



REVISTA MEXICANA DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS

MEXICAN JOURNAL OF EATING DISORDERS

<http://journals.iztacala.unam.mx/index.php/amta/>



ARTÍCULO

Influence of sociocultural factors on body image from the perspective of adolescent girls



Diego Cortez^a, Marcela Gallegos^a, Teresita Jiménez^a, Pía Martínez^a,
Susana Saravia^a, Claudia Cruzat-Mandich^{b,*}, Fernanda Díaz-Castrillón^b,
Rosa Behar^c y Marcelo Arancibia^{c,d}

^a Escuela de Psicología, Universidad Adolfo Ibáñez, Santiago de Chile, Chile

^b Centro de Estudios de la Conducta Alimentaria, Escuela de Psicología, Universidad Adolfo Ibáñez, Santiago de Chile, Chile

^c Departamento de Psiquiatría, Facultad de Medicina, Universidad de Valparaíso, Valparaíso, Chile

^d Departamento de Humanidades Médicas y Medicina Familiar, Facultad de Medicina, Universidad de Valparaíso, Valparaíso, Chile

Recibido el 15 de octubre de 2015; aceptado el 31 de mayo de 2016

Disponible en Internet el 18 de agosto de 2016

KEYWORDS

Body image;
Sociocultural factors;
Adolescence;
Peers;
Family

Abstract Body image is a relevant topic in the development of identity during the adolescence, where social factors are significant in determining individual expectations. This study aims to describe and analyze the perception that female adolescents have about the influence of sociocultural factors on their own body image. This research has a qualitative, exploratory and descriptive approach based on the Grounded Theory. Five adolescent girls aged between 16 and 18 years were interviewed. Results show that body image is characterized by ambivalent feelings and different degrees of body dissatisfaction. In general, participants overvalue physical aspects, for instance, thinness is believed as a sign of attractiveness, success and perfection, prototype linked to body dissatisfaction. The more influential sociocultural parameters were mass media, especially online social networks, peers and family. It is concluded that strengthening critical judgment skills to distinguish between the ideal body and the real body could enhance the prevention of eating disturbances in adolescent women.

© 2016 Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: claudia.cruzat@uai.cl (C. Cruzat-Mandich).

La revisión por pares es responsabilidad de la Universidad Nacional Autónoma de México.

PALABRAS CLAVE

Imagen corporal;
Factores
socioculturales;
Adolescencia;
Pares;
Familia

Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes

Resumen La imagen corporal es un tópico relevante en el desarrollo de la identidad durante la adolescencia, donde los factores sociales son decisivos en la determinación de las expectativas individuales. Este estudio describe y analiza la percepción que mujeres adolescentes tienen acerca de la influencia de los aspectos socioculturales en su imagen corporal. El enfoque de investigación fue cualitativo, exploratorio y descriptivo, basado en la teoría fundamentada. Se entrevistó a cinco mujeres adolescentes de entre 16 y 18 años de edad. Los resultados muestran que existe una experiencia de la imagen corporal caracterizada por sentimientos ambivalentes y diferentes grados de insatisfacción corporal. En general, las participantes sobrevaloran la importancia del aspecto físico y, específicamente, la delgadez es considerada signo de atractivo, éxito y perfección; prototipo estético que favorece la insatisfacción corporal. Los parámetros socioculturales percibidos como más influyentes fueron los medios masivos de comunicación, especialmente las redes sociales digitales, que superan a los pares y a la familia. Se concluye que el fortalecimiento de la capacidad de juicio crítico para discernir entre los ideales corporales y los cuerpos reales podría favorecer la prevención de problemas alimentarios en las mujeres adolescentes.

© 2016 Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Introducción

La noción de imagen corporal nace a partir de la idea de constitución de la corporalidad (Schilder, 1935). El cuerpo representa tanto la personalidad como el orden social, operando como instrumento simbólico que comunica sobre la cultura, sus normas y sus límites. Se evidencia la inestabilidad sociocultural en condiciones inciertas para una construcción identitaria saludable pues, culturalmente mediada, la corporalidad expresa la presión social que soporta (Behar y Arancibia, 2015a; Douglas, 1988). Así, la imagen corporal configuraría la representación y la vivencia corporal que cada individuo construye mentalmente (Salaberría, Rodríguez y Cruz, 2007), una estructuración global y múltiple, conformada por percepciones, sentimientos y actitudes que el sujeto ha elaborado a partir de sus experiencias.

La sociedad actual transmite modelos de perfección corporal mediante la presión ejercida por los medios de comunicación, la publicidad y el fenómeno de la imitación (Salazar, 2007), que promueven la adopción de actitudes que son legitimadas por individuos que representan figuras de respeto (Lieberman, Gauvin, Bukowski y White, 2001), cánones que son particularmente interiorizados por los adolescentes, sobre todo mujeres, y por aquellos individuos con sobrepeso u obesidad (Saucedo-Molina y Unikel, 2010), lo que implica un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones de la imagen corporal (Vaquero, Alacid, Mullor y Lopez-Miñarro, 2013).

Hoy por hoy, el mundo occidental se orienta a un modelo estético corporal representado por un cuerpo esbelto, cuya existencia supone una presión significativa sobre las adolescentes, quienes se encuentran en el período de integración de la imagen corporal, la adquisición de autoestima y la correspondencia grupal (Salazar, 2007, 2008), debido a que en esta etapa la presión e influencia de los padres, y particularmente de los pares, es relevante (Pedersen, Gronhøj y

Thogersen, 2015), lo que puede generar un fuerte impacto en la emergencia de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) (Forney y Ward, 2013; Michael et al., 2014; Shoemaker y Furman, 2009). Esto es reforzado por Forney y Ward, quienes observaron que existe una estrecha relación entre la insatisfacción corporal, la presión social por alcanzar una silueta delgada, la alimentación poco saludable y el surgimiento de TCA. Además, la imagen corporal se vincula con atractivo físico, obtención de mayor placer, éxito, adquisición de amistades y felicidad, en un contexto que estigmatiza al sobrepeso y la obesidad (Esnalao, 2005). Muchos adolescentes no están satisfechos con sus cuerpos, lo que conlleva constantes fluctuaciones ponderales y depresión, conducentes a obesidad o a TCA (Michael et al., 2014; Verstuyf, van Petegem, Vansteenkiste, Soenens y Boone, 2014). La adopción del ideal corporal de delgadez trastoca la construcción de la identidad individual; así, jóvenes más orientados y sensibles a las expectativas sociales y las metas extrínsecas serán más proclives a adoptar, rígida e irreflexivamente, perspectivas ligadas a su apariencia y atractivo físico, con un correlato alimentario restrictivo (Michael et al., 2014; Verstuyf et al., 2014). Contrariamente, quienes adoptan una postura más abierta e introspectiva exhiben una cierta lejanía del ideal corporal «perfecto», lo que sería un factor protector ante comportamientos alimentarios de riesgo (e.g., atracones, sensación de pérdida de control al comer, dietas restrictivas, ayuno, ejercicio físico excesivo, abuso de laxantes, diuréticos y anfetaminas) (Unikel et al., 2000), pues pese a que valoran la importancia del atractivo físico, podrían mostrar posiciones más independientes acerca de él, resultando en estándares más saludables y realistas sobre la corporalidad (Verstuyf et al., 2014).

En el presente, un rol significativo han ocupado los medios masivos de comunicación, representados esencialmente por Internet y las redes sociales, debido a la

Tabla 1 Caracterización de las participantes

ID	Edad	Vive con...	Peso (kg)	Talla (m)	IMC
1	18	Ambos padres	55	1.60	21.5
2	17	Mamá, tías y abuelas	61	1.60	23.8
3	16	Ambos padres	55	1.72	18.6
4	17	Mamá y hermana	54.5	1.63	20.5
5	17	Padres y hermanos	54	1.60	21.1

ID: número de identidad; IMC: índice de masa corporal.

vertiginosa y vasta difusión de patrones y conductas valoradas como positivas, por ser consideradas equivalentes de éxito, belleza, atractivo, inteligencia y salud, que impactan mayormente a aquellas poblaciones vulnerables a la definición externa de las presiones socioculturales. Específicamente, se ha constatado que, por ejemplo, el uso de Internet provoca un aumento en la insatisfacción corporal en ambos sexos, principalmente a través de los sitios «pro-Ana» y «pro-Mia» (Behar, Gramegna y Arancibia, 2014; Cruzat, Haemmerli, Díaz, Pérez y Goffard, 2012; Cruzat, Pérez et al., 2012; de Vries, Peter, de Graaf y Nikken, 2016). Por su parte, la interiorización de los ideales de perfección y delgadez, como criterios de satisfacción con la imagen corporal, se consideran potenciales factores de riesgo para alteraciones en la imagen corporal (Vaquero et al., 2013). Algunos autores plantean que los factores socioculturales especialmente aumentan las preocupaciones sobre la imagen corporal y la alimentación durante la adolescencia temprana, por lo que proponen que las intervenciones preventivas deben implementarse a estas edades (Rodgers, McLean, Marques, Dunstan y Paxton, 2015). En este sentido, Kamps y Berman (2011) señalan que hombres y mujeres jóvenes dan gran importancia a la apariencia física, y reportan mayores niveles de insatisfacción en comparación con la población adulta, por lo que, en ambos sexos, el desarrollo y la configuración de la imagen corporal es una tarea psicológica importante durante la adolescencia (Domenech, Rey y de la Fuente, 2010). Según Cash y Smolak (2011), la población más vulnerable a las presiones sociales para ser delgado son las mujeres adolescentes, lo que las configura como un grupo prioritario en los lineamientos hacia la prevención.

Considerando lo anterior, el objetivo de esta investigación fue analizar, desde la perspectiva de mujeres adolescentes, la influencia de los factores socioculturales en la imagen corporal, en la relevancia asignada y en el nivel de satisfacción con respecto a ella.

Método

Diseño

El presente estudio se basó en un enfoque cualitativo que busca comprender la vivencia de las participantes. El alcance es exploratorio y descriptivo, porque permite caracterizar la experiencia de ellas desde su propia perspectiva. El estudio se basó en la teoría fundamentada, asentada en el interaccionismo simbólico, que determina los significados experienciales por medio de la propuesta conceptual e

hipotética desprendida directamente de los datos, y no de supuestos *a priori* (Rodríguez, Gil y García, 1996).

Participantes y estrategia de muestreo

Participaron cinco estudiantes mujeres, de entre 16 y 18 años de edad, cuyo nivel socioeconómico era medio-alto (tabla 1), ya que fueron reclutadas de colegios particulares de nivel socioeconómico alto de la ciudad de Santiago de Chile. La selección de las participantes fue intencionada, basada en los siguientes criterios de inclusión: adolescentes, mujeres y con 15-18 años de edad. Se excluyó, por medio del autorreporte, a aquellas que presentaran un índice de masa corporal superior o inferior al normal, y un diagnóstico previo o actual de TCA, de acuerdo con el *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* en su quinta versión (American Psychiatric Association, 2013). Lo anterior, como una forma de homogeneizar las características de las participantes, intentar apartar las alteraciones de la imagen corporal que se producen en los TCA y evaluar directamente en adolescentes *no clínicas* cómo afectan las influencias sociales. Se reclutó a las participantes a través de la técnica de «bola de nieve» y, previamente a las entrevistas, se estableció contacto con ellas para garantizar el cumplimiento de los criterios de inclusión.

Técnicas de recolección de datos

Para acceder a la vivencia y comprender la perspectiva de las participantes, se efectuaron entrevistas a profundidad (Krause, 1995). Las entrevistas cualitativas son dinámicas, flexibles, no directivas y abiertas. Corresponden a encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen estos respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal y como las expresan con sus propias palabras (Taylor y Bogdan, 1998). Se llevó a cabo un encuentro con cada participante, con una duración aproximada de una hora. Las entrevistas fueron grabadas en audio y transcritas íntegramente. Algunas de las preguntas realizadas fueron: ¿Cómo te sientes contigo misma y con tu cuerpo?, ¿cómo impacta esto en tu vida?, ¿cuáles crees que son las imágenes femeninas que se muestran a través de Internet y los medios masivos de comunicación?, ¿cuáles crees tú que son los valores que dichas imágenes transmiten?, ¿cuál sientes que es el rol que le otorgan tu colegio/familia/pares al cuidado del cuerpo?, y ¿qué tan importante es para ti la opinión de tus amigos/familia sobre tu cuerpo?

Modelo y plan de análisis

Los datos fueron explorados desde un punto de vista descriptivo, que consiste en un proceso inductivo que construye categorías generales a partir de datos particulares, con codificación abierta, etiquetando el significado de la información y categorizándolo jerárquicamente (Krause, 1998). Para el análisis, se utilizó triangulación de investigadores (Krause, 1995), de modo que paralelamente cinco miembros del equipo codificaron la información para finalmente consensuar las categorías y subcategorías que emergían de los datos. Con relación a los aspectos éticos, la participación fue voluntaria, anónima y confidencial. Tanto las participantes como el adulto responsable firmaron un consentimiento informado, en donde se explicaban los objetivos del estudio, los posibles riesgos y beneficios, y los datos de contacto en caso de requerir mayor información.

Resultados

A continuación se describirán las categorías y subcategorías surgidas del análisis descriptivo proveniente de la codificación abierta de las entrevistas realizadas a las cinco participantes.

Experiencia de la imagen corporal

Las entrevistadas refieren su vivencia a partir de los afectos que esta les provoca, de cuán atractivas se consideran con relación al sexo opuesto y respecto a la salud.

Referente a los afectos, las participantes informan la coexistencia de emociones negativas y positivas, esencialmente ambivalentes, hacia su cuerpo; vale decir que en primera instancia afirman sentirse bien, sin embargo aparecen ciertos grados de disconformidad, con la mención de dimensiones corporales que cambiarían para sentirse mejor.

«Me siento bien, cómoda, bonita, femenina, plena... estoy conforme con mi cuerpo, pero hay detalles que me gustaría mejorar; por ejemplo, tonificar más los abdominales, que mis piernas fueran más delgadas, que crecieran un poco más los senos... pero tengo que conformarme con lo que tengo...». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 4).

«Me siento usualmente bien, pero siempre tiendo a dejarme llevar por el tema de que mis compañeras son rubias, de que son lindas, de que son regias [estupendas]... y es como un estereotipo que la mayoría de mis compañeras, y mucha gente que conozco, lo encuentra... el prototipo perfecto: que tiene ojos claros, que es "pechugona" [de grandes senos], que no sé qué [...]. También les gusta mucho el tema de la mujer "90-60-90"». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 9).

«Me gusta como soy, pero creo que debería ser más segura de mí misma... y, si puedo bajar unos kilitos, sería bacán [perfecto]». (Entrevista 5, 17 años, párrafo 27).

Por otro lado, algunas entrevistadas asocian su vivencia de la imagen corporal a emociones negativas referidas a un sentimiento de disconformidad, disgusto y baja autoestima frente al propio cuerpo, expresándose por una acentuada

sensibilidad hacia la opinión y crítica del otro, y una sobrevaloración de la importancia de la apariencia física. En este sentido, es destacable el hecho de que ninguna de las entrevistadas manifestó juicios totalmente positivos hacia su cuerpo.

«Yo nunca he tenido una buena autoestima, a mí nunca me ha gustado mi cuerpo [...] Pero yo creo que todos los factores que me rodean han hecho que yo no me sienta muy agradable conmigo misma [...] yo me siento muy gorda y, cuando voy a ver ropa, y veo algo que a mí me gusta... y no me cabe, me pregunto por qué me pasa esto». (Entrevista 1, 18 años, párrafos 1 y 2).

«Yo creo que siempre uno le va a dar importancia al cuerpo... siempre aparece el "¡oh, qué regia [estupenda] ella, cómo lo hace, me gustaría ser como ella!", y muchas veces uno trabaja para eso. Generalmente eso me pasa, me restrinjo a veces con algunas comidas, porque digo no... ya estás gorda». (Entrevista 3, 16 años, párrafo 16).

En cuanto a sentirse atractivas para el sexo opuesto, las adolescentes presentan ciertas creencias acerca de la silueta corporal que asocian a marcados estereotipos sobre la figura física (e. g., delgadez, ojos claros, cabello rubio), fuertemente homologables al prestigio social. De hecho, equiparan la delgadez a atractivo físico, perfección y éxito, particularmente frente al sexo contrario, pues consideran como primordial ser atractivas para los hombres.

«Pienso que estamos más preocupadas del físico... sobre todo por la pubertad, donde se intenta llamar la atención a través de él. A mí ya me da lo mismo, pero hay compañeras que siguen igual, con la creencia de la imagen física... de que si yo engordo no le va a gustar a mi pololo [novio], y si no tengo pololo, no me van a pescar [tomar en cuenta]». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 23).

«La sociedad dice: "oye, si engordas un poquito más no te van a pescar en la fiesta... tu imagen no está siendo llamativa para los hombres y no te van a mirar"». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 17).

[Hablando acerca de estereotipos impuestos por la sociedad] «Sí, quizás un poco por los hombres, que según ellos tenemos que ser flacas, altas, piernas largas, pelo liso, largo, ojos celestes o verdes... cosas así. Hay un estereotipo formado que deja de lado, por ejemplo, a las más morenas, o al pelo más oscuro». (Entrevista 5, 17 años, párrafo 37).

«A mi edad ya no se fijan tanto, pero tenemos confianza en decirnos las cosas [entre amigas]. Pero está la opinión de la sociedad, que dice que si engordas un poco, no se van a fijar en ti en la fiesta... tu imagen no está siendo llamativa para los hombres». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 32).

Desde su discurso, también se deduce un reconocimiento a la importancia de la salud; sin embargo, según su perspectiva, los patrones de delgadez favorecerían aspectos más bien perjudiciales.

«Yo creo que es más cuidar mi salud, a mí por lo menos me importa mucho mi salud [...] Trato de que si un día

como cosas que me hacen mal, los otros tres días comer cosas que no me hagan mal [...] para compensar». (Entrevista 3, 16 años, párrafo 62).

«...en verdad no es que sea importante ser flaca... es importante cuidar de tu salud... Lamentablemente, hoy en día la obesidad hace pésimo para la salud. Que el colesterol, las grasas saturadas en la sangre, el metabolismo, el tema hormonal, el tema cardíaco más que nada también [...] el tema es cuidar tu salud, estar bien contigo misma, cuidar tu forma de alimentarte, las horas de las comidas.. Eso también se repite mucho: "para ser flaca tienes que hacer esto..." ¡No! Es el hecho de cuidar tu salud, y yo estoy de acuerdo con eso... no es que estar flaca está bien. ¡Yo soy más gordita, pero estoy bien... me quiero a mí misma, estoy bien!.. No, pero es que tú tienes que estar flaca... No, yo estoy bien, es mi decisión, yo me quiero a mí misma... ¿entiendes?». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 61).

Factores socioculturales que se perciben como influyentes

En esta categoría se encuentran relatos que engloban diversas dimensiones que repercuten de manera gravitante, como los medios de comunicación, los pares y la familia. Entre los primeros, las entrevistadas consideran como más importantes a la televisión, la publicidad y las redes sociales, como Instagram y Facebook, fuentes en las que, desde su visión, se divulga una imagen corporal femenina sobrevalorada. Sin embargo, aparece un cierto grado de conciencia acerca de los estereotipos impuestos, al considerarlos como no representativos de la realidad. De esta manera, el deseo por adecuarse a estos modelos no parece tan intenso.

«...la tele, las redes sociales, las revistas, todo... es fuerte, porque pueden llegar a modificar el comportamiento de una persona, solo por llegar a ser parte de algo que quizás no es real, que es como un estereotipo que se cree perfecto, pero que al fin y al cabo no lo es, porque todos somos distintos en todo sentido». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 12).

«(...) nos hemos influenciado por los estereotipos que aparecen en los medios de comunicación, que nos llegan mucho... y nos sentimos muy identificados. En el trayecto de los años nos hacen sentir disgustados con nosotros mismos... por como somos». (Entrevista 1, 18 años, párrafo 6).

«Por lo que yo veo, las modelos de pasarela son muy flacas... algunas tienen bulimia y enfermedades alimenticias. Si uno investiga, descubre que ser flacas como ellas no es la gran cosa; o sea, ellas pueden tener la autoestima más baja que nosotras, pero al momento de verlas en una revista no piensas en eso, sino que piensas en "¡oh, qué flaca!... ¡oh, qué regia [estupenda]!", y es porque esos son los estereotipos que nos enseñaron... ser flaca, ser aquí, ser allá... me gustaría tener los ojos azules, porque son bacanes [perfectos]... me gustaría ser rubia, porque son más bacanes». (Entrevista 1, 18 años, párrafo 19).

«En los medios de comunicación se muestran muchos estereotipos. Si ves a una modelo alta, flaca, rubia y con

muchos abdominales, vas a querer ser como ella... y vas a tratar, pero es imposible, porque cada uno tiene un cuerpo distinto». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 18).

«Son muy pocas las personas que muestran en los medios de comunicación masivos... así como gorditas, o de otras etnias... las intentan ocultar mostrando al final la perfección en el prototipo de mujer flaca, lo que al final no es cercano a la realidad, no refleja a los chilenos...». (Entrevista 3, 16 años, párrafo 11).

«En Instagram igual se ven estas cosas, siempre está la galla [mujer] "fitness", o en las páginas típicas de zapatos siempre suben a una flaca... no van a poner a una gordita. Ahí uno se empieza a comparar, y al final, para comprarse esa ropa, tienes que ser flaca. Por eso uno siempre quiere llegar a esa meta de estar "fitness", flaca... y se dejan llevar». (Entrevista 5, 17 años, párrafo 18).

Los pares son catalogados como relevantes, y llegan a reafirmar o modificar la percepción que las entrevistadas poseen de sí mismas. Es patente la importancia que se les asigna a los comentarios de terceros sobre su apariencia, probablemente debido a su cercanía empática e influencia externa, por lo que son considerados como directos y sinceros.

«...si me dicen, por ejemplo, que una prenda no me queda bien, les voy a creer, yo sé que ellas no me van a mentir [...] Los comentarios de mis amigas los tomo para bien». (Entrevista 5, 17 años, párrafo 44).

«...la opinión de tus papás o de tus amigos más cercanos que te conocen mejor son las que más afectan. Si me dice algo alguien de la calle, igual me puede afectar, pero... ¿por qué se mete él en mi vida? Pero si te lo dice la persona que de verdad te conoce, yo creo que "te llega" [lo sientes] mucho más, y uno también lo toma mucho más en cuenta». (Entrevistada 3, 16 años, párrafo 51).

«...uno hace su esfuerzo para que a los demás les guste cómo te ves. Los demás siempre quieren... o buscan verte de una forma, y no como una se siente cómoda; por ejemplo, los compañeros rechazan a la gordita, o por el color de pelo...». (Entrevistada 3, 16 años, párrafo 53).

«...sí nos afecta, como mujeres sí. Y siento que a los hombres igual. Por el tema de tengo que ser musculoso, tengo que ser moreno, tengo que ser alto, tengo que ser genial, tengo que ser zorrón [popular], y tengo que vestirme de esta manera. Entonces igual, el tema de cómo la sociedad se maneja, de cómo nos construyen como persona, cómo nos modifican...». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 11).

«A nivel de mujeres y hombres... porque salen, no sé, modelos *Calvin Klein* llenos de "calugas" [músculos abdominal prominentes]... Mi mejor amigo, por ejemplo, tiene una autoestima supernormal, pero él dice que le afecta todo este tema, porque una niña que le gustaba le dice que no, porque no es como lo que ella pensaba... que no lo va a pescar [tomar en cuenta], porque él no es de esta manera... bueno, él es rubio, pero es supernormal... no es de ojos claros, ni zorrón». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 14).

Aflora en las adolescentes una comparación entre la propia apariencia y la de sus amistades, lo que trae consigo una competencia implícita, en el sentido de quién es más atractiva y socialmente deseable.

«...la XXX no sé cómo hizo eso, no sé... fue al doctor y está tomando algo, y no come... Yo creo que se esfuerza... el tema es ser cínica... después llegaba la otra amiga: "¡Ay, hola XXX... cómo estás amiga!"... entonces ¿qué es eso? Es el hecho de criticar a una persona, pero sin querer hacerlo, es como no poder enfrentarte a lo que realmente quieres hacer. Es como que la envidia, miedo, orgullo, estereotipo... todo está entremedio. Entonces... ¿por qué no soy linda? ¿por qué ella es más linda que yo?... eso es como lo que entra en la mente... es que soy fea, soy muy gorda, que soy muy flaca... ¡pucha, eres así, saliste así, y deberías estar conforme, y trabajar para tu cuerpo... y que tú también estés bien! No ir y criticar a otra persona, o dejarte llevar por una corriente social... hacer las cosas por ti misma también... quererte a ti mismo. El hecho de dejarte llevar por otro es lastimarte a ti mismo...». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 17).

«...me comparaba mucho con mis amigas, y me bajo-neaba [entrístecía] mucho». (Entrevista 5, 17 años, párrafo 1).

«Hay competencia en alcanzar el peso o figura ideal; por ejemplo, tengo una compañera que dejó de comer, porque se encontraba la más gorda del grupo». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 20).

«A esta edad, a una le gustaría estar con alguien para sentirse bien. Pero las otras [las más populares] nos sacan en cara que ellas salen y se juntan con los hombres, todas son lindas y delgadas, ninguna es gordita. Ellas son perfectas, por decirlo de alguna forma». (Entrevista 1, 18 años, párrafo 7).

Con relación a la familia, relatan que en esta se despliega una dinámica que enfatiza enseñanzas enfocadas en una vida saludable para prevenir enfermedades (e. g., alimentación equilibrada, práctica deportiva, mantenimiento de un peso adecuado), priorizando la salud por sobre lo estético. Asimismo, mientras las participantes le atribuyen gran relevancia a la opinión de sus progenitores acerca de su apariencia, sigue siendo mayor la influencia de los pares en temáticas afines.

«La verdad es que mi familia en ese sentido es superrelajada. A mi mamá y a mi papá no les importa cómo me veo estéticamente, les importa más la salud. Mi abuela paterna murió por diabetes, mi tía paterna tiene problemas con la insulina, mi papá con el colesterol... y se está cuidando». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 31).

[Acerca de la influencia de la madre] «Tiene influencia en mí, pero nunca le he contado lo de la autoestima baja, lo hablo más con mis amigas...». (Entrevista 5, 17 años, párrafo 17).

«Pienso que más allá de estar flaca, es importante que esté dentro de mi peso natural. Mis papás también me dicen que es para prevenir enfermedades a largo plazo,

por lo que es preferible ser saludable, hacer deporte y alimentarse bien». (Entrevista 2, 17 años, párrafo 15).

«Sinceramente, mi madre me decía de repente "¡ay... estás gorda!", y yo respondía "¿qué?... ¡no estoy gorda!"... pero mi papá igual me decía "¡ya, pero igual tienes un rollito!"... mi papá es como más sutil para decir las cosas, entonces ahí me motivaba más a hacer ejercicio, porque yo hacía mucho atletismo desde chica... había tiempos en que no hacía nada... y ahí salían con el rollito... y eso influye en mi autoestima, en cómo yo veo a los demás... soy gorda, tengo que estar así... eso también ayuda... que yo me deje influenciar por los estereotipos: "no estás bien... no, si te ves muy bien..." eso también te ayuda a tener amor por ti misma. Decir como "¡oh, estoy bien!" ayuda mucho a la gente a darse cuenta de las cosas, como... tengo que quererme más a mí misma...». (Entrevista 4, 17 años, párrafo 57).

Discusión

A partir de los resultados descritos anteriormente, y con relación a los componentes socioculturales de la imagen corporal, se puede inferir que los principales fueron los medios masivos de comunicación, que portan y construyen cánones de belleza; las amistades, con quienes las adolescentes se comparan frecuentemente, esperan ser atractivas para el sexo opuesto, y son de quienes ponderan mayormente su dictamen; y la familia, que valora la imagen corporal desde el sentido de la salud. De esta manera, a mayor influjo de estos parámetros, más elevados los niveles de insatisfacción corporal, con el riesgo correspondiente de adoptar conductas alimentarias alteradas. Desde el análisis de los datos, no surgieron como determinantes de la percepción de la imagen corporal la idiosincrasia nacional ni la escuela, pues si bien tácitamente la identidad chilena estaría ligada a los medios de comunicación, no tendría incidencia por sí misma.

Un sentimiento de ambivalencia se logra rescatar del análisis del discurso de las adolescentes entrevistadas, ya que se sienten conformes con su cuerpo, aunque a la vez muestran una constante inseguridad, producto de las variables mencionadas, lo que favorece la aparición de desánimo y angustia. Simultáneamente, se observa un discurso subyacente que permite entrever una idealización de la silueta corporal deseada, delgada, en tanto el logro ambicionado que posibilitaría mayor aceptación social y popularidad principalmente con el sexo opuesto.

Los principales hallazgos de esta investigación dan cuenta de la existencia de una sobrevaloración del aspecto físico y de un ideal de delgadez, reforzado por la influencia de los medios masivos de comunicación, la familia y los pares. En primera instancia, el influjo de los medios masivos de comunicación en la interiorización del prototipo de delgadez, o el grado en que un individuo se involucra cognitiva y afectivamente con los paradigmas de atractivo socialmente prescritos, con conductas orientadas hacia la aproximación de este ideal, está en intrínseco vínculo con la penetración social lograda y la importancia asignada por los adolescentes; además, la exposición repetida a los contenidos de los medios conduce a aceptar las representaciones de mujeres y hombres como muestras de la realidad, normativas y deseables (Grabe, Ward y Hyde, 2008), y se llega a considerar a

los medios de comunicación el principal vehículo de difusión de aspiraciones estéticas inalcanzables (Plaza, 2010). Lo anterior concuerda con lo planteado por Salazar (2008) acerca del modelo de belleza materializado por un cuerpo esbelto, presente en la sociedad actual, lo que representa un imperativo estético que pasa a formar parte del sistema de creencias del individuo, y tras el cual habita una maquinaria comercial, publicitaria y mediática (Ventura, 2000).

Si bien transcultural y transhistóricamente se han erigido procesos en torno al cambio corporal, es aparentemente en la contemporaneidad en donde se ha exaltado, como nunca antes, la definición del atractivo sociosexual a través de las dimensiones corporales (Toro, 1996), las que a su vez detentan un trasfondo psicológico del individuo de ser «varón» o «mujer», con las conductas sociales que son aceptadas pluralmente como «masculinas» o «femeninas». Sin embargo, las adolescentes participantes reconocen la existencia de una «falsa belleza» impuesta desde el exterior. Situación que si bien podría catalogarse como un cierto grado de consciencia, incluso como factor protector, conduce de igual manera a una discrepancia entre el cuerpo ideal y el real, facilitando la aparición de conductas alimentarias de riesgo en la persecución del estereotipo corporal profundamente anhelado (Forney y Ward, 2013; Michael et al., 2014; Shoemaker y Furman, 2009; Verstuyf et al., 2014). En los casos presentados no se verifican comportamientos alimentarios patológicos, probablemente por la egodistonia constatada en estas jóvenes, la que, por una parte, conlleva una cierta comprensión crítica de sus vivencias y, por otra, se contrapone a la persistente lucha por obtener la belleza virtuosa prototípica. No obstante, las participantes se encuentran en un estrato evolutivo de gran vulnerabilidad para desarrollar, bajo ciertas circunstancias favorecedoras, un TCA.

En lo concerniente a la familia, los resultados expuestos son compatibles con lo señalado por Michael et al. (2014) y Pedersen et al. (2015), quienes postulan que aun cuando esta deja de ser el núcleo dispensador de sentido durante la adolescencia, puede continuar influyendo notoriamente. Por otra parte, la adolescencia es reflejo de un conjunto de cambios psicofisiológicos en el contexto de un proceso de negociación entre los ideales socioculturales y la experiencia individual (Huertas y França, 2001), lo que puede traducir una sensación de gran descontrol interno. En esta dirección, nuevamente los medios masivos de comunicación tienen un rol central, pues no solo son los responsables de la homogenización de la información y la transmisión de valores comunes, con la consecuente aculturación occidental, sino también de la transmisión, a través de las distintas extracciones socioeconómicas, de enfermedades alimentarias como la anorexia y la bulimia nerviosa, trastornos que antes se creían concentrados en los estratos económicos más elevados (Toro, 1996), como es el caso de la población analizada en este estudio.

Diversos investigadores han clasificado los trastornos vinculados con la imagen corporal como síndromes ligados a la cultura (Behar, 2010a,b). Al respecto, es necesario precisar que, desde la perspectiva de género, la identidad masculina se construye a partir de los hitos de su historia personal, mientras que la femenina queda mejor definida desde la percepción corporal, que prepondera sobre los hechos de su propia biografía (Ventura, 2000). Esto configura una relación hombre-mujer en la que generalmente esta

última queda relegada como objeto sexual pasivo del primero, quien ocupa el lugar activo y dinámico entregado por la masculinidad, asociado a la sociabilización en la acción, más que a la apariencia de la silueta corporal. Así, la construcción social del 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» (de Beauvoir, 2015, p. 207).

De la evidencia presente se desprende una competencia tácita entre pares, mediada por la comparación de la complexión enfocada en la deseabilidad social. Así, Jones y Crawford (2006) aseveran que la comparación social fluctúa significativamente en función del índice de masa corporal: quienes presentaban un índice mayor al promedio, se asociaban a mayor contrastación entre pares, con lo que nacen conceptos como el de la «cultura de apariencia entre pares», que se forjaría en la relación entre coetáneos, gobernada por normas y expectativas que se modelan y refuerzan, y configuran las actitudes adoptadas hacia el cuerpo propio y el ajeno. Esto se materializa en la inversión de tiempo en tópicos relativos a la apariencia física, que explicitan los estándares esperados/aceptados, lo que repercute en la satisfacción corporal de los integrantes del grupo y, con ellos, en la definición de patrones alimentarios (Lawler y Nixon, 2010; Saffon y Saldarriaga, 2014).

Es de resaltar que debido fundamentalmente a la metodología aplicada, esta investigación permite enriquecer la visión del fenómeno estudiado, en la medida en que da cuenta de la propia vivencia de las adolescentes que conforman esta muestra no clínica. Lo anterior con el fin de no imprimirle un sello desde lo «patológico», como más tradicionalmente se ha hecho, sino más bien desde una visión con lineamientos en lo preventivo. No obstante, entre las limitaciones de esta investigación, se debe considerar la exclusiva participación de un sector etario y socioeconómico, así como el autorreporte de algunas características de las participantes. Además, en futuras exploraciones, sería importante incluir participantes de ambos sexos con edades que representen diversos momentos dentro de la adolescencia y diferentes condiciones de peso corporal, triangulando con entrevistas a padres o hermanos, así como integrar la apreciación de grupos clínicos en contraste con la de controles de la población general. Puesto que se trata de una exploración que implica influencias socioculturales sobre la imagen corporal en adolescentes, también sería deseable integrar otras idiosincrasias culturales latinoamericanas.

La sobrevaloración de la delgadez, dada por el grado de penetración que tienen los paradigmas femeninos de belleza, la variable capacidad crítica durante la integración de la imagen corporal, la discordancia entre el cuerpo real y el ideal, la necesidad de recuperar el control vital por medio de la manipulación de la propia apariencia y el imperativo masculino que relega la definición femenina a la mera referencia corporal son factores que favorecen el desarrollo de conductas alimentarias alteradas. Si bien en la actualidad los hombres también viven la presión de alcanzar una figura corporal determinada como ideal, es decir, también sufren la objetivación del cuerpo, parece ser que los adolescentes varones tienden a estar más preocupados por su musculatura y su fuerza física, tienden a enfatizar la competencia

entre pares, y se focalizan más en los aspectos positivos de su imagen corporal. Aparentemente, el desarrollo tardío de la adolescencia en los hombres hace que los problemas que estos puedan presentar, con relación a su imagen corporal, también sean más tardíos (Behar y Arancibia, 2015b; Ricciardelli y McCabe, 2011).

Finalmente, la intervención con relación al desarrollo de un TCA debe surgir tempranamente y, de modo preventivo, es imprescindible el desarrollo de mayor investigación en muestras no clínicas y en riesgo potencial.

Responsabilidades éticas

Protección de personas y animales. Los autores declaran que para esta investigación no se han realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

Confidencialidad de los datos. Los autores declaran que han seguido los protocolos de su centro de trabajo sobre la publicación de datos de pacientes.

Derecho a la privacidad y consentimiento informado. Los autores han obtenido el consentimiento informado de los pacientes o sujetos referidos en el artículo. Este documento obra en poder del autor de correspondencia.

Financiación

Ninguna.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Referencias

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Behar, R. (2010a). La imagen corporal en los trastornos alimentarios: Evaluación y aspectos clínicos. En R. Behar y G. Figueroa (Eds.), *Trastornos de la conducta alimentaria* (pp. 191–207). Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Behar, R. (2010b). Corporalidad, sociedad y cultura en la etiopatogenia de las patologías alimentarias. En R. Behar y G. Figueroa (Eds.), *Trastornos de la conducta alimentaria* (pp. 75–94). Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Behar, R. y Arancibia, M. (2015a). Ascetismo y espiritualidad en la anorexia nerviosa: Un análisis psicosocial histórico. *Salud Mental*, 38(3), 225–232.
- Behar, R. y Arancibia, M. (2015b). Trastornos de la imagen corporal: Anorexia nerviosa versus anorexia inversa (trastorno dismórfico muscular). *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6(2), 121–128.
- Behar, R., Gramegna, G. y Arancibia, M. (2014). Perfeccionismo e insatisfacción corporal en los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 52(2), 103–114.
- Cash, T. F. y Smolak, L. (2011). Understanding body image: Historical and contemporary perspectives. En T. Cash y L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 3–11). London: Guilford Press.
- Cruzat, C., Haemmerli, C., Díaz, M., Pérez, C. y Goffard, J. P. (2012). Sitios pro-ana y pro-mia: Una aproximación reflexiva ante este fenómeno. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(2), 129–138.
- Cruzat, C., Pérez, C., Díaz, M., Cerda, R., Goffard, J. P., Arcas, R., et al. (2012). Función social de foros de internet en castellano pro-anorexia y pro-bulimia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(2), 139–148.
- De Beauvoir, S. (2015). *El segundo sexo* (décima edición). Buenos Aires: Debolsillo.
- De Vries, D., Peter, J., de Graaf, H. y Nikken, P. (2016). Adolescents social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224.
- Domenech, E., Rey, F. y de la Fuente, J. E. (2010). Desarrollo evolutivo normal. En C. Soutullo y M. J. Mardomingo (Eds.), *Manual de psiquiatría del niño y del adolescente* (pp. 37–54). Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Douglas, M. (1988). *Símbolos naturales: Exploraciones en cosmología*. Madrid: Alianza.
- Eснаоla, I. (2005). Imagen corporal y modelos estéticos corporales en la adolescencia y la juventud. *Análisis y Modificación de Conducta*, 31(135), 5–22.
- Forney, K. y Ward, R. (2013). Examining the moderating role of social norms between body dissatisfaction and disordered eating in college students. *Eating Behavior*, 14(1), 73–78.
- Grabe, S., Ward, L. y Hyde, J. (2008). Role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460–476.
- Huertas, A. y França, M. (2001). El espectador adolescente: Una aproximación a cómo contribuye la televisión en la construcción del yo. *Zer*, 6(11), 331–350.
- Jones, D. y Crawford, J. (2006). The peer appearance culture during adolescence: Gender and body mass variations. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 243–255.
- Kamps, C. L. y Berman, S. L. (2011). Body image and identity formation: The role of identity distress. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 43(2), 267–277.
- Krause, M. (1995). La investigación cualitativa: Un campo de posibilidades y desafíos. *Revista Temas de Educación*, 7(7), 19–40.
- Krause, M. (1998). *La reconstrucción de la estructura interna de las representaciones sociales a través de un análisis cualitativo y relacional*. Cuarta Conferencia Internacional sobre Representaciones Sociales. Ciudad de México: Documento no publicado.
- Lawler, M. y Nixon, E. (2010). Body dissatisfaction among adolescent boys and girls: The effects of body mass, peer appearance culture and internalization of appearance ideals. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(1), 59–71.
- Lieberman, M., Gauvin, L., Bukowskic, W. y White, D. (2001). Interpersonal influence and disordered eating behaviors in adolescent girls: The role of peer modeling, social reinforcement, and body-related teasing. *Eating Behaviors*, 2(3), 215–236.
- Michael, S., Wentzel, K., Elliot, M., Dittus, P., Kanouse, D., Wallander, J., et al. (2014). Parental and peer factors associated with body image discrepancy among fifth-grade boys and girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(1), 15–29.
- Pedersen, S., Gronhoj, A. y Thogersen, J. (2015). Following family or friends: Social norms in adolescent healthy eating. *Appetite*, 86(1), 54–60.
- Plaza, J. (2010). Medios de comunicación, anorexia y bulimia. La difusión mediática del «anhelo de delgadez»: Un análisis con perspectiva de género. *Ícono: Revista de Comunicación y Nuevas Tecnologías*, 8(14), 62–83.
- Ricciardelli, L. A. y McCabe, M. P. (2011). Body image development in adolescents boys. En T. F. Cash y L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 85–92). Londres: Guilford Press.

- Rodgers, R., McLean, S., Marques, M., Dunstan, C. y Paxton, S. (2016). Trajectories of body dissatisfaction and dietary restriction in early adolescent girls: A latent class growth analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(8), 1664–1677.
- Rodríguez, G., Gil, J. y García, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Aljibe.
- Saffon, S. y Saldarriaga, L. (2014). La internalización del ideal de delgadez: Factor de riesgo de alteraciones de la imagen corporal y los hábitos de alimentación, generado por la influencia de pares. *Revista de Psicología de la Universidad de Antioquia*, 6(1), 75–90.
- Salaberria, K., Rodríguez, S. y Cruz, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Osasunaz*, 8(2), 171–183.
- Salazar, Z. (2007). Imagen corporal femenina y publicidad en revistas. *Revista de Ciencias Sociales*, 2(116), 71–85.
- Salazar, Z. (2008). Adolescencia e imagen corporal en la época de la delgadez. *Revista Reflexiones*, 87(2), 67–80.
- Saucedo-Molina, T. y Unikel, C. (2010). Conductas alimentarias de riesgo, interiorización del ideal estético de delgadez e índice de masa corporal en estudiantes hidalguenses de preparatoria y licenciatura de una institución privada. *Salud Mental*, 33(1), 11–19.
- Schilder, P. (1935). *The image and appearance of the human body*. Oxford: Kegan Paul.
- Shoemaker, L. y Furman, W. (2009). Interpersonal influences on late adolescent girls and boys disordered eating. *Eating Behaviors*, 10(2), 97–106.
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1998). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires: Paidós.
- Toro, J. (1996). *El cuerpo como delito: Anorexia, bulimia, cultura y sociedad*. Barcelona: Ariel.
- Unikel, C., Villatoro, J., Medina-Mora, M., Fleiz, B., Alcántar, M. y Hernández, S. (2000). Conductas alimentarias de riesgo en adolescentes mexicanos: Datos en población estudiantil del Distrito Federal. *Salud Mental*, 52(2), 140–147.
- Vaquero, R., Alacid, F., Mullor, J. y López-Miñarro, P. (2013). Imagen corporal: Revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27–35.
- Ventura, L. (2000). *La tiranía de la belleza: Las mujeres ante los modelos estéticos*. Barcelona: Plaza Janés.
- Verstuyf, J., Van, P. S., Vansteenkiste, M., Soenens, B. y Boone, L. (2014). The body perfect ideal and eating regulation goals: Investigating the role of adolescents identity styles. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(2), 284–297.