la imagen corporal en estudiantes de la Universidad del País Vasco”* en el cual señalan que la imagen corporal se define como el modo en el que uno percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo.; los resultados que se obtuvieron de esta investigación con respecto a la muestra indican un deseo por estar más delgado, que es significativamente mayor entre mujeres que entre hombres. Estos datos, además reflejan un menor descontento con la imagen corporal actual en los varones que en las mujeres.

Hernández, M; y colaboradores (2006) en el estudio titulado: Niveles de autoestima en grupo de estudiantes de Psicología, del Instituto de estudios Superiores del Golfo de México, en Oaxaca discuten la importancia de la autoestima en los miembros de la sociedad y la definición de este concepto. Se revisan los orígenes de

esta concepción a la luz de las corrientes psicoterapéuticas y se reportan datos de los niveles de autoestima de un grupo de estudiantes de psicología obtenidos mediante un dibujo proyectivo y la aplicación de un cuestionario. Los datos de ambos instrumentos no correlacionaron. El cuestionario proporcionó un 93% de sujetos con autoestima baja.

En Chile (2011) se publicó un artículo para evaluar la autoestima a través de un instrumento; la escala de autoestima de Rosenberg: "*Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores*"; donde Rosenberg refiere la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características; mediante el análisis de los resultados del estudio se mostró por sexo un rango de respuesta menor en hombres y una desviación estándar significativamente mayor en mujeres.

Montes, Iris (2012) publicó el estudio: "*Nivel de autoestima de adolescentes escolarizados en zona rural de Pereira, Colombia*" el cual consistía en evaluar el nivel de autoestima de adolescentes escolarizados en un colegio rural de un corregimiento de Pereira. La muestra fue de 292 estudiantes hombres y mujeres en dónde se encontró que el 47,9% de los estudiantes presentaron una muy baja autoestima.

III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La autoestima es parte de la identidad personal y está profundamente marcada por la condición de género que determina en gran medida la vida individual y colectiva de las mujeres, tanto de manera positiva como de forma nociva; teniendo una estrecha relación con lo que se denomina imagen corporal entendiéndose ésta como la representación mental amplia de la figura, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo.

Se resalta la frecuencia de un alto nivel de autoestima baja en grupos de estudiantes de psicología, siendo representativa la magnitud de la problemática, con un 93%; este es un aspecto que podría indicar la necesidad de acciones extracurriculares con objeto de incrementar tales niveles. La baja autoestima puede identificarse como el “complejo de inferioridad” que limitaría el desarrollo de algún área de desempeño personal. (Hernández, M; De León, E; Vargas, J. 2006).

En la actualidad ha surgido diversidad de factores que distorsionan de manera negativa la autopercepción de la mujer, siendo uno de éstos la globalización; ya que ha impuesto ciertos estereotipos que generan la inconformidad de la mujer en cuanto a su imagen corporal, influyendo significativamente en su nivel de autoestima; no obstante, la autoestima suele mantenerse a un nivel promedio que refleja nuestra autopercepción global, es decir, la opinión general que tenemos acerca de nuestra persona, independientemente de las situaciones que vivimos.

En este sentido nos hemos planteado la siguiente interrogante:

¿De qué manera influye la percepción de la imagen corporal en los niveles de autoestima de las estudiantes mujeres de la carrera de psicología de 18-23 años de edad?

IV. JUSTIFICACIÓN

Las mujeres, experimentan diversidad de cambios. A medida que varía su cuerpo, también lo hace su autoimagen, es decir, la imagen que se tiene de uno mismo, así como la imagen idealizada, que viene inoculada o impuesta por modas sociales. En la mayoría de los casos resulta difícil habituarse a tales cambios, y mantenerse firmes sobre las influencias externas incidiendo en gran medida en la autoestima de la misma.

Mediante la realización de este estudio esperamos determinar la manera de cómo influye la percepción de la imagen corporal de las estudiantes mujeres de la carrera de Psicología; permitiéndoles una revisión de su estima y autoimagen, como parte de su cuidado personal y como futuras profesionales de la salud mental.

Al identificar niveles inadecuados (bajos) de autoestima, se les brindó posibles alternativas que sean de utilidad para mejorar su autoestima, fortalecer su salud mental y mejorar su calidad de vida.

Por esta razón nace en nosotras la necesidad de abordar esta problemática, ya que representa un elemento fundamental en el rol que debemos cumplir como futuros profesionales de la salud mental.

Es preciso destacar que esta investigación contiene información científica, clara y actualizada, la cual servirá como motivación para la realización de futuras investigaciones relacionadas con la problemática.

V. OBJETIVOS

Objetivo General:

- ψ Determinar la relación entre percepción de imagen corporal y niveles de autoestima de estudiantes mujeres de la carrera de Psicología, Período Marzo-Octubre 2015.

Objetivo Específicos:

- ψ Caracterizar socio-demográficamente la población de estudio.
- ψ Explorar la percepción que tiene la mujer en cuanto a su imagen corporal.
- ψ Identificar niveles de autoestima en la población de estudio.
- ψ Describir la relación existente entre percepción de imagen corporal y niveles de autoestima.

VI. MARCO TEÓRICO

En la actualidad existen estándares de belleza basados en modelos que promueven la delgadez, por lo tanto; son interiorizados por adolescentes y jóvenes, presentándose éste principalmente en las mujeres, lo que supone un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones de la imagen corporal y su percepción.

La valoración a la apariencia y la figura ha existido siempre, en los últimos tiempos ha logrado mayores proporciones. Actualmente la preocupación por el cuerpo, por el aspecto exterior o por alcanzar los estándares de belleza, genera enormes cantidades de dinero, atrae la atención del público y ocasiona severas repercusiones sobre la salud.

La presión que ejerce la sociedad, sobre todo la familia, para alcanzar “la belleza corporal” es particularmente fuerte, en las que ha aumentado el valor de la extrema delgadez y hay una obsesión colectiva por la imagen corporal, lo que ha llevado a que haya una preocupación excesiva. (Vaquero, R; Alacid, F; Muyor, J y López, P; (2013)

Capítulo I. Percepción 1.1 Definición de Percepción:

Vaquero, R; et, al (2013) define la percepción como el proceso cognoscitivo que permite interpretar y comprender el entorno. Es la manera de seleccionar y organizar los estímulos del ambiente para proporcionar experiencias significativas a quien los experimenta. La percepción incluye la búsqueda de la obtención y el procesamiento de información; dado que el proceso de selección de una persona comprende tanto factores internos como externos, filtrando las percepciones sensoriales y determinando cuál recibirá la mayor atención. Después, la persona organiza los estímulos seleccionados en patrones significativos.

Oviedo, G (2004) publicó un estudio donde sostiene que: La Gestalt realizó una revolución copernicana en psicología al plantear la percepción como el proceso inicial de la actividad mental y no un derivado cerebral de estados sensoriales. Su teoría, arraigada en la tradición filosófica de Kant (Wertheimer en Carterette y Friedman, 1982), consideró la percepción como un estado subjetivo, a través del cual se realiza una abstracción del mundo externo o de hechos relevantes.

La teoría ecológica de la percepción sostiene que ésta es dinámica, pues cambia a medida que el observador se mueve con respecto a la escena total. Así también afirma que la percepción no se encuentra en alguna estructura del organismo, sino en el estudio del medio ambiente en el que el organismo está inmerso. (Cáceres, A, 2013 cita a Gibson, 1979).

Cáceres, A (2013) cita a Gibson (1979) atribuye el carácter directo a la percepción; es decir, no necesitamos recurrir a recuerdos, pensamientos o a inferencias para explicar la percepción. Éste piensa que toda la información para determinar la percepción está en el medio ambiente. Afirma que la percepción es un proceso activo: es decir; que la importancia radica en la ejecución de constantes movimientos por parte del observador para cambiar el patrón estimular; así mismo expresa que toda la información está en la estimulación.

1.2 Tipos de Percepción

En el artículo publicado por Hidalgo E (s.f), señala que la percepción es un fenómeno complejo; su finalidad es la comprensión, por lo tanto “Percibir es Comprender”, es por esto que enumera dos formas de percibir:

1.2.1 Percepción sensorial:

Proporciona un abordaje completo de conocimiento humano; básicamente obedece a los estímulos cerebrales logrados a través de los cinco sentidos, vista, olfato, tacto, auditivo, gusto; los cuales dan una realidad física del ambiente. Así mismo, proveen la única realidad conocida del tacto, las suposiciones deberán estar basadas en observaciones, u otro sensor, de tal forma de llegar a conclusiones igualmente válidas, extrapolando así los alcances de la realidad sensorial. Al prestar atención se pone en estado de alerta los diferentes aparatos sensoriales, favoreciendo la captación de los estímulos pertenecientes a los mundos externos e internos y que son luego sometidos a la elaboración perceptiva

1.2.2 Percepción intrapsíquica

Es la que permite percibir las cosas abstractas. Se diferencia de la percepción sensorial porque ésta pertenece al plano físico; es decir, a la recepción de estímulos externos propiciado por el medio o entorno que rodea al individuo, percibiendo de igual manera nuestras propias transformaciones psíquicas; tal como ocurre con el manejo de las ideas y representaciones para la construcción del pensamiento, de cuya marcha tenemos perfecta conciencia; en sí, Percepción intrapsíquica no es más que la percepción que tiene o se forma el individuo en relación a sí mismo.

1.3 Características de la percepción

Según Sciffman y Kanuk (2006), refieren que dentro de las características principales de la percepción de un individuo se pueden destacar que:

1.3.1 Es subjetiva: ya que es una construcción psicológica, emocional y su manifestación fisiológica a través de la cual nos diferenciamos e identificamos a nosotros mismos de los demás y de la realidad objetiva; es a lo que se denominaría el “punto de vista personal”, es la manera particular de verse a sí mismos y al mundo que lo rodea; ya que las reacciones a un mismo estímulo varían de un individuo a otro.

1.3.2 Es Selectiva: Es un tipo de sesgo cognitivo que se da en el proceso de percepción cuando el sujeto, en función de sus expectativas, selecciona un objeto de atención y desatiende la parte restante de la información.

La función de la percepción selectiva para el propio sujeto reside en evitar un desbordamiento en el sistema cognitivo debido a la cantidad y diversidad de la información que recibe. Esto muestra que la percepción selectiva tiene una doble

utilidad, ya que filtra la información importante para el sujeto y además elimina la información excesiva e innecesaria para la persona que la recibe (William James, 1890).

1.3.3 Es temporal: ya que es un fenómeno a corto plazo. La forma en que los individuos llevan a cabo el proceso de percepción evoluciona a medida que se enriquecen las experiencias, o varían las necesidades y motivaciones de los mismos.

Por medio de la percepción temporal mejoramos la representación mental de los momentos en el tiempo y tomamos conciencia de la sucesión. Se ´ puede definir la percepción temporal, como la ordenación y organización consciente de los fenómenos en el tiempo, asociándolos a la representación mental del orden. (Caballero, L; s.f.)

1.4 Componentes de la percepción:

Los estímulos sensoriales pueden ser iguales, para todas las personas, no obstante, cada sujeto percibe cosas distintas. Este fenómeno nos lleva a concebir la percepción como resultado de dos tipos de factores:

1.4.1 Las sensaciones o el estímulo físico: Desde la Psicología, la sensación es la emoción que se registra en el estado de ánimo frente a un acontecimiento, una experiencia o una novedad o noticia significativa en el ambiente. Es la capacidad de captar las características sensibles de los objetos, (colores, las formas, etc.) de tal manera que cuando la sensación es registrada por la conciencia se transforma en percepción. (Malena, 2010).

1.4.2 Los factores internos que provienen del individuo: Son aspectos de perceptores que influyen sobre la selección de lo percibido; entre algunos de los factores más importantes se incluyen:

- ▲ **Personalidad:** Ésta influye en forma interesante sobre qué y la manera en cómo perciben los estímulos las personas. Un aspecto de la personalidad denominado dependencia/independencia del entorno, brinda conocimientos sobre la influencia de la personalidad sobre la percepción.
- ▲ **Aprendizaje:** Conduce al desarrollo de patrones de percepción. Un conjunto de percepciones es la expectativa de la percepción basada en la experiencia previa con los mismos estímulos o similares.
- ▲ **Motivación:** desempeña un papel importante en la determinación de los que percibe una persona. Las necesidades y los deseos más apremiantes de alguien pueden influir sobre la percepción en cualquier momento específico.

1.5 Proceso de percepción: El proceso de selección de una persona comprende tanto factores externos como internos, filtrando las percepciones sensoriales y determinando cuál recibirá la mayor atención; es decir, cada quien selecciona y organiza los estímulos sensoriales de manera diferente y por tanto llega a interpretaciones y respuestas diversas:

1.5.1 Selección de la percepción: La selección perceptual es el proceso mediante el cual eliminan la mayor parte de los estímulos para atender solo los más importantes. La selección perceptual depende de varios factores, algunos de ellos están en el ambiente externo, incidiendo estos en la toma de consideración o no de los estímulos; otros son internos, es decir están dentro del perceptor.

1.5.2 Organización de las percepciones: Es el proceso mediante el cual las personas agrupan estímulos ambientales en patrones reconocibles. En el proceso de percepción la selección conduce a la organización. El estímulo seleccionado para la atención aparece ahora en forma global; sin embargo, ciertos factores en la organización de la percepción como la agrupación de percepciones, resultan útiles para comprender la organización de la percepción.

1.5.3 Interpretación: La interpretación de una persona de los estímulos sensoriales que recibe conducirá a una respuesta, sea manifiesta o encubierta o ambas.

Capítulo II. Imagen corporal

2.1 Definición

Rosen (1992) señala que la imagen corporal es un concepto que se refiere a la manera en que uno percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo; es decir, la imagen corporal es la representación mental que cada individuo tiene de su propio cuerpo. Esta representación mental la hacemos en base a:

- ✚ **Las medidas** que atribuimos a nuestro cuerpo (en la sociedad occidental en las modelos se toma como referencia las medidas ideales 90 –60 –90).
- ✚ **Los pensamientos, sentimientos y valoraciones** que nos provoca nuestro cuerpo, principalmente el tamaño corporal, el peso, determinadas partes del cuerpo que nos gustan más de nosotros o menos o cualquier otro aspecto de la apariencia física.
- ✚ **Las consecuencias de lo anterior** (medidas y pensamientos, sentimientos y valoraciones), es decir debido a cómo percibo mi cuerpo y cómo me siento con el mismo; si se concibe una percepción negativa impide la extroversión de la personalidad del individuo, lo que produce inhibición en todas las áreas y contextos donde se desenvuelve.

Schilder, P (s.f) citado por González, G; (2001) amplía la perspectiva hacia una concepción del cuerpo tridimensional, desde lo que llamamos, neurológicamente como esquema corporal, y psicodinámicamente se complementa con autoestima, el

autoconcepto, y un término muy ligado con lo social que se puede llamar como ideal del Yo. Estas primeras organizaciones conceptuales llegan a buscar sus respectivos apoyos teóricos en la neurología, la teoría de la Gestalt y el psicoanálisis.

2.2 Tipos de Imagen Corporal: Pruzinsky y Cash (1990), proponen que realmente existen varias imágenes corporales interrelacionadas siendo éstas:

2.2.1 Imagen perceptual

Se refiere a los aspectos perceptivos con respecto al cuerpo, y podría parecerse al concepto de esquema corporal mental, es decir, la representación del cuerpo, la idea que tiene sobre el mismo y sus diferentes partes; lo que incluiría información sobre tamaño y forma del cuerpo y sus partes; esta se adquiere en la infancia; razón por la cual es considerada como la base para adquirir los diferentes aprendizajes, a la vez que para construir la propia personalidad y autoafirmarse a sí mismo y a los demás.

2.2.2 Imagen cognitiva

Incluye pensamientos, auto-mensajes, creencias sobre nuestro cuerpo; es decir, construcciones integradas tanto de manera personal como interpersonal, incidiendo en ésta de manera significativa las representaciones realizadas tanto a nivel social como familiar.

2.2.3 Imagen emocional:

Incluye nuestros sentimientos sobre el grado de satisfacción con nuestra figura y con las experiencias que nos proporciona nuestro cuerpo; de este tipo de imagen

corporal dependerá en gran medida el nivel de autoestima en el que se encuentre el individuo.

2.3 Factores que influyen en la formación de la imagen corporal

Según García, M; et al. (2007) La apariencia física es uno de los primeros atributos con el que las personas se describen a sí mismos y a los demás, mientras que la imagen corporal es uno de los primeros aspectos por el cual las mismas perciben una parte de su auto concepto; por consiguiente, en la formación de la imagen corporal inciden diversos factores.

Romo, A; (s.f) describe los siguientes factores:

2.3.1 Factores Históricos

Es fundamental tomar en cuenta el concepto de belleza fundamentado en la cultura en que uno se desarrolla; ya que es ésta la que nos enseña a determinar lo agradable de lo no agradable.

A lo largo de la historia esta concepción ha sido diferente, y en la actualidad las distintas sociedades que existen marcan patrones físicos, de imagen corporal y de belleza “ideales”; razón por la cual quienes poseen estas características suelen valorarse de manera más positiva, lo que les lleva a tener alta autoestima, y quienes no las poseen tienden a valorarse de manera más negativa y pueden llegar a tener baja autoestima; y en muchos de los casos inhibirse de manera personal y por ende interpersonalmente.

2.3.2 Experiencias interpersonales

Además de la estética imperante, transmitida por los medios, en la cultura en que nos desarrollamos, existen otros factores, en ocasiones mucho más eficaces, que influyen en la formación de la imagen corporal; siendo uno de estos la familia; quienes enseñan desde la infancia como debemos arreglarnos, comportarnos, qué es lo bello y qué no. Asimismo aprendemos a través del modelado. La consideración que en el seno de la familia se tiene de cada miembro influirá en el futuro de éstos. El convencimiento del propio valor puede ser un buen detonante para empezar la vida social.

Otro elemento fundamental en la formación de la imagen corporal son las amistades, quienes influyen en gran medida en la autoaceptación o no de la propia imagen corporal.

2.3.3 Factores Actuales

El estudio de la historia personal puede ser una buena manera de buscar las causas de la satisfacción o insatisfacción actual por el propio cuerpo, pero fundamental el cómo se afronta el día a día, cuál es la actitud que adopta el sujeto, y las decisiones que toma en cuanto a la situación. Ante la insatisfacción con el propio cuerpo, una revisión del pasado puede servir para sentar algunas bases, lo que no implica que se solucionará el problema, sin la participación protagónica del individuo.

Capítulo III: Autoestima

3.1 Definición de autoestima:

El término autoestima es, sin duda, uno de los más ambiguos y discutidos en el ámbito de la psicología. Autoaceptación, autoajuste, autovaloración, autoestima, autoconcepto, autoimagen; son términos que se usan indistintamente para significar el concepto, positivo o negativo, que uno tiene de sí mismo. Algunos autores consideran la autoestima como un constructo hipotético que representa el valor relativo que los individuos se atribuyen o que creen que los demás les atribuyen. (Ortega, P; et al. 2001).

Musitu y otros (1996), citado en Ortega, P; (2001) por su parte, definen la autoestima como el concepto que uno tiene de sí mismo, según unas cualidades que a sí mismos se atribuyen.

Cevallos, G (2014) publicó en su estudio: La teoría de Maslow dice que para alcanzar una autoestima debe de cumplirse con una serie de necesidades que se encuentran estructuradas en forma de una pirámide ubicando en la parte superior las necesidades de menor prioridad.

Satisfaciendo dichas necesidades el individuo estará en armonía ya que Maslow considera estas necesidades esenciales.

Estas son las necesidades que conforman la pirámide:

- Necesidades fisiológicas (comer, dormir, descansar, orinar, defecar, estar a una temperatura agradable, etc.)

- Necesidades de seguridad (orden, estabilidad y estar protegidos)
- Necesidades sociales (compañía del ser humano, manifestar y recibir afecto, pertenecer a un grupo o estar en unión con una persona)
- Necesidades de reconocimiento. (Auto valorarse, sentirse apreciado, reconocer virtudes, sobresalir dentro de un grupo social)
- Necesidades de auto-superación (trascender, superarse a sí mismo, cambiar para ser mejor, aprender cosas nuevas, realizarte, etc).

(Díaz, 2007) cita a Barba R (s.f) en la obra de Erich Fromm “El miedo a la libertad” y señala que la estructura del carácter del hombre moderno y de los problemas que observa Fromm en la interacción de los factores sociológicos y psicológicos. El pensamiento de Fromm en esta obra es principalmente que el hombre moderno, liberado de los lazos de la sociedad preindividualista, no ha podido lograr la libertad; la noción de libertad que se emplea en esta obra no es sentido positivo de “libertad para”, sino en el sentido negativo de “libertad de”, es decir libertad de la determinación instintiva para actuar todo esto en el contexto de que la existencia del hombre y la libertad son inseparables desde un principio. Y ha sido así en la realización de su ser individual.

Aun cuando la libertad le ha proporcionado independencia y racionalidad, lo ha aislado y tornado ansioso e impotente, estas nuevas características que le ha generado la libertad al hombre moderno ha permitido la aparición de algunos mecanismos de evasión que resultan de la misma inseguridad del individuo aislado: el autoritarismo, la evasión, complejos, inhibiciones y sobre todo la baja autoestima. (Díaz, 2007) Barba R (s.f).

Ochoa, M (2013) afirma en su publicación que para Rogers el ser humano nace con una tendencia realizadora que, si la infancia no la estropea, puede dar como resultado una persona plena: abierta a nuevas experiencias, reflexiva, espontánea y que valora a otros y a sí mismo. La persona inadaptada tendría rasgos opuestos: cerrada, rígida y despreciativa de sí mismo y de los demás.

Se produce una relajación de los sentimientos: de considerarlos como algo remoto se reconocen como propios y, finalmente como un flujo siempre cambiante.

Cambio en el modo de experimentar: de la lejanía con que primero experimenta su vivencia se pasa a aceptarla como algo que tiene un significado, y al terminar el proceso el paciente se siente libre y guiado por sus vivencias.

Se pasa de la incoherencia a la coherencia: desde la ignorancia de sus contradicciones hasta la comprensión de las mismas y su evitación.

Se produce también un cambio en su relación con los problemas: desde su negación hasta la conciencia de ser él mismo su responsable, pasando por su aceptación.

Cambia igualmente su modo de relacionarse con los demás: desde la evitación a la búsqueda de relaciones íntimas y de una disposición abierta.

De centrarse en el pasado a centrarse en el presente. Ochoa, M (2013)

El significado primordial de la autoestima es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad.

Branden, N; (1998), define: “La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente, podemos decir que la autoestima es lo siguiente:

1. La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
2. La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.”

La autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debemos sentir por nosotros mismos y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos que presenta nuestra existencia.

La autoestima es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo, es la aceptación positiva de la propia identidad y se sustenta en el concepto de nuestra valía personal y de nuestra capacidad. La autoestima es, pues, la suma de la autoconfianza, del sentimiento de la propia competencia y del respeto y consideración que nos tenemos a nosotros mismos.

Para Rogers; (1994) citado en Gil; (1997) la autoestima constituye el núcleo básico de la personalidad. Por otra parte, se considera que la autoestima influye en la

autorregulación de la conducta, mediando en la toma de decisiones, influyendo en la elección de objetivos y en el establecimiento de planes de actuación. (Markus y Kunda 1986 citado en Gil, 1997).

La autoestima no es más que la idea que tenemos a cerca de nuestra propia valía como personas y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida.

Cabe destacar que Un aspecto muy importante de la personalidad, del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, es la autoestima; es decir el grado en que los individuos tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismos y de su propio valor.

Alfred Adler (1870-1937), postuló en su teoría que los contenidos básicos son los conceptos de carácter, el complejo de inferioridad, el conflicto entre la situación real del individuo y sus aspiraciones y el deseo de poder como motivador principal de la conducta.

Un complejo, en lenguaje Psicoanalítico, es el estado psíquico provocado por las representaciones retenidas en el inconsciente por efecto de la censura y que se manifiesta con trastornos en la conducta. Adler con su teoría de la existencia del complejo de inferioridad pudo explicar ciertas patologías y guiar a sus pacientes emocionalmente perturbados con este trastorno, hacia el camino de la madurez, del sentido común, brindándoles la posibilidad de una inserción social útil.

3.2 Componentes de la Autoestima

El sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolas a nuestro "yo" personal; son las líneas conformadoras y motivadoras de nuestra personalidad, que la sustentan y le dan sentido, y que por consiguiente constituye el núcleo básico de la personalidad.

Según Harrison, R: (s.f) la autoestima es una forma de ser y actuar radical, puesto que arraiga en los niveles más honda de nuestras capacidades, ya que es la resultante de la unión de nuestros hábitos y actitudes adquiridas; en este sentido destaca los siguientes componentes:

3.2.1 Componente cognitivo

Está conformado por el conjunto de ideas, opiniones, percepciones, creencias y procesamiento de información que tenemos de nosotros mismos. Es el componente informativo de la autoestima; ya que se refiere al autoconcepto definido como opinión que se tiene de la propia personalidad y sobre la conducta; Un autoconcepto repleto de autoimágenes ajustadas, ricas e intensas en el espacio y tiempo en que vivimos demostrará su máxima eficacia en nuestros comportamientos. La fuerza del autoconcepto se basa en nuestras creencias entendidas como convicciones, convencimientos propios; sin creencias sólidas no existirá un autoconcepto eficiente.

3.2.2 Componente afectivo

Conlleva la valoración de nosotros mismos, de lo que existe de positivo y de aquellas características negativas que poseemos. Implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros. Es

admiración ante la propia valía y constituye un juicio de valor ante nuestras cualidades personales. Este elemento es la respuesta de nuestra sensibilidad y emotividad ante los valores que percibimos dentro de nosotros; es el corazón de la autoestima, es la valoración, el sentimiento, la admiración, el desprecio, el afecto, el gozo y el dolor en la parte más íntima de nosotros mismos.

3.2.3 Componente conductual

Es el componente o elemento integrante y activo de la autoestima. Incluye el conjunto de habilidades y competencias que posee cada persona al demostrar su actitud al exterior. Es el proceso final de toda su dinámica interna. Básicamente significa tensión, intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un proceso de manera consecuente y coherente. Es la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de consideración y reconocimiento por parte de los demás. Constituye el esfuerzo por alcanzar el respeto ante los demás y ante nosotros mismos.

3.3 Niveles de Autoestima

La autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos según las experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de nuestra vida. La autoestima se va forjando a través de las percepciones, pensamientos, sentimientos y evaluaciones que van dirigidas hacia nosotros mismos. Se va formando desde el momento en el que aparece el lenguaje, a lo largo de la vida, a medida que vamos viviendo múltiples experiencias. La autoestima es un concepto *gradual*. En virtud de ello, las personas pueden presentar en esencia uno de tres estados:

3.3.1 Autoestima Baja: Es cuando la persona no se siente en disposición para la vida; sentirse equivocado como persona. Las personas que tienen un nivel de autoestima bajo dependen de los resultados presentes para establecer cómo deben sentirse con respecto a si mismos. Necesitan experiencias externas positivas para contrarrestar los sentimientos negativos que albergan hacia ellos mismos. La autoestima baja está relacionada con una distorsión del pensamiento, esto quiere decir que las personas con autoestima baja suelen sentirse más infelices y limitadas en cuanto a lo que puede o debe hacer. Las características de la autoestima baja son: Inseguridad de sí mismo, falta de confianza, miedo al fracaso, tendencia a tener depresión, temor al momento de expresar sus sentimientos, gustos u opiniones.

3.3.2 Autoestima media. Esta autoestima media o relativa supone cierta inestabilidad en la percepción de una misma. Si bien en algunos momentos la persona con autoestima media se siente capaz y valiosa, esa percepción puede cambiar al lado opuesto, a sentirse totalmente inútil debido a factores variados, pero especialmente a la opinión de los demás.

3.3.3 Autoestima alta. Es cuando se da una valoración positiva de sí mismo, con las personas que interactúa. También llamada autoestima positiva, es el nivel deseable para que una persona logre sentirse satisfecha en la vida, sea consciente de su valía y de sus capacidades y pueda enfrentarse a los inconvenientes de forma resolutiva. Las características de la autoestima alta son: Sentirse seguro acerca de quién es, aceptar sus errores sin sentirse fracasado, tener la capacidad de mostrar sus sentimientos sin el temor de ser juzgado, tener la habilidad de perdonarse y perdonar a los demás, no temer a cambios.

Capítulo IV. Percepción de la Imagen Corporal y Niveles de Autoestima

La imagen corporal es la representación del cuerpo que cada persona construye en su mente (Raich, 2000) y la vivencia que tiene del propio cuerpo (Guimón, 1999). Una cosa es la apariencia física y otra distinta la imagen corporal, personas con una apariencia física que se aleja de los cánones de belleza pueden sentirse bien con su imagen corporal y de modo contrario, personas socialmente evaluadas como bellas pueden no sentirse así. 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 y aumentan el riesgo de problemas psicosociales de las personas que los padecen. Salaberria, K.; Rodríguez, S.; Cruz, S (2007).

4.1 Alteraciones de la imagen corporal:

Las alteraciones de la imagen corporal pueden concretarse en dos aspectos (Cash y Brown, 1987):

4.1.1 Alteración cognitiva y afectiva: No es más que la insatisfacción con el cuerpo, sentimientos negativos que nuestro cuerpo suscita.

4.1.2 Alteraciones perceptivas: Son las que conducen a la distorsión de la imagen corporal. Inexactitud con que el que se estima el cuerpo, su tamaño y su forma.

No está clara la relación entre estas variables, algunos autores señalan que las personas insatisfechas con su cuerpo tienen distorsiones perceptivas, y otros autores señalan que no. La correlación entre medidas de evaluación perceptivas y subjetivas no

siempre es alta (Cash y Pruzinsky, 1990). Es difícil saber si se distorsiona la imagen corporal porque se está insatisfecho con el cuerpo, o porque existe una insatisfacción con la imagen corporal se distorsiona la misma. Salaberria, K.; Rodríguez, S.; Cruz, S (2007)

Continuando con la investigación realizada por Salaberria, K.; Rodríguez, S.; Cruz, S (2007) citan a Neziroglu y Yaryura Tobias (1993) y señalan que las personas con trastorno, de la imagen corporal, aparecen las siguientes suposiciones: necesidad de perfección, necesidad de agradar para ser aceptado por los otros, necesidad de presentar a los demás una apariencia física perfecta y la creencia de que es terrible que otros vean las propias imperfecciones.

Las consecuencias de la insatisfacción con la imagen corporal son variadas, así cursa con pobre auto-estima, depresión, ansiedad social, inhibición y disfunciones sexuales, desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, inicio de tratamientos cosméticos, quirúrgicos, dermatológicos, capilares y de forma reiterada y con demandas irracionales (Hollander, Cohen y Simeon, 1993; Pertschuk y Whitaker, 1998).

La imagen corporal, es el esquema psicológico que el sujeto tiene de su cuerpo como consecuencia de sus vivencias personales, la forma de internalizarlas y el ambiente sociocultural en el que se desarrolla.

La imagen corporal es propia de cada persona y le permite expresarse y comunicarse con otras personas.

La imagen corporal está relacionada con la autoestima, que es la capacidad de tener confianza y respeto por sí mismo. La autoestima comienza a construirse desde el

momento del nacimiento, o antes, ya que las expectativas y los sentimientos de los padres hacia el niño o la niña recién nacidos producen la seguridad de ser querido(a) o de ser rechazado(a).

Por lo tanto, es en el núcleo familiar donde el niño y la niña adquieren las bases para construir una adecuada o inadecuada autoestima. Las actitudes de la madre y el padre son las que permitirán a los hijos el desarrollo de la confianza en sí mismos, la capacidad de valorarse y valorar a los demás y, por lo tanto, una adecuada autoestima.

Los padres actúan como "espejos" que reflejan las cualidades y defectos de sus hijos. Este mirarse en el espejo de los padres dará como resultado la seguridad personal; así, si los padres reflejan sólo las cualidades o sólo los defectos, promoverán en sus hijos, una imagen escindida, insegura y temerosa para dar y recibir.

VII. DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de estudio: Descriptivo de corte transversal

Área de estudio: La investigación se llevó a cabo en la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, de la ciudad de León, carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Médicas.

Unidad de análisis: Estudiantes mujeres de II-V año de la carrera de Psicología

Población de estudio: La población está compuesta por 122 estudiantes mujeres de la carrera de Psicología de la UNAN-León del año 2015.

Muestra: La muestra de dicha investigación estuvo compuesta por 102 mujeres estudiantes de II a V año de la carrera de Psicología de la UNAN-León del año 2015.

$$n = \frac{N z_{\alpha/2}^2 P(1-P)}{(N-1)e^2 + z_{\alpha/2}^2 P(1-P)}$$

N=	139
Z=	1.96
P=	0.5
e=	0.05

N= Población

Z= Estadístico al 95%

P= Proporción de individuos con la característica

e= error muestral

Tipo de muestreo:

Muestreo probabilístico aleatorio estratificado: de acuerdo a los objetivos

propuestos en esta investigación se utilizó el muestreo Probabilístico estratificado; este consiste en estratificar esta n con la finalidad de que los elementos muestrales o las unidades de análisis posean un determinado atributo. En el estudio, este atributo puede ser el giro de la muestra; lo que implica que no basta que cada uno de los elementos muestrales tengan la misma probabilidad de ser escogidos, sino que es necesario segmentar la muestra en relación con estratos o categorías que se presentan en la población, que de igual son relevantes para los objetivos del estudio, para esto se utiliza una muestra probabilística estratificada. Dividiéndose la población total en subpoblaciones o estratos, (clases homogéneas) y se seleccionó una muestra para cada estrato; es decir, se aplicó la formula muestral y de acuerdo a los resultados se escogió de manera aleatoria el número proporcional de los participantes en estudio.

Muestra Probabilística estratificada de las estudiantes mujeres de II-V año de la carrera de Psicología de la UNAN-León.

Estudiantes mujeres de II-V año de la carrera de Psicología	Total Población $(fh) = 0.734$ $(Nh)(fh) = nh$	Muestra
II año	35	26
III año	35	26
IV año	28	20
V año	41	30
	$N = 139$	$n = 102$

Criterios de inclusión:

- Estudiantes activos de la UNAN-León.
- Estudiantes mujeres.
- Estudiantes de la carrera de Psicología.
- Estudiantes dispuestos a colaborar con la investigación

Procedimiento de recolección de la información:

El estudio se realizó con el apoyo de los estudiantes y responsables de la carrera de Psicología, donde primeramente se les extendió un consentimiento informado, donde se explicaban los objetivos de la investigación y parámetros principales que se tomarían en cuenta mediante la participación, al brindar éstas su consentimiento, se procedió a la aplicación de los instrumentos (escalas que evalúen imagen corporal y midan nivel de autoestima); cabe destacar, que estos se implementaron dentro de un marco meramente confidencial. Dicha recogida de información se llevó a cabo en una de las aulas de la Escuela de Psicología, con el fin de propiciar las condiciones y la privacidad necesaria para la realización del trabajo investigativo con las estudiantes y de acuerdo a los resultados de la muestra establecida se revisaron los datos/ respuestas obtenidas, se procedió al análisis de resultados y redacción de conclusiones finales.

Posibles sesgos y su control:

Sesgos:	Control de sesgos:
Falta de disposición a colaborar con la investigación.	Motivando a los participantes al explicar de manera precisa los objetivos de la misma, la seguridad que se proporcionara a las mismas en cuanto a la confidencialidad de los datos obtenidos los cuales serán meramente con objeto de estudio..
Respuestas falsas o simuladas por parte de los estudiantes.	Instar al estudiante a que se sienta con la libertad de marcar la opción que considere adecuada.
Retraimiento que puedan tener los evaluados, al momento de responder las preguntas presentadas.	Inducir a los estudiantes a participar de manera activa y a responder libremente sin tener miedo a la opinión que se tenga. Ya que existe confiabilidad en el estudio.
Los sesgos de parte del investigador debido a la falta de información directa, ya que proviene de una fuente secundaria.	Durante la aplicación del instrumento estar presentes para aclarar dudas o comentarios que el evaluado tenga.

Instrumento de recolección de información

1. Instrumento para evaluar percepción de imagen corporal:

Para la valoración de la forma corporal se utiliza el cuestionario BSQ (Body Shape Questionnaire) diseñado por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn (1987) y adaptado a la población española por Raich et al. (1996).

Este es un cuestionario autoaplicado que mide la insatisfacción producida por el propio cuerpo, el miedo a engordar, la autodesvalorización por la apariencia física, el deseo de perder peso y la evitación de las situaciones en las que la apariencia física pudiera atraer la atención de los otros. La versión original consta de 34 ítems y se puntúa en una escala tipo Likert de 1 a 6 puntos siendo el rango de la prueba 34-204.

La valoración se realiza a través de una escala de frecuencia de seis opciones (1 = Nunca, 2 = Raramente, 3 = A veces, 4 = A menudo, 5 = Muy a menudo, 6 = Siempre). El punto de corte para la puntuación total ha sido establecido por los autores del cuestionario en 105. Siendo los rangos 34= ausencia de preocupación por la imagen corporal, 35-104= preocupación moderada o normal por la imagen corporal, 105-133= preocupación extrema por su figura y peso, 134-204 Trastorno de la conducta alimentaria.

Instrumento para medir niveles de autoestima:

Para medir los niveles de autoestima, se utilizará la técnica del TEST estandarizado de Rosenberg constituido por 20 ítems; los mismos que, miden el nivel de auto - aceptación y auto - concepto.

Las calificaciones de los ítems no tendrán un orden específico de puntuación, de esta manera no se influenciará en las respuestas de las estudiantes a quienes se les formula el test, por lo que un alto puntaje sugiere una auto evaluación positiva (72 a 100 puntos), un puntaje medio sugiere un nivel de autoestima medio (25 a 71 puntos) y lo contrario un nivel de autoestima bajo (0 a 24).

Se aplicó un test con respuestas objetivas a las estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas para conocer cuál es el nivel de autoestima que estas poseen.

Plan De Análisis

En el plan de análisis se utilizó el paquete de datos estadísticos SPSS versión 15.0 Para el análisis de los datos de estadística descriptiva (medida de frecuencia y tendencia central). Para establecer la asociación entre las variables percepción de imagen corporal y niveles de autoestima, se utilizó la prueba de tau-b de Kendall, la cual es específica para variables ordinales y se considera que hay relación entre las variables si su valor es cercano a 1 o -1. Los resultados obtenidos posteriormente serán presentados mediante tablas y gráficos con sus debidas interpretaciones en Excel.

Consideraciones éticas

- ❖ Se Solicitó formalmente a la directora de la Carrera de Psicología el permiso para llevar a cabo la realización de la investigación.
- ❖ Se extendió un consentimiento informado de los participantes, donde expliquen los objetivos de la investigación, para que estos proporcionen su aprobación y firma para que participar en la misma.
- ❖ Se garantizó a los participantes la confidencialidad y anonimato de los resultados, ya que la información será exclusivamente para uso investigativo.

Operacionalización de las Variables

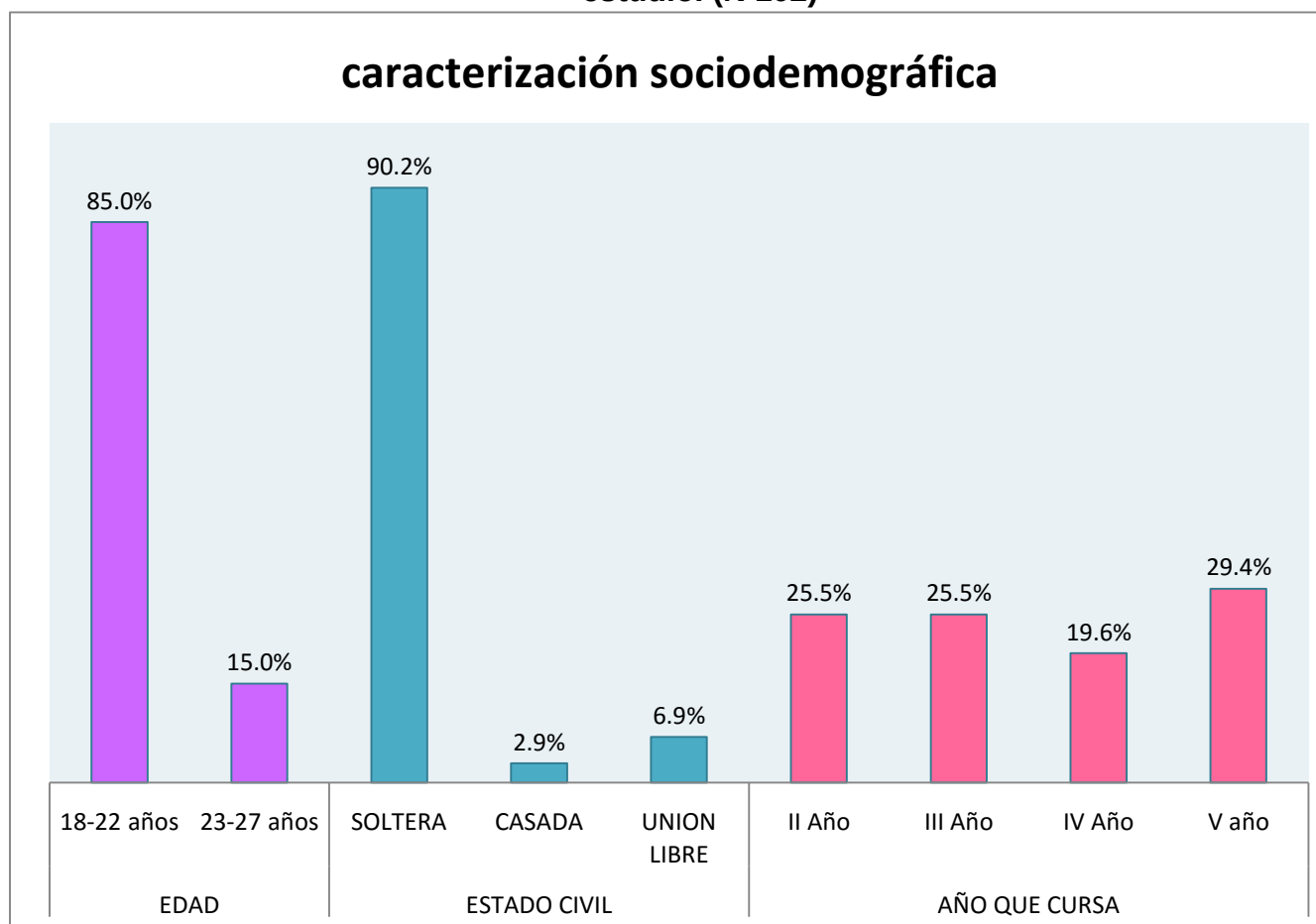
VARIABLE	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Valor
Percepción de Imagen Corporal	La percepción es el acto de recibir, interpretar y comprender a través de la psiquis las señales sensoriales que provienen de los cinco sentidos orgánicos siendo imagen corporal una definición unidimensional donde lo psíquico predomina y guía la elaboración del constructo basada en la experiencia corporal.	La imagen que uno tiene de sí mismo es una visión desde dentro de su apariencia física. Esta visión o percepción de la imagen corporal le puede ser satisfactoria o por lo contrario producirle malestar, es lo que se llama insatisfacción corporal.	No preocupado Preocupación Leve Preocupación Moderada Preocupación Extrema	34 34-104 105-133 134-204
Autoestima	La autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales	Es la representación mental del cuerpo que cada individuo construye en términos de sentimiento y actitudes hacia el propio cuerpo. Es la valoración u opinión emocional que los individuos tienen de sí mismos.	Baja Media Alta	0 - 25: Autoestima baja. 26 -29: Autoestima media. 30 -40: Autoestima alta

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Tabla 1: Caracterización socio demográfica de la población de estudio.

El siguiente gráfico presenta datos sociodemográficos de las participantes, siendo la población total de estudio 102 estudiantes mujeres de la carrera de Psicología, la edad predominante en el estudio es de 19 años, con una frecuencia de 30 que equivalen al 29%; las edades menos predominantes son entre 25-27 años todas con una frecuencia de 1 que equivalen al 1%; se destacó mayormente de estado civil Soltera con una frecuencia de 92 de segundo a quinto año de la carrera, que equivale al 90 % de la población.

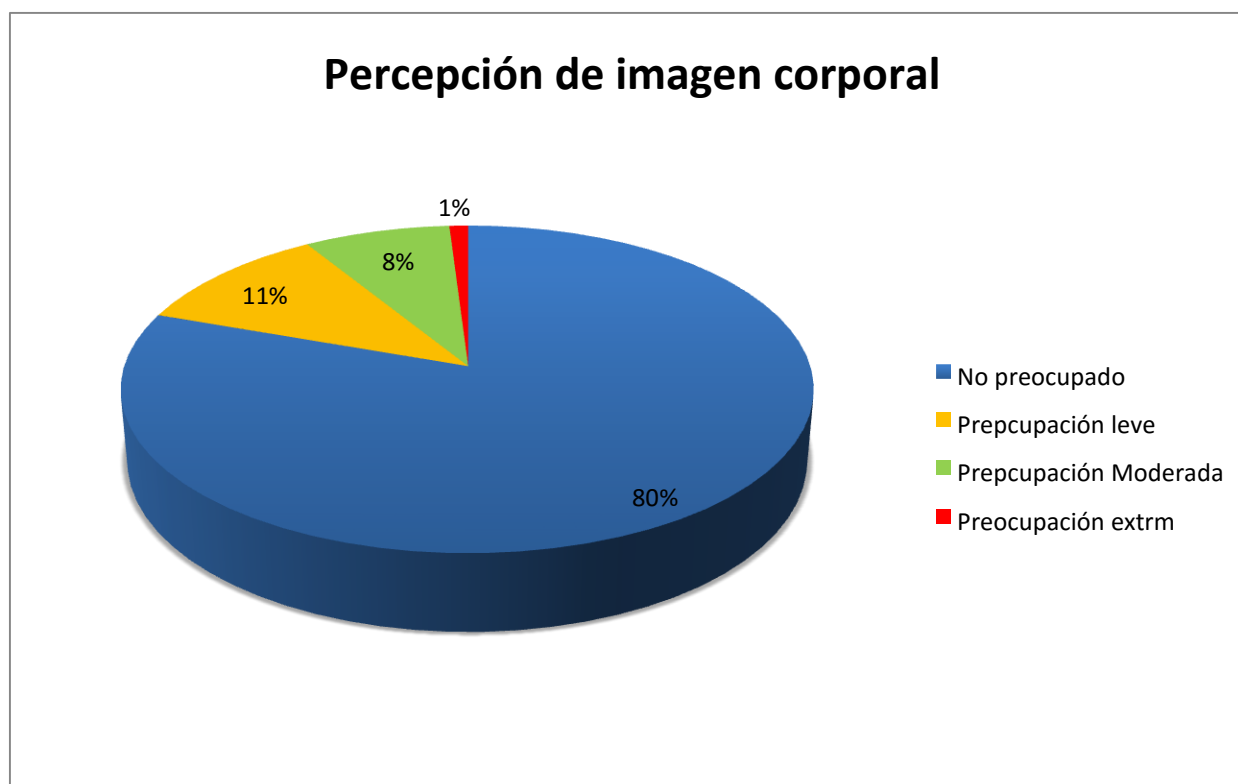
Gráfico 1. Distribución porcentual de las sociodemográficas de la población en estudio. (N 102)



Percepción que tiene la mujer en cuanto a su imagen corporal. En

el gráfico que se muestra a continuación detalla resultados de la Percepción de imagen corporal que tienen las estudiantes mujeres de la carrera de Psicología con respecto a sí mismas, siendo la más representativa “No preocupada por la imagen corporal” con frecuencia de 82, que equivale al 80.4%, seguido de “Preocupación leve por imagen corporal” con una frecuencia de 11 que equivale al 10.8%, “Preocupación moderada por imagen corporal” con una frecuencia de 8 que equivale al 7.8%, y “Preocupación Extrema” con una frecuencia de 1, que equivale al 1%.

Gráfico 2. Distribución porcentual de percepción de la imagen corporal. (N 102)

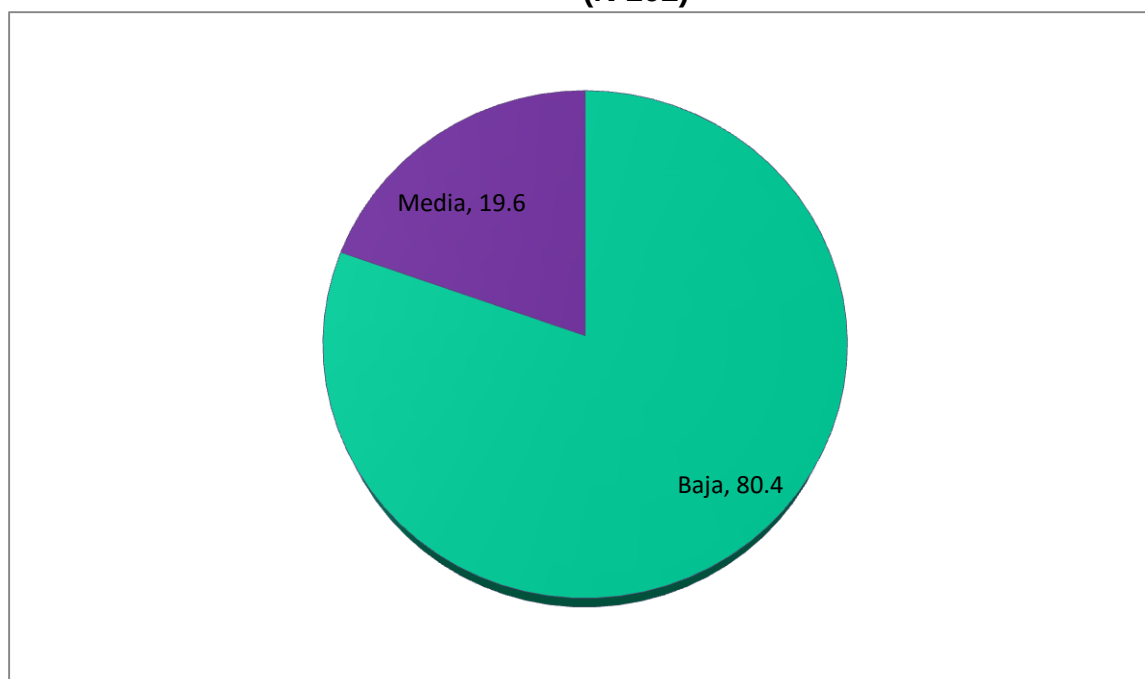


Niveles de autoestima en la población de estudio.

En este gráfico se exponen los resultados de los niveles de autoestima en los que se encuentra la población de estudio, obteniéndose de 102 participantes que 82 tienen una autoestima baja, que equivalen al 80.4%, 20 estudiantes poseen autoestima media, que equivalen al 19.6%, cabe mencionar que no se encontraron datos estadísticos de estudiantes de la carrera con autoestima alta.

Gráfico 3. Distribución porcentual según nivel de autoestima de estudiantes mujeres de la carrera de psicología.

(N 102)



Relación entre la Percepción de imagen corporal y Niveles de autoestima

En la tabla 1 se muestra la relación entre las variables percepción de imagen corporal y niveles de autoestima de las estudiantes mujeres de la carrera de psicología, en la cual se pudo encontrar que no existe relación estadísticamente significativa (valor de tau-b de Kendall -0.60 ($P= 0.4$), por lo que en la comparación de estas variables se encontró que de las 82 participantes que presentan autoestima baja, 65 de ellas no se preocupan por su imagen corporal, 9 tiene preocupación leve, 7 preocupación moderada y una sola persona preocupación extrema; de las 20 participantes que tienen autoestima media, 17 no están preocupadas por su imagen corporal, 2 presentan preocupación leve, 1 preocupación moderada y ninguno preocupación extrema.

Tabla 1: Relación entre la Percepción de imagen corporal y Niveles de autoestima

Niveles de Autoestima				
	Autoestima Baja	Autoestima media	Total	Valor Tau-b de Kendall
No preocupado por imagen corporal	65	17	82	-0.60 ($P= 0.4$)
Preocupación leve por imagen corporal	9	2	11	
Preocupación moderada por imagen corporal	7	1	8	
Preocupación extrema	1	0	1	
Total	82	20	102	

DISCUSIÓN

La presente investigación se dirigió a las estudiantes mujeres de la carrera de Psicología de II a V año; con el objetivo de determinar la relación existente entre percepción de imagen corporal y niveles de autoestima de las mismas; tomando como referencia la edad, estado civil y año que cursan éstas, obteniendo como resultado la prevalencia de participación por parte de estudiantes del último año de la carrera, siendo en su mayoría soltera.

Mediante los instrumentos aplicados se identificó una ambivalencia en cuanto a las hipótesis planteadas como autoras del estudio; ya que los resultados muestran que las estudiantes mujeres de la carrera no tienen una mala percepción con respecto a su imagen corporal; no obstante se identifican en su mayoría niveles inferiores o bajos de autoestima.

Como principal herramienta para este estudio tomamos las vivencias y sobre todo perspectivas de estas jóvenes, para descubrir de qué manera afecta la percepción de su imagen corporal a la autoestima de las mismas o viceversa y qué influencia tiene el contexto social en el cual se desenvuelven; lo que se puede deducir que al no haber preocupación en cuanto a la imagen corporal, el medio y los estereotipos impuestos por éste, no afectan significativamente a la población estudiantil femenina de la carrera; en cambio en un estudio realizado en España por Rodin, (1993) quien afirma que cada cultura ha desarrollado diferentes conceptos sobre la propia imagen, forma y decoración del cuerpo genera como consecuencia a lo que se denomina imposiciones o

estereotipos sociales que han detonado en una preocupación extrema por todo lo relativo al peso y por ende percepción de imagen corporal.

Otro estudio realizado en España por Raich, R (2004); describe algunas definiciones, el concepto de imagen corporal y las preocupaciones exageradas acerca de sí mismas, así como las quejas que sobre la apariencia son más frecuentes, se estudia la relación de la percepción de la imagen corporal con los niveles de autoestima, identidad de género, ansiedad interpersonal y depresión. Tras analizar los resultados observados en diferentes estudios se llega a la conclusión de que la presión por la estética es muy superior en las mujeres; resultados que contrastan a los obtenidos en la presente investigación; ya que la existencia tanto de presión por la estética como la preocupación por la misma es relativamente nula en la población de estudio.

Los estudios antes mencionados contrastan los resultados obtenidos en nuestro tema , así también se encontraron investigaciones que respaldan los datos obtenidos; como el estudio elaborado por Hernández, M; y colaboradores (2006) titulado: Niveles de autoestima y percepción de imagen corporal en un grupo de estudiantes de Psicología, del Instituto de estudios Superiores del Golfo de México, en Oaxaca, discuten la importancia de la autoestima en los miembros de la sociedad y la definición de este concepto. Los datos de ambos instrumentos no correlacionaron. El cuestionario proporcionó un 93% de sujetos con autoestima baja, coincidiendo con el presente que señala que el 80.2 % se encuentra en un nivel de autoestima baja del total de la población

Otro artículo que coincide con los resultados es el que se realizó en Chile (2011) que evaluó la autoestima a través de la escala de autoestima de Rosenberg: donde el autor refiere la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características; mediante el análisis de los resultados del estudio se mostró por sexo un rango de respuesta menor en hombres y una desviación estándar significativamente mayor en mujeres, refutando así los del presente estudio, que pese a no tener alteraciones en cuanto a la percepción corporal, es evidente la insatisfacción consigo mismas.

CONCLUSIONES

1. Con respecto a la caracterización sociodemográfica, se comprobó que la edad predominante de las participantes del estudio es de 19 años, las cuales en su mayoría son solteras, destacando que se trabajó con las estudiantes mujeres de segundo a quinto año de la carrera, teniendo mayor porcentaje quinto año.
2. Al analizar los resultados obtenidos mediante el instrumento para evaluar el nivel de percepción de imagen corporal en las estudiantes mujeres de la carrera de psicología, se encontró que el 80.4 % de la población de estudio no se encuentra preocupado por su imagen corporal.
3. Con respecto a los niveles de autoestima se identificó que el nivel predominante en las participantes, es el nivel de autoestima baja con 80.4 % y autoestima media con el 19.6 %; cabe destacar que no se encontraron datos estadísticos de participantes con autoestima Alta.
4. Al establecer la relación entre la percepción de imagen corporal y los niveles de autoestima en las estudiantes de la carrera de psicología, mediante la prueba tau-b de Kendall se comprobó que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables siendo $P= 0.4$; deduciéndose que la percepción de la imagen corporal no influye en los niveles de autoestima de las participantes

RECOMENDACIONES

A las estudiantes

1. Que, como futuras profesionales de la salud mental, comprendan que todas las personas son diferentes y únicas, que reconozcan y refuercen sus capacidades y habilidades y por ende logren llegar a una aceptación de su imagen corporal.
2. Que las estudiantes que poseen baja autoestima realicen un proceso terapéutico con los docentes de la carrera, para que estos les brinden estrategias y técnicas para mejorar la autoestima.
3. Que realicen actividades que sean placenteras para estas, y así superen sus inhibiciones y logren un pleno desarrollo en sus habilidades sociales y demás áreas de su vida cotidiana.

A la institución

1. Que, desde los primeros años de la carrera, en el componente de habilidades profesionales se aborden temas con respecto a importancia de reforzar la autoestima, para empoderar a las estudiantes sobre la problemática, con el objetivo que sean capaces de superar sus limitantes y las conviertan en fortalezas en su futuro tanto personal como profesional.

Referencias Bibliográficas

- Aguilar, J; Aumak, K; Botello, L (s.f) "Imagen corporal y autoestima" Recuperado el: 08 de mayo, 2015. Disponible en:
http://www.dgespe.sep.gob.mx/public/genero/PDF/LECTURAS/S_01_24_Imagen%20corporal%20y%20autoestima.pdf
- Alacid, F; López, P; Miñarro, F; Muyor, J; Vaquero, R. España,(2012) "*Imagen corporal; revisión bibliográfica*" ". Recuperado el: 04 de mayo de 2015.
Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v28n1/04revision04.pdf>
- Ángeles, J. (s.f) "Autoestima" ". Recuperado el: 14 de abril de 2015. Disponible en:
<http://www.monografias.com/trabajos93/autoestima-introduccion/autoestimaintroduccion.shtml#ixzz3VR1aLbVa>
- Autoestima.net (2015) "Niveles de Autoestima". Recuperado el: 14 de abril de 2015.
Disponible en: <http://www.autoestima.net/niveles-de-autoestima/>
- Anónimo (s.f) Cádiz. "Mejorar la autoestima Concepto positivo de sí mismo"
Recuperado el 09 de mayo, 2015. Disponible en:
<https://www.youtube.com/watch?v=AmElemQfk34&index=5&list=PLEr7GRqrBSRcjQEZ4-aiKGT6D39-bm-X2>
- Anónimo (s.f) "*Sensopercepción*". Recuperado el: 04 de mayo de 2015. Disponible en:
<http://neurociencias2.tripod.com/id20.html>

Anónimo (2010) “*Grupo de Tecnología Educativa*” Recuperada el: 14 de mayo de 2015.

Disponible en: <http://tecnologiaedu.us.es/tecnoedu/>

Anónimo (2010) “*Las Sensaciones*” Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:

<http://psicologia.laguia2000.com/psicologia-cuerpo-mente/lassensaciones#ixzz3akyFbisO>

Anónimo, (2014). EL AUTOESTIMA, LA AUTOESTIMA, Y SU RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN AFECTIVA QUE RECIBIMOS CUANDO ERAMOS NIÑOS.

Recuperado el 03 de mayo, 2015. Disponible:

<https://roaeducacion.wordpress.com/2014/02/21/el-autoconcepto-la-autoestimay-su-relacion-con-la-educacion-afectiva-que-recibimos-cuando-eramos-ninos/>

Barba, R. (2015) “*TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE ERICH FROMM*”. Recuperado el: 11 de mayo, 2015. Disponible en: <http://es.scribd.com/doc/55579534/TEORIA-DE-LA-PERSONALIDAD-DE-ERICH-FROMM#scribd>

Bastida A, (s.f) “*La Importancia De La Autoestima: Cómo Potenciarla*” Recuperado el: 11 de mayo, 2015. Disponible en:

<http://www.psicologiaonline.com/autoayuda/potenciar-la-autoestima/la-importancia-de-la-autoestimacomo-potenciarla.html>

Branden, N (1998). "Desarrollo de la autoestima". Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en: www.academia.edu/24541721.

Caballero, L (s.f). Córdoba. *"Desarrollo de las percepciones"*. Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:
http://tecnologiaedu.us.es/cursos/35/html/cursos/t03_luiscaballero/3-5.htm

Cáceres, C (2013) *"TEORIA ECOLÓGICA DE GIBSON"* Recuperado el: 04 de mayo de 2015. Disponible en: <https://prezi.com/jw8s3kodhtpy/teoria-ecologica-de-gibson/>

Camacho, R; (2014). "La Autoestima" Recuperado el: 10 de mayo, 2015. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos93/sobre-autoestima/sobre-autoestima.shtml>

Carbajal, A; Montero, P; Morales, E. España, (2004). *"Valoración de la percepción de la imagen corporal mediante modelos anatómicos"* Recuperado el: 14 de abril de 2015. Disponible en: <http://www.didac.ehu.es/antropo/8/8-8/Montero.pdf>

Carrión, A; (2010) "Autoestima" Consultado el: 13 de mayo, 2015. Disponible en: <http://doctoracarrion.blogspot.com/2010/12/autoestima-alta-baja-e-inflada.html>

Ceballos, G (2014) *"Teoría psicológica según Abraham Maslow"* .Recuperado el: 11 de mayo, 2015. Disponible en: <https://prezi.com/3q64z16pfxn2/teoria-psicologicasegun-abraham-maslow/>

Ecu Red “Percepción” (2015) Recuperado el: 04 de mayo de 2015. Disponible en:

<http://www.ecured.cu/index.php/Percepci%C3%B3n>

Fernández, D (2012) Argentina. “Counseling holístico centrado en la persona”

Recuperado el: 09 de mayo de 2015. Disponible en:

<http://elcounseling.blogspot.com/>

García, M; Marco; Trujano. México (2007). “FACTORES ASOCIADOS A LA IMAGEN CORPORAL Y CONDUCTA ALIMENTARIA EN PREADOLESCENTES”

Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:

http://www.infocop.es/view_article.asp?id=1660

González, G; (2001) “Imagen Corporal: Cuerpo vivido, cuerpo escindido” Recuperado el: 11 de mayo, 2015. Disponible en:

<file:///C:/Users/Jesselberrios/Downloads/teoria%20psicodinamica%20para%20%C3%B1a%20teso%C2%BFis.desbloqueado.pdf>

Hernández, M; De León, E; Vargas, J. (2006) “NIVELES DE AUTOESTIMA EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA, DEL INSTITUTO DE ESTUDIOS SUPERIORES DEL GOLFO DE MEXICO, EN OAXACA”. Recuperado el: 09 de mayo de 2015. Disponible en:

http://www.conductitlan.net/centro_regional_investigacion_psicologia/12autoestima_psicologos.pdf

Herrera, A (2012) México. “*La autoestima en los y las adolescentes*”. Recuperado el:

14 de abril de 2015. Disponible en:

<http://www.monografias.com/trabajos93/autoestima-adolescentes/autoestimaadolescentes.shtml>

Izaga, A. et al. “Percepción de la imagen corporal en estudiantes de la

Universidad del País Vasco”. Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:

https://addi.ehu.es/bitstream/10810/14113/1/Zainak%202005_27_55-63.pdf

López B, Dóriga A. Instituto de la Mujer (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad) Madrid, España (2012) “*La publicidad y la salud de las mujeres*”.

Recuperado el: 14 de abril de 2015. Disponible en:

<http://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/salud/publicaciones/Seriesalud/docs/Publicidadysaludmujeres.pdf>

Montes, T (2012). Colombia. “Nivel de autoestima de adolescentes escolarizados en zona rural de Pereira, Colombia”. Recuperada el: 14 de mayo de 2015.

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80625021011>.

Ortega, P; Mínguez, R y Rodas, M; “*AUTOESTIMA: UN NUEVO CONCEPTO Y SU*

MEDIDA” Recuperado el 09 de mayo, 2015. Disponible en:

http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/71882/1/Autoestima_un_nuevo_conceptoysu_medida.pdf

Oviedo, G (2004). Colombia. “*La definición del concepto de percepción en Psicología con base en la teoría de la Gestalt.*” Recuperado el: 11 de mayo, 2015.

Disponible en: <http://res.uniandes.edu.co/view.php/375/index.php?id=375>

Marshias, (2014). “Definición de sensación y percepción en psicología” Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:

<http://es.slideshare.net/Marshias/definicionde-sensacion-y-percepcion-en-psicologia>

Raich, R. (2004) “Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal.” Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:

<http://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1261>.

Rojas, A; Barahona, B; Förster, E (2009). Chile. “La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores.” Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en:

http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872009000600009&script=sci_arttext.

Salaberria, K; Rodríguez, S; Cruz, S .Vasco, San Sebastián. (2007). “*Percepción de la imagen corporal*”. Recuperado el: 14 de abril de 2015. Disponible en:

<http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/osasunaz/08/08171183.pdf>

Sciffman y Kanuk. España (2006) “*La Percepción*” Recuperada el: 14 de mayo de 2015.

Disponible en:

http://www.gcd.udc.es/subido/domingo/docencia/comportamiento_consumidor/temas/tema_3_percepcion.pdf

Velázquez, L (2015) “IMAGEN CORPORAL”. Fundación Belén. Recuperada el: 14 de mayo de 2015. Disponible en: [http://fundacionbelen.org/base-](http://fundacionbelen.org/base-datos/imagencorporal/)

[datos/imagencorporal/](http://fundacionbelen.org/base-datos/imagencorporal/)

Vélez, L; (2014) “Qué es la autoestima: definición, significado y tipos de autoestima”

Recuperado el: 11 de mayo, 2015. Disponible en:

<http://www.diariofemenino.com/articulos/psicologia/autoestima/que-es-la-autoestima-definicion-significado-y-tipos-de-autoestima/>



B.S.Q.

Nos gustaría saber cómo te has sentido respecto a tu figura en el último mes. Por favor, lee cada pregunta y señala con una cruz el número que consideres que corresponde a la respuesta más adecuada. Contesta a todas las preguntas.

Ítems	Nunca 1	Raramente 2	Algunas veces 3	A menudo 4	Muy a menudo 5	Siempre 6
1. Cuando te aburres, ¿Te preocupas por tu figura?						
2. ¿Te preocupas tanto por tu figura, que considerarías ponerte a dieta?						
3. ¿Has pensado que tus muslos, caderas o glúteos, son demasiado grandes en relación a tu cuerpo?						
4. ¿Has tenido miedo a incrementar de peso?						
5. ¿Te has preocupado por sentirte flácida?						
6. ¿Sentirte llena (después de una comida) te ha hecho sentir gorda?						
7. ¿Te has sentido tan mal con tu figura, que incluso has llorado por ello?						
8. Evitas correr para que los demás no te van flácida?						
9. ¿Estar con chicas delgadas te hace sentir insegura con tu figura?						
10. ¿Te has preocupado por el hecho de que tus muslos se ensanchen cuando te sientes?						
11. El solo hecho de comer una pequeña cantidad de alimentos, ¿Te ha hecho sentir gorda?						
12. ¿Te has fijado en la figura de otras chicas y has comparado la tuya con la de ellas desfavorablemente?						
13. ¿Pensar en tu figura ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando estas mirando la tv, leyendo o manteniendo una conversación)?						
14. Estar desnuda, por ejemplo cuando te bañas, ¿te ha hecho sentir gorda?						

15. ¿Has evitado llevar vestidos ajustados?						
16. ¿Te has imaginado cortándote partes grasas de tu cuerpo?						
17. ¿Comer altos en calorías, te ha hecho sentir gorda?						
18. ¿Has evitado ir a actos sociales porque te has sentido mal respecto a tu figura?						
19. ¿Te has sentido excesivamente gorda y llena?						
20. ¿Te has sentido acomplejada por tu cuerpo?						
21. La preocupación por tu figura, ¿te ha inducido a poner a dieta?						
22. ¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago estaba vacío?						
23. ¿Has pensado que tienes la figura que tienes a causa de la falta de autocontrol?						
24. ¿Te ha preocupado que la gente te vea exceso de grasa alrededor de tu cintura?						
25. ¿Has pensado que es injusto que otras chicas sean más delgadas que tu?						
26. ¿Has vomitado para sentirte más delgada?						
27. Estando en compañía de otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio?						
28. ¿Te ha preocupado por tener celulitis?						
29. Verte en un espejo, ¿te hace sentir mal respecto a tu figura?						
30. ¿Has pellizcado zonas de tu cuerpo para ver cuánto grasa hay?						
31. ¿Has evitado situaciones donde muestres tu cuerpo?						
32. ¿Has tomado laxantes para sentirte más delgada?						
33. ¿Te has fijado más en tu figura cuando estas en compañía de otra gente?						
34. ¿La preocupación por tu figura te hace pensar que deberías hacer ejercicio?						

Escala de Rosenberg

A continuación te presentamos un test de personalidad que ofrece con pocas preguntas, una muy acertada valoración de nuestro autoconcepto y autoaceptación personal.

Es importante que la respuesta sea lo más sincera posible. Este test sólo ofrece orientación y carece de valor diagnóstico.

1. Siento que soy una persona digna, al menos tanto como las demás.

Sí. _____

No. _____

2. Estoy convencido de que tengo cualidades.

Sí. _____

No. _____

3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de gente.

Sí. _____

No. _____

4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.

Sí. _____

No. _____

5. En general, estoy satisfecho conmigo mismo.

Sí. _____

No. _____

6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.

Sí. _____

No. _____

7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado.

Sí. _____

No. _____

8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.

Sí. _____

No. _____

9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.

Sí. _____

No. _____

10. A menudo creo que no soy una buena persona.

Sí. _____

No. _____

Consentimiento Informado a Estudiantes:

Somos estudiantes de la UNAN-LEÓN de la carrera de Psicología de quinto año, estamos realizando una investigación sobre Percepción de la imagen corporal y niveles de autoestima en estudiantes mujeres de la carrera de Psicología. Período Marzo - octubre 2015, por lo que solicitamos su participación en la misma. Cabe destacar que la información brindada será meramente confidencial, utilizada con el único propósito de dar respuesta a nuestros objetivos; si en algún momento del proceso de recolección de información no tiene la disposición de continuar, está en plena libertad de retirarse cuando usted crea conveniente.

Por este medio hará constar que los estudiantes aceptan brindarnos información, lo cual será exclusivamente del dominio de los estudiantes que realizarán la investigación y se asegura guardar confidencialidad sobre las identidades de estas personas.

Firma de la participante

Firma del investigador