



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA MATAGALPA**

**UNAN – FAREM - MATAGALPA**

**MONOGRAFÍA**

**PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADAS EN TRABAJO SOCIAL**

**TEMA:**

**FACTORES QUE INCIDEN EN LA INSATISFACCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN LOS ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA UNAN; FAREM- MATAGALPA, MUNICIPIO DE MATAGALPA, DURANTE EL II SEMESTRE DEL 2020.**

**AUTORAS:**

**BR. MARÍA JOSÉ CHAMORRO MATAMOROS**

**BR. IVANIA GUADALUPE PALACIOS ARAUZ**

**BR. MARÍA GABRIELA PRAVIA HERRERA**

**TUTORA: MSC. CYNTHIA CAROLINA RODRÍGUEZ PORTILLO**

**DICIEMBRE, 2020**





UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA MATAGALPA**

**UNAN – FAREM - MATAGALPA**

**MONOGRAFÍA**

**PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADAS EN TRABAJO SOCIAL**

**TEMA:**

**FACTORES QUE INCIDEN EN LA INSATISFACCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN LOS ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA UNAN; FAREM- MATAGALPA, MUNICIPIO DE MATAGALPA, DURANTE EL II SEMESTRE DEL 2020.**

**AUTORAS**

**BR. MARÍA JOSÉ CHAMORRO MATAMOROS**

**BR. IVANIA GUADALUPE PALACIOS ARAUZ**

**BR. MARÍA GABRIELA PRAVIA HERRERA**

**TUTORA**

**MSC. CYNTIA CAROLINA RODRÍGUEZ PORTILLO.**

**DICIEMBRE 2020.**

## **TÍTULO**

**“FACTORES QUE INCIDEN EN LA INSATISFACCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN LOS ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA UNAN; FAREM- MATAGALPA, MUNICIPIO DE MATAGALPA, DURANTE EL II SEMESTRE DEL 2020”**

## DEDICATORIA

**A Dios** por haberme dado la inteligencia y motivación para luchar cada día para lograr mis metas y sueños.

**A mis padres Fredy Chamorro Morales e Imara Matamoros Castillo** por cada ayuda y consejo positivo por mostrarme cada día lo que valgo y todo lo que podía lograr si me lo proponía, por enseñarme a cumplir en mis responsabilidades académicas y su apoyo incondicional.

A dos pilares importantes en mi vida que son mis sobrino/a Fredy y Amari Moraga Chamorro, ya que ellos me enseñaban día a día que cada esfuerzo valía la pena, para que cuando ellos caigan yo les ayude a tomar impulso para no caerse.

A mi Mita María Emilia Castillo por su ayuda espiritual, por cada palabra de aliento siempre que lo necesitaba y por estar ahí para mí.

A mis amistades por siempre hacerme ver adelante y jamás rendirme con cada meta y sueño; especialmente a mis compañeras de trabajo por su paciencia y ayuda en el proceso.

A cada Maestro/a que ayudó en mi crecimiento académico y alentarme a no darme por vencida.

*María José Chamorro Matamoros*

## DEDICATORIA

A **Dios** por darme paciencia, sabiduría y ánimos de seguir en pie de lucha para lograr ser una buena profesional.

A mi **mamá Johana Aráuz Paladino** por ser un ejemplo de superación, por animarme a seguir estudiando y no perder las esperanzas de conseguir un mejor futuro que gracias a sus regaños y consejos he logrado llegar hasta donde me encuentro y que se sienta muy orgullosa de haber cumplido esta gran meta.

A mi **Papá** Carlos Iván Palacios. (Q.D.E.P) que me apoyo cuando lo necesite por haberme engendrado y formarme buenos valores porque él quiso que yo fuera una profesional que sirviera a la sociedad y animarme hacer siempre mejor persona.

A mi **persona** porque día con día me he esmerado por salir bien en todas mis materias, que los desvelos, insomnios han valido la pena, el estrés de no entender algo me ha ayudado a buscar alternativas positivas para sentir mucho orgullo de mi misma porque todo se puede lograr con mucho esfuerzo y al final la recompensa será la mejor.

*Ivanía Guadalupe Palacios Aráuz*

## DEDICATORIA

**Principalmente a Dios** por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional. Por darme fuerza y ganas de seguir luchando.

**A mis tres pilares** fundamentales de mi vida:

Mi mamá Nubia Herrera Vallejos

Mi hermano Carlos David Pravia

Mi abuela Justina Vallejos Artola

Por ser mi fuente de inspiración para no darme por vencida y luchar por mis metas y sueños.

**A mi persona** por no darme por vencida pese a las dificultades, porque fue un transcurso duro pero pude superarlo.

*María Gabriela Pravía Herrera.*

## AGRADECIMIENTO

Le agradezco a Dios por haberme ayudado en cada etapa de mi vida, darme la sabiduría para tener paciencia y dedicación durante este proceso, por su amor infinito y por jamás dejarme sola.

A mis padres Fredy Chamorro Morales e Imara Matamoros Castillo, por el cariño, apoyo económico en cada necesidad, por siempre estar pendiente de mis anhelos, deseos, peticiones y pasos académicos y por su comprensión absoluta.

A tres ángeles guardianes que me cuidaron, protegieron, amaron e iluminaron en mi camino: - Adelina Morales.

- José Chamorro.

- Santiago Matamoros.

Personas que perdí en el transcurso de mi vida, pero durante sus años de existencia jamás dejaron de apoyarme espiritualmente.

A mis amistades David Zeledón, Pedro Aguirre, Eloísa Picado, Gabriela Pravia, Marjories García, Ivania Palacios, Jeysell Ortéz, Julissa Navarrete, Zuleyka Andino Y Sadielka Vargas; por haberme acompañado en cada proceso académico sobrellevado.

A mis maestros que fueron parte de mi educación especialmente a: Lesbia, Arelys Dávila, Ledezma Delgadillo, Annel Flores, Mayra Castro, Jenny Smith, Francklying Carrasco, Raymundo Araica; y a la Tutora Msc. Cyntia Carolina Rodríguez Portillo por el tiempo, dedicación, apoyo y motivación en cada intervención.

*María José Chamorro Matamoros*

## AGRADECIMIENTO

A **Dios** por ser mi guía durante este proceso de muchos aprendizajes por darme fuerzas para seguir adelante y cumplir cada una de mis metas.

A los **participantes** de este proceso investigativo que nos apoyaron en el transcurso de la investigación por brindarnos su tiempo, sus aportes, y su esfuerzo para que todo culminara de la mejor manera.

A mi **tutora** Msc. Cyntia Carolina Rodríguez Portillo porque nos ha brindado gran parte de su tiempo, por apoyar emocionalmente no cabe dentro de su vocabulario el “no puedo” siempre contagio de positivismo durante todo este proceso.

A mi **Madre** porque ha sido un ejemplo de superación una mujer que sin importar los obstáculos de la vida.

A mis **compañeras, colegas y amigas** que estos cinco años supimos llevarnos bien **Gabriela Pravia, María José Chamorro, Julissa Navarrete y Sadielka Vargas** porque nos apoyamos mutuamente y a pesar de los problemas sabíamos buscar soluciones y espero que durante su camino obtengan muchos éxitos tanto personales como profesionales.

*Ivanía Guadalupe Palacios Aráuz*

## **AGRADECIMIENTO**

**A Dios** por darme la vida, por brindarme salud, fortaleza, por guiarme en el buen camino, porque ha puesto en mi vida a personas que me inspiran a ser mejor cada día.

**A mi madre** Nubia Herrera Vallejos por ser la persona que me inspiro a estudiar una carrera tan bonita como lo es Trabajo Social, por darme su apoyo en momentos difíciles.

**A mis amigas** Julissa Navarrete, Ivania Palacios, Sadielka Vargas, María José quienes fueron de gran apoyo en mi vida, por ayudarme en momentos que me sentí frustrada, porque somos un grupo unido.

A los estudiantes de III año de la carrera de Trabajo social que participaron en esta investigación por darnos de su tiempo, por la confianza que nos dieron al contarnos situaciones de su vida que fueron difíciles.

**A la tutora Msc. Cynthia Carolina Rodríguez Portillo**, por transmitirnos confianza, darnos de su tiempo fuera de su horario laboral, por brindarnos sus conocimientos.

*María Gabriela Pravía Herrera.*



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

## **CARTA AVAL DE LA TUTORA**

Tengo a bien informar en mi carácter de tutora del trabajo monográfico ***“Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes del tercer año de la carrera Trabajo Social en el segundo semestre 2020”***, presentado por las egresadas: María José Chamorro Matamoros, carné 16060380, Ivania Guadalupe Palacios carné 16060346; y María Gabriela Pravia carné 16060379, que cumple con todos los requisitos establecidos en el Reglamento vigente de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN-Managua, y con las metodologías y estructura requeridas para ser presentado ante el honorable Comité Académico Evaluador para optar al título de Licenciadas en Trabajo Social.

Las referidas autoras del trabajo de investigación, durante la tutoría demostraron de manera permanente mucha dedicación, disciplina, perseverancia y compromiso, pero también el deseo de aprender, mejorar y aportar de manera discreta en este proceso de investigación. Es un trabajo investigativo que servirá de apoyo para estudiantes, docentes e interesados en la temática.

**MSc. Cyntia Carolina Rodríguez Portillo**

**Tutora**

## RESUMEN

La presente investigación aborda los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de tercer año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN-FAREM Matagalpa durante el II semestre del año 2020.

Este trabajo investigativo se realizó con el propósito de analizar los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal de los estudiantes de tercer año de la carrera de Trabajo Social de la FAREM Matagalpa, consideramos que nuestro estudio ; tiene importancia debido a que no hay muchas investigaciones que hablen al respecto del tema mencionado , de igual manera para que los lectores de nuestra investigación logren mejorar su calidad de vida, pero principalmente su autoestima ,su valor como personas, expresar de una mejor forma sus emociones y sentimientos; sin importar lo que digan los demás de nuestra apariencia física debemos tener amor propio y que ningún comentario negativo dañe su seguridad.

Para el desarrollo de la investigación se llevó a cabo la metodología participativa, proyectiva y vivencial, utilizada en talleres para aplicar diferentes instrumentos como lo fueron: entrevistas a profesionales de la salud mental e investigados, grupo focal y test de autoestima; los cuales nos dieron muchos aportes que nos ayudaron al proceso de toda la información del presente trabajo.

Como conclusión tenemos que todos los participantes actualmente se aceptan asímismos /as , pero que en un determinado momento de su vida llegaron a sentirse insatisfechos de su imagen corporal debido a diferentes factores como la influencia de los medios de comunicación, relaciones interpersonales, redes sociales, el ambiente familiar, el bajo nivel de autoestima; ya que recibieron críticas de cómo se vestían, de su peso, altura, etc; por este motivo desarrollaron inseguridades que siguen trabajando día a día .

Palabras claves: Imagen corporal, medios de comunicación, autoestima, ambiente familiar, estereotipos.

# ÍNDICE

<b>CAPÍTULO I</b> .....	<b>1</b>
<b>1.1. Introducción</b> .....	<b>1</b>
1.2. Planteamiento del problema .....	3
1.3. Justificación .....	4
1.4. Objetivos de investigación:.....	5
1.4.1. Objetivo General:.....	5
1.4.2. Objetivos Específicos: .....	5
<b>CAPÍTULO II</b> .....	<b>6</b>
2.1. Marco Referencial.....	6
2.1.1. Antecedentes .....	6
Internacional:.....	6
Nacional .....	7
2.1.2. Marco epistemológico.....	9
2.1.3. Marco contextual .....	10
2.1.4. Marco Teórico. ....	11
2.1.4.1. Insatisfacción corporal:.....	11
Tipos de Insatisfacción de la Imagen Corporal:.....	11
2.1.4.2. Causas de la insatisfacción corporal. ....	12
2.1.4.2.1. Redes sociales:.....	12
2.1.4.2.2. Medios de comunicación. ....	13
2.1.4.2.3. Ambiente familiar: .....	14
2.1.4.2.4. Relaciones interpersonales y amistades: .....	15
2.1.4.2.5. Estereotipos:.....	15
2.1.4.2.6. Bullying: .....	16
2.1.4.2.7. Autoestima:.....	16
2.1.4.3. Consecuencias de la insatisfacción corporal.....	19
2.1.4.3.1. Depresión. ....	19
2.1.4.3.2. Suicidio .....	20
2.1.4.3.3. Trastornos de alimentación.....	22
2.1.4.3.4. Bulimia .....	22

2.1.4.3.5. Anorexia .....	24
2.1.4.3.6. Las emociones .....	24
2.1.4.3.7. Los sentimientos .....	26
2.2.- Preguntas directrices .....	28
<b>CAPÍTULO III .....</b>	<b>29</b>
3.1. Diseño metodológico:.....	29
3.1.1. Tipo de paradigma: .....	29
3.1.2. Tipo de enfoque:.....	29
3.1.3. Tipo de diseño: .....	30
3.1.4. Diseño de investigación: .....	30
3.1.5. Tipo de estudio por su profundidad:.....	30
3.1.6. Corte de la investigación:.....	31
3.1.7. Población y muestra: .....	31
3.1.8. Técnicas e instrumentos .....	31
3.1.8.1. Teóricos:.....	31
3.1.8.2.- Empíricos .....	32
<b>CAPÍTULO IV .....</b>	<b>35</b>
4.1.- Análisis y discusión de resultados .....	35
<b>CAPÍTULO V .....</b>	<b>68</b>
5.1.- Conclusiones.....	69
5.2.- Recomendaciones.....	70
5.3.- Bibliografía.....	71
5.4- Anexo.....	

## Índice de Tabla

Tabla 1 ficha de caracterización sociodemográfica .....	35
Tabla 2 Factores que influyen según profesionales de salud mental. ....	38
Tabla 3 Resultados del test de autoestima .....	45
Tabla 4 Donde has recibido información sobre el cuerpo perfecto .....	47
Tabla 5 Con que parte de tu cuerpo no estas satisfecho.....	49
Tabla 6 Principales patologías según expertos de salud mental.....	59
Tabla 7 Ha tenido que recurrir ayuda profesional ante su insatisfacción de tu imagen corporal. ....	63
Tabla 8 Has quedado satisfecho al tomar tratamiento. ....	67

## Índice de esquema

Esquema 1 Relatos de participantes.....	43
Esquema 2 Personas que sienten más insatisfacción según profesionales de salud mental. ....	44
Esquema 3 Alguna vez has estado preocupado por tu figura.....	48
Esquema 4 Que sientes cuando te miras al espejo.....	51
Esquema 5 Porque estas insatisfecho con tu imagen corporal.....	53
Esquema 6 Te han hecho bullying.....	55
Esquema 7 Has recibido comentarios negativos sobre tu cuerpo. ....	56
Esquema 8 Sentimientos y emociones te generan los comentarios.....	58
Esquema 9 Que has hecho para cambiar tu imagen corporal.....	61
Esquema 10 Has evitado concurrir lugares sociales.....	62
Esquema 11 Terapias recomendadas por profesionales de la salud mental.....	64
Esquema 12 Has tomado algún tratamiento para cambiar tu cuerpo.....	65
Esquema 13 Has visto cambios en tú cuerpo.....	66

# CAPÍTULO I

## 1.1. Introducción

En el presente documento se reflejan los resultados de un proceso de investigación cualitativo, donde nace el deseo de investigar sobre Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal con estudiantes del III año de la carrera de Trabajo Social de la FAREM Matagalpa, municipio de Matagalpa durante el II semestre de 2020; considerando que muchas veces las personas que sufren por no estar satisfechas con su imagen corporal por las influencias del medio les resulta difícil escapar del estigma de la sociedad.

La imagen corporal, es un constructo psicológico y social que se valora a través de la satisfacción o insatisfacción de las personas con su propio cuerpo. Se conoce el índice de satisfacción/insatisfacción a través de la discrepancia entre el cuerpo real y el cuerpo ideal. Se considera que la insatisfacción no solo afecta al aspecto personal, sino que se extiende a otras áreas como la autoestima, provocando que la persona subestime cualquier otra área de sus capacidades o incluso de su aspecto corporal.

Como objetivo general tenemos analizar los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN, FAREM-Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020.

El estudio se ha estructurado en cinco capítulos, que recogen en el primer capítulo la introducción, planteamiento del problema, pregunta de investigación, justificación y objetivos, a continuación, se encuentra el segundo capítulo que incluye el marco referencial en el cual están contenido los antecedentes, marco teórico, seguidamente el tercer capítulo en donde está el diseño metodológico que contiene el tipo de estudio según los paradigmas, enfoques, diseño, la población, técnicas e instrumentos de recolección de la información, categorías de estudio, posteriormente el cuarto capítulo con el análisis y discusión de

resultados obtenidos, finalizando con el quinto capítulo las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos

## 1.2. Planteamiento del problema

En la actualidad la imagen corporal juega un papel muy importante en la sociedad, pues los medios de comunicación, las redes sociales, incluso en el entorno familiar y social; se han encargado de imponer estereotipos creando en los adolescentes y jóvenes insatisfacción e inseguridad en su cuerpo. Es por ello que cada vez son más comunes los problemas de depresión y ansiedad, trastornos alimenticios, estrés, baja autoestima, hasta causar la muerte.

Siendo un problema que afecta especialmente a la población juvenil y que no se le da la debida importancia, va a seguir en aumento los trastornos psicológicos, llevando a los adolescentes y jóvenes a tomar decisiones que puedan poner en riesgo su vida y su futuro. Por ende

**¿Qué factores influyen en la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de tercer año de la carrera de Trabajo Social de la UNAN FAREM-Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020?**

### 1.3. Justificación

La insatisfacción de imagen corporal se crea a partir de los múltiples estereotipos que ha impuesto la sociedad ya que todo es etiquetado según la apariencia que tengas; esto produce que las generaciones crezcan y crean que es más importante contar con una percepción que sea vista como lo mejor que pueda sobresalir para anuncios publicitarios, redes sociales, entorno social y la televisión, solo hacen que con este tipo de propaganda muchas personas tengan inseguridades por no estar satisfechas y satisfechos al ser como son.

Considerando que todo esto es un gran factor influyente a poseer un estricto comportamiento alimenticio como lo son las dietas y ejercicios sumamente fuertes para el organismo de todos y todas.

También para que los participantes de dicha investigación y lectores interesados en el tema encuentren motivación para aceptarse tal cual para que logren tomar buenas decisiones al respecto de su bienestar físico, mental y emocional; que cada comentario negativo sea tomado como algo que construya a su ser como persona mejorar y tener más amor propio sobre todo.

Tiene gran importancia ya que es un tema que pasa desapercibido ante los ojos de la sociedad y tiene gran repercusión en los jóvenes porque le toman más importancia a los estereotipos o comentarios que hacen en su entorno.

Como grupo investigador queremos que la investigación tenga gran impacto no solo en jóvenes si no en general porque este es un problema que existe solo que nadie habla al respecto y son muy altos los porcentajes de personas en especial jóvenes que sufren de bullying por su inseguridad del cómo se ven exteriormente y toman como solución el suicidio. Esto puede evitarse tomando terapias ya sea con un psicólogo que puedan orientarlos y aceptarse sin discriminarse asimismo y sin discriminar a los demás.

## **1.4. Objetivos de investigación:**

### **1.4.1. Objetivo General.**

Analizar los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua UNAN, FAREM-Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020.

### **1.4.2. Objetivos Específicos:**

**1.4.2.1.** Caracterizar socio-demográficamente a los estudiantes de Tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN, FAREM-Matagalpa municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020.

**1.4.2.2.** Describir los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal de los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN, FAREM-Matagalpa municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020.

**1.4.2.3.** Identificar las principales emociones y sentimientos que los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua tiene en relación a su imagen corporal durante el II semestre del 2020.

## **CAPÍTULO II**

### **2.1. Marco Referencial**

#### **2.1.1. Antecedentes**

##### **Internacionales**

En Venezuela, Mariela Ferraro, (2013). La universidad central de Venezuela investigo sobre: Rasgos de personalidad e imagen corporal en un grupo de personas con obesidad residentes en la ciudad de Caracas. El objetivo de dicha investigación es describir los rasgos de personalidad y la imagen corporal de un grupo de sujetos con obesidad, residentes en Caracas. Los resultados fueron que lograron identificar, describieron y compararon los rasgos de personalidad encontrados en cada integrante del grupo de sujetos con obesidad, según el modelo de los Cinco Factores, el Test de Rorschach y adicionalmente, mediante la entrevista semiestructurada.

En Chile, Acuña Leiva, V., Niklitschek Tapia, C., Quiñones Bergeret, A. y Ugarte Pérez, C. (2020). Universidad San Sebastián en Chile hizo un estudio sobre Insatisfacción de la imagen corporal y estado nutricional en estudiantes universitarios. El objetivo del estudio fue describir el grado de insatisfacción con la imagen corporal, y su relación con el estado nutricional objetivo, el percibido y la concordancia en hombres y mujeres universitarios. La muestra fue de 120 estudiantes universitarios (44 hombres y 76 mujeres) con edades comprendidas entre los 18 y 28 años. Para concluir, nuestros resultados en población universitaria, indican que la insatisfacción corporal está más relacionada con la percepción subjetiva del peso que con el peso objetivo.

## Nacionales

En Nicaragua, Beatriz Aráuz (2017) la UNAN-FAREM; Estelí, realizó una investigación sobre: Influencia de la percepción de la imagen corporal entre chicas de 12 a 19 años, reveló que hay una relación directa entre el tiempo que las adolescentes pasaban en redes sociales y el riesgo de sufrir trastornos de la conducta alimentaria (TCA), como anorexia y bulimia. Esta investigación tiene como conclusión, que las redes sociales influyen en la percepción negativa de su cuerpo en mujeres de 12 a 19 años y en la creación de mayores niveles de insatisfacción con su imagen corporal, además de fomentar la necesidad de comenzar dietas para perder peso y a adoptar maneras que pueden llevar a perjudicar su vida. Cabe resaltar que la influencia de los anuncios publicitarios y la promoción de estereotipos de “cuerpos perfectos” pueden ejercer ideales que impulsen a los adolescentes a desarrollar trastorno dismórfico corporal.

En Nicaragua, Uriel Oporta (2017) UNAN-Managua, realizó un estudio cuyo título es: Rasgos de personalidad y efectos psicológicos del sobrepeso y obesidad sobre la imagen corporal de estudiantes planteándose como objetivo determinar rasgos de personalidad y efectos psicológicos del sobrepeso y obesidad sobre la imagen corporal de estudiantes. En dicho estudio las once jóvenes manifiestan pensamientos ocasionales con el fin de conseguir una imagen corporal lo más parecida al modelo sociocultural establecido, por consiguiente poseen temor al aumento de peso también presentan insatisfacción moderada, denotando descontento en cuanto a su imagen; asimismo se encuentra una distorsión negativa, esto indica que imaginan su cuerpo con menor peso. Como conclusión encontraron semejanzas entre el género femenino y masculino, es decir que son objetivos ante preocupaciones reales e inmediatas y habilidades en el área social, sin embargo el conjunto varonil se muestra más emotivos y sensibles.

En todas las investigaciones y los estudios anteriormente mencionados, se puede ver que los factores que influyen en la insatisfacción en la imagen corporal suele darse más en los adolescentes y que la razón que más influye es por el uso de las redes sociales o por los comentarios que se dan en su entorno social y las diferentes afectaciones que esto contrae tanto a su salud física como mental.

A nivel local

Se realizó una revisión en el repositorio de la UNAN-Managua y no se encontró ninguna investigación sobre este tema.

### **2.1.2. Marco epistemológico**

Al realizar esta investigación nos ha ayudado a profundizar los diferentes factores que influyen en la insatisfacción corporal en los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN FAREM Matagalpa, ya sea por factores sociales o psicológicos.

Estadísticas recientes sobre el tema indican que 14,2 por ciento de las adolescentes españolas y 23 por ciento de latinoamericanas presentan una gran insatisfacción con su propio cuerpo, misma que aumenta de manera alarmante en mujeres de 13 a 15 años para mantenerse hasta los 18 años; de ahí la necesidad de emprender acciones encaminadas a disminuir su prevalencia entre la población joven y limitar el problema en etapas tempranas.

Esta investigación está respaldada en las teorías psicológicas sobre todo por lo planteado por la organización mundial de la salud OMS y la Asociación de Psiquiatras Americanos (APA)

### 2.1.3. Marco contextual

La Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua tiene como misión el formar profesionales y técnicos integrales desde y con una concepción científica y humanista del mundo, capaces de interpretar los fenómenos sociales y naturales con un sentido crítico, reflexivo y propositivo, para que contribuyan al desarrollo social, por medio de un modelo educativo centrado en las personas; un modelo de investigación científica integrador de paradigmas universales; un mejoramiento humano y profesional permanente derivado del grado y posgrado desde una concepción de la educación para la vida; programas de proyección y extensión social, que promuevan la identidad cultural de los y las nicaragüenses; todo ello en un marco de cooperación genuina, equidad, compromiso y justicia social y en armonía con el medio ambiente.

La visión La UNAN-Managua, es una institución de Educación Superior pública y autónoma, de referencia nacional e internacional en la formación de profesionales y técnicos, a nivel de grado y posgrado, con compromiso social, con valores éticos, morales y humanistas y en defensa del medio ambiente, líder en la producción de ciencia y tecnología, en la generación de modelos de aprendizajes pertinentes que contribuyen a la superación de los retos nacionales, regionales e internacionales; constituyéndose en un espacio idóneo para el debate de las ideas y el análisis crítico constructivo de prácticas innovadoras y propuestas de mejoramiento humano y profesional permanentes, contribuyendo a la construcción de una Nicaragua más justa y solidaria y, por lo tanto, más humana y en beneficio de las grandes mayorías. Constituirnos como la mejor opción universitaria de Matagalpa

La comunidad universitaria actualmente registra las siguientes cifras: estudiantes de grado 5,000 en 22 carreras, estudiantes de posgrado 143, docentes de contratación horaria 146 y de tiempo indefinido 52, personal no docente de contratación temporal 36. Su ubicación es de Radio Stereo Yes 1 C. al oeste.

## 2.1.4. Marco Teórico

### 2.1.4.1. Insatisfacción corporal

Pruzinsky y Cash (1990) consideran que la imagen corporal que cada individuo tiene es una experiencia fundamentalmente subjetiva, y que no tiene por qué haber un buen correlato con la realidad. Destacan las siguientes características del concepto de imagen corporal:

- Es un concepto multifacético.
- La imagen corporal está interrelacionada por los sentimientos de autoconciencia, es decir el cómo percibimos y experimentamos nuestros cuerpos se relaciona significativamente a cómo nos percibimos a nosotros mismos.
- La imagen corporal está socialmente determinada. Desde que se nace existen influencias sociales que matizan la autopercepción del cuerpo.
- La imagen corporal no es fija, más bien es un constructo dinámico, que varía a lo largo de la vida en función de las propias experiencias, de las influencias sociales, etc.
- 

### Tipos de Insatisfacción de la Imagen Corporal

Analizando las aportaciones de diversos autores, **Pruzinsky y Cash** (1990) proponen que realmente existen varias imágenes corporales interrelacionadas:

- **La Insatisfacción o Imagen Perceptual**

Se refiere a lo que se dice consecutivamente a una persona sobre su imagen corporal.

- **La Insatisfacción o Imagen Cognitiva**

Es una focalización a los comentarios negativos sobre la imagen corporal del ser humano, como auto-afirmación inherente, hiriente; y creencias acerca de cómo debe lucir el cuerpo.

- **La Insatisfacción o Imagen Emocional**

Es cuando se involucran las emociones/ apariencias mediante correlatos sobre la apariencia externa de nuestro cuerpo.

- **La Insatisfacción o Imagen Conductual**

Sucede en el momento en el que la percepción, emociones, focalización, afirmaciones, correlatos y apariencias negativas realizan diferentes tipos de exhibiciones sobre el cuerpo o la imagen corporal de alguien.

#### **2.1.4.2. Causas de la insatisfacción corporal**

Según Pérez, (2017) Todavía hay mucho que aprender sobre las causas exactas de la insatisfacción en la imagen corporal. Pero los expertos creen que los siguientes factores pueden desempeñar un papel en su desarrollo.

##### **2.1.4.2.1. Redes sociales**

Las redes sociales son sitios de Internet formados por comunidades de individuos con intereses o actividades en común (como amistad, parentesco, trabajo) y que permiten el contacto entre estos, con el objetivo de comunicarse e intercambiar información. Los individuos no necesariamente se tienen que conocer previo entrar en contacto a través de una red social, sino que pueden hacerlo a través de ella, y ese es uno de los mayores beneficios de las comunidades virtuales.

Un estudio del Departamento de Dermatología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Boston (EEUU) sugiere que las personas que prestan demasiada atención a su aspecto físico en redes sociales como Snapchat e Instagram podrían sufrir un trastorno dismórfico corporal por preocuparse fuera de lo normal por sus defectos físicos.

Las redes sociales tienen distintas utilidades, han sido creadas para tener comunicación con las personas que se encuentran lejos, también algunas personas lo utilizan para trabajar.

Pero actualmente se han utilizado para dañar la sociedad con los comentarios de las personas con las que ellos frecuentan y para establecer los estereotipos.

Para los adolescentes las redes sociales tiene una gran influencia pues, ha venido impactando de manera positiva como negativa dependiendo del uso que le den, es un arma de doble filo que presenta un modelo de la perfección corporal, que viene confundiendo al adolescente y jóvenes especialmente.

#### **2.1.4.2.2. Medios de comunicación**

Se conoce como medios de comunicación todos aquellos instrumentos, canales o formas de transmisión de la información de que se valen los seres humanos para realizar el proceso comunicativo. Los medios de comunicación son tan amplios que abarcan desde la escritura hasta las tecnologías de la información y comunicación de la actualidad.

En la cultura actual uno de los factores más importantes de difundir el ideal estético a la sociedad en general son los medios de comunicación, en gran parte debido al poder de expansión con el que cuentan. Hoy en día está la presión cultural por el modelo femenino de delgadez, por el prototipo musculoso de los hombres y, en ambos casos, por la estigmatización de la obesidad, esta extensamente documentada, siendo factores todos ellos asociados con posibles trastornos alimentarios (Acosta y Gómez, 2016).

En 1994, Stice, Schupak-Neuberg, Shaw y Stein propusieron un modelo para explicar la influencia de los medios de comunicación sobre los trastornos de conducta alimenticia (T.C.A.) Estos autores establecieron la mediación de una insatisfacción corporal basada en la interiorización previa del ideal corporal delgado, estrechamente asociado al actual papel social de la mujer.

Los medios influyen tanto en la definición general de este papel como en la específica de la apariencia física.

#### **2.1.4.2.3. Ambiente familiar**

El ambiente familiar es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular, de ahí que cada una desarrolle unas peculiaridades propias que le diferencian de otras familias. Pero el ambiente familiar, sea como sea la familia, tiene unas funciones educativas y afectivas muy importantes, ya que partimos de la base de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos y que este comportamiento es aprendido en el seno de la familia. Lo que difiere a unas familias de otras es que unas tienen un ambiente familiar positivo y constructivo que propicia el desarrollo adecuado y feliz del niño, y en cambio otras familias, no viven correctamente las relaciones interpersonales de manera amorosa, lo que provoca que el niño no adquiera de sus padres el mejor modelo de conducta o que tenga carencias afectivas importantes.

El ambiente familiar es el primer núcleo en el que el ser humano se relaciona, aprende los principales valores, y juega un papel muy importante en el desarrollo de las personas, lo que hará que ellos puedan relacionarse en el ámbito social de una manera más fácil y tengan un buen concepto sobre su estilo de vida.

En la etapa de la adolescencia el ambiente familiar juega un rol esencial para el desarrollo, pues en la familia se moldea el carácter de las personas y esto se refleja cuando llega el momento en el que el adolescente se convierte en una persona que puede contribuir a la sociedad de manera positiva. Así como también puede generar una inseguridad en las personas al hacer comentarios negativos en el cómo se ven físicamente.

#### **2.1.4.2.4. Relaciones interpersonales y amistades**

Una relación interpersonal es una interacción recíproca entre dos o más personas. Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social.

Un factor íntimamente ligado al anterior es el de las relaciones interpersonales y las amistades que consisten en el resultado de comparar la visión que tenemos de nosotros mismos, con la visión que tienen los demás de nosotros. El feedback que recibimos por parte de los otros contribuye a la formación y desarrollo de nuestra imagen corporal. Existen tres procesos interpersonales primarios que juegan un papel importante en el desarrollo de la imagen corporal: las apreciaciones reflejadas, el feedback y la comparación social (Tantleff-Dunn y Gokke, 2004).

Las amistades en la edad adolescente, son por lo general un factor importante en la formación de la imagen corporal. Es habitual que los jóvenes que pertenecen a un mismo grupo social compartan tanto, ciertos comportamientos sociales (desde una similar forma de vestir hasta compartir hobbies) así como la forma de apreciar ciertas cosas (entre ellas la forma de valorar la figura). La percepción que, sobre todo las chicas, tienen de las opiniones y conductas de las amigas referentes a la IC, junto a la intensidad con la que se comparan con el cuerpo de otras, son factores que ayudan de manera importante a su grado de insatisfacción respecto a su cuerpo. (En Toro, 2004).

#### **2.1.4.2.5. Estereotipos**

El estereotipo es un concepto, idea o modelo de imagen que se le atribuye a las personas o grupos sociales, muchas veces de manera preconcebida y sin fundamentos teóricos. En resumen, los estereotipos son impresiones, prejuicios y etiquetas creados de manera generalizada y simplificada por el sentido común.

Con el desarrollo de las sociedades los estereotipos se fueron creando y estandarizando diversos aspectos relacionados con el ser humano y sus acciones.

Si el estereotipo son las impresiones empleadas para juzgar a las personas por sus comportamientos, podemos intuir que muchas veces, esas evaluaciones están íntimamente relacionadas con el prejuicio.

Los estereotipos son modelos que la misma sociedad impone y llegan a afectar en el cómo se debe de ver una persona o la forma en la que se deben de vestir según su sexo, y estos provocan que la población de adolescente de esta nueva generación se adapte a estos formando muchas complejidades en el transcurso de su desarrollo de cambios físicos y de toda su forma de ser.

#### **2.1.4.2.6. Bullying**

Según D. Olweus, (1999) el bullying o acoso escolar se refiere a un tipo de comportamiento violento e intimidatorio que se ejerce de manera verbal, física o psicológica entre niños y adolescentes durante la etapa escolar. Se trata de una serie de maltratos continuos que son llevados a cabo de manera intencional por uno o varios agresores, con el propósito de agredir, generar inseguridad o entorpecer su desenvolvimiento escolar de la víctima.

La palabra Bullying deriva del inglés y se puede traducir al español como 'acoso escolar' o 'intimidación'.

Entendemos por bullying que es una forma de agredir a una persona ya sea verbal o físicamente dejando en muchas ocasiones secuelas severas para ambas partes (agresor, víctima).

El Bullying es algo garrafal para un adolescente porque quienes les hacen esto son sus amigos o la sociedad donde esto puede hacer que estos estudiantes tomen decisiones que los lleven a cometer errores que luego los haga arrepentirse.

#### **2.1.4.2.7. Autoestima**

Para Branden (2003), La autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada uno de nosotros, comprendiendo esa experiencia de ser aptos para la vida; siendo una

necesidad básica muy importante para el ser humano, la cual efectúa una contribución esencial al proceso de la vida.

Además es indispensable para el desarrollo normal y sano, teniendo un valor de supervivencia; confiando en la propia mente y en saber que somos merecedores de la felicidad.

La gente con un alto grado de autoestima seguramente puede derrumbarse por un excesivo número de problemas, pero tendrá capacidad de sobreponerse con mayor rapidez otra vez.

Entre los efectos positivos que se derivan de un desarrollo adecuado de la autoestima (Alcántara, 1997) citado por Branden (2003), se destacan los siguientes:

- ✓ Favorece el aprendizaje y la adquisición de nuevas ideas, que generen energías más intensas de atención y concentración.
- ✓ Ayuda a superar dificultades personales, afrontando los fracasos y los problemas que le sobrevienen.
- ✓ Desarrolla la creatividad. Una persona creativa únicamente puede surgir desde una confianza en sí mismo, en su originalidad, en sus capacidades.
- ✓ Estimula la autonomía personal, ayuda a la seguridad, a sentirse a gusto consigo mismo y a encontrar su propia identidad.
- ✓ Posibilita una relación social saludable, el respeto y el aprecio por uno mismo es sumamente importante para una adecuada relación con el resto de las personas.
- ✓ Garantiza la proyección futura de las personas impulsando su desarrollo integral y permanente.

En resumen la autoestima es un juicio personal de dignidad, que se expresa en las actitudes de aprobación o desaprobación del individuo hacia sí mismo; indicando en qué medida se cree capaz, importante, digno y con éxito.

Las personas con autoestima positiva cuentan con las siguientes cualidades básicas, que son siete (el número mágico por excelencia) y por comenzar sus términos con la misma vocal, se les denomina las "AES" de la autoestima: aprecio, aceptación, afecto, autoconciencia, apertura, afirmación.

Existen formas simples y directas que se manifiesta la autoestima en nuestro interior (Branden, 2003)

- Un rostro, actitud, manera de hablar y de moverse que refleja el placer que sentimos de estar vivos.
- Serenidad al hablar de los logros y fracasos directa y honestamente.
- Comodidad al dar y recibir cumplidos, expresiones de afecto y aprecio.
- Apertura a las críticas, comodidad para reconocer errores porque nuestra autoestima no está atada a una imagen de perfección.
- Capacidad para gozar los aspectos humorísticos de la vida, en nosotros mismos y los demás.
- Capacidad para preservar la armonía y dignidad en condiciones de estrés.

La autoestima baja es un problema real al que se enfrentan muchas personas, porque puede afectar negativamente a las distintas áreas de su vida. De manera resumida, la autoestima baja causa sufrimiento e impide lograr muchas de nuestras metas o deseos.

Las pautas negativas de pensamiento asociadas a la baja autoestima (por ejemplo, pensar que todo lo que haces te va a ir mal) pueden provocar problemas graves de salud mental, como depresión o ansiedad.

La autoestima baja es paralizante, y hace que sea difícil probar cosas nuevas o llevar a cabo las distintas tareas del día a día, así como iniciar un nuevo hobby o buscar empleo. Esto impide vivir la vida que uno quiere, y lleva a la frustración y al malestar al cabo del tiempo.

La baja autoestima se define como la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás.

Las personas con autoestima baja buscan, a veces sin ser muy conscientes de ello, la aprobación y el reconocimiento de los demás y suelen tener dificultad para ser ellas mismas y poder expresar con libertad aquello que piensan, sienten y necesitan en sus relaciones interpersonales.

### **2.1.4.3. Consecuencias de la insatisfacción corporal**

Según Morselli (1891) Las complicaciones que pueden ser causadas por la insatisfacción corporal están asociadas con:

#### **2.1.4.3.1. Depresión**

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración.

La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria. En su forma más grave, puede conducir al suicidio.

Si es leve, se puede tratar sin necesidad de medicamentos, pero cuando tiene carácter moderado o grave se pueden necesitar medicamentos y psicoterapia profesional.

Entendemos que la depresión proviene de sentimientos y emociones negativas que hacen que las personas que padecen este trastorno tomen decisiones muy malas que llegan a perjudicar su estado mental obteniendo consecuencias fatales como la muerte.

Los adolescentes no tienen esta definición muy clara de lo que conlleva el tener depresión, ellos la ven como un estado de tristeza grande pero no lo ven como un trastorno mental.

Almudena García Alonso (2018) doctora de la facultad de psicología define que la depresión es un trastorno psíquico, habitualmente recurrente, que causa una alteración del estado de ánimo de tipo depresivo que a menudo va acompañado de ansiedad.

### **Síntomas**

- Fatiga
- Nerviosismo
- Agresividad
- Tristeza
- Pérdida de interés
- Sentimientos de inutilidad
- Insomnio
- Pérdida de apetito o peso
- Dificultades de concentración
- Ideas suicidas
- Comportamiento aplanado

#### **2.1.4.3.2. Suicidio**

El suicidio es definido por la Organización Mundial de la Salud (2017) como El acto deliberado de quitarse la vida. Su prevalencia y los métodos utilizados Varían de acuerdo a los diferentes países. Desde el punto de vista de la salud Mental, los y las adolescentes poseen vulnerabilidades particulares, por su etapa del desarrollo.

Según Emile Durkheim (2017) El suicidio es el acto por el cual un individuo decide poner fin a su vida de forma intencional. Muchas pueden ser las causas que motiven tal acción, sin embargo las más comunes pueden ser: desesperación (impulsada por el padecimiento de alguna enfermedad física grave), trastornos mentales (depresión, bipolaridad, esquizofrenia, etc.); alcoholismo o el abuso en el consumo de ciertas sustancias.

## Síntomas

Según Luis Olavarría (2019) Los signos que advierten sobre el suicidio o los pensamientos suicidas incluyen lo siguiente:

- Hablar acerca del suicidio, por ejemplo, con dichos como “me voy a suicidar”, “desearía estar muerto” o “desearía no haber nacido”
- Obtener los medios para quitarse la vida, por ejemplo, al comprar un arma o almacenar pastillas
- Aislarse de la sociedad y querer estar solo
- Tener cambios de humor, como euforia un día y desazón profunda el siguiente
- Preocuparse por la muerte, por morir o por la violencia
- Sentirse atrapado o sin esperanzas a causa de alguna situación
- Aumentar el consumo de drogas o bebidas alcohólicas
- Cambiar la rutina normal, incluidos los patrones de alimentación y sueño
- Hacer actividades arriesgadas o autodestructivas, como consumir drogas o manejar de manera negligente
- Regalar las pertenencias o poner los asuntos personales en orden cuando no hay otra explicación lógica para hacerlo
- Despedirse de las personas como si no se las fuera a ver de nuevo
- Manifestar cambios de personalidad o sentirse extremadamente ansioso o agitado, en especial cuando se tienen algunos de los signos de advertencia que se mencionaron con anterioridad

Los signos de advertencia no siempre son obvios y pueden cambiar de persona a persona. Algunos dejan en claro sus intenciones mientras que otros guardan en secreto sus pensamientos y sentimientos suicidas.

#### **2.1.4.3.3. Trastornos de alimentación**

Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen alteraciones severas en la ingesta de los alimentos, en personas que presentan patrones distorsionados en el acto de comer en respuesta a un impulso psíquico. Este grupo de enfermedades engloba a varias entidades que varían grandemente, clasificándose en: anorexia nerviosa, "trastornos de la conducta alimentaria no especificados" y trastorno por atracón. Todas son más frecuentes en las mujeres e iniciándose generalmente durante la adolescencia siendo enfermedades crónicas.

En nuestra opinión el trastorno alimenticio se manifiesta como una ansiedad de querer ingerir comida sin necesidad de tener apetito .también surge el deseo de no comer causando una inestabilidad en su alimentación.

Los adolescentes no toman en cuenta el riesgo que corren al no alimentarse sanamente y al estar en la etapa de la adolescencia tienen que consumir los alimentos necesarios que ayuden a que la etapa de desarrollo físico sea factible.

#### **2.1.4.3.4. Bulimia**

Según Otto (2017) La bulimia o bulimia nerviosa es un trastorno alimenticio y psicológico caracterizado por la adopción de conductas en las cuales el individuo se aleja de las formas de alimentación saludables, consumiendo comida en exceso en períodos de tiempo muy cortos, seguido de un período de arrepentimiento, el cual puede llevar al individuo a eliminar el exceso de alimento a través de vómitos o laxantes.

El miedo a engordar afecta directamente a los sentimientos y emociones de la persona que sufra el trastorno, influyendo de esta manera en su estado anímico que en poco tiempo desembocará en problemas depresivos.

## **Síntomas**

En la bulimia, pueden presentarse atracones con una frecuencia de varias veces al día durante muchos meses.

La persona a menudo come grandes cantidades de alimentos ricos en calorías, por lo regular en secreto. Durante estos episodios, la persona siente una falta de control sobre su alimentación.

Estos episodios llevan al autor rechazo, lo cual provoca las purgas para evitar el aumento de peso. La purga puede incluir:

- Provocarse el vómito.
- Ejercicio excesivo.
- Uso de laxantes, enemas o diuréticos.

Las personas bulímicas con frecuencia están en un peso normal, pero pueden verse a sí mismas con sobrepeso. Debido a que el peso a menudo es normal, es posible que los demás no noten este trastorno alimentario.

Los síntomas que otras personas pueden ver incluyen:

- Pasar mucho tiempo haciendo ejercicio.
- Consumir repentinamente grandes cantidades de alimentos o comprar grandes cantidades de alimentos que desaparecen de inmediato.
- Ir al baño de manera regular inmediatamente después de las comidas.
- Botar empaques de laxantes, pastillas para adelgazar, eméticos (fármacos que causan el vómito) o diuréticos.

#### **2.1.4.3.5. Anorexia**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la anorexia es un trastorno mental y de la conducta alimentaria. Se trata de una patología mental, puesto que el miedo a engordar condiciona el estado anímico y psíquico del paciente. La anorexia es una enfermedad que puede convertirse en crónica, en la cual las recaídas son frecuentes y que puede afectar de manera grave a la salud del paciente y a su calidad de vida.

La anorexia nerviosa es un trastorno complejo que se manifiesta por cambios fisiológicos, psicológicos y del comportamiento. Se caracteriza por una pérdida significativa del peso corporal producida normalmente por la decisión voluntaria de adelgazar. Lo anterior lo pueden conseguir mediante una disminución de la ingesta de alimentos con alto contenido calórico (los que pueden engordar). La mayoría de los pacientes con anorexia terminan con dietas muy restringidas; también pueden con cierta frecuencia utilizar fármacos para purgarse (laxantes, diuréticos) o provocarse el vómito.

Los que padecen anorexia nerviosa tiene miedo intenso a ganar peso o convertirse en obesas, y este miedo no se pierde aunque el individuo pierda peso, porque se produce una alteración de la percepción del peso y la silueta corporal.

#### **2.1.4.3.6. Las emociones**

Según Reeve (1994) Las emociones son una función que se confiere como una utilidad que permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales de manera que vaya generando una independencia en una cualidad hedónica en su adaptación social e individual; También es un mecanismo adaptivo que mediante procesos naturales, hábitos y acciones directas a la hora de llevar a cabo sus emociones.

Una emoción es una reacción compleja del cerebro ante un estímulo externo (algo que veo, u oigo) o interno. (Pensamiento, recuerdo, imagen interna). Emoción viene del latín *emovere* que quiere decir mover hacia o desde. En contra de lo que se piensa, las emociones son algo transitorio, no permanente que nos saca de nuestro estado habitual y nos empujan a la acción (Centro Antonio Valdivieso Nicaragua 2007).

Cabrera Cruz M. (2004) Las emociones son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera automática y espontánea. Las emociones son energía que se mueve a través de nuestro cuerpo y que sólo se estanca si las reprimimos. Las emociones por tanto, nos impulsan hacia la acción, son más intensas y duran menos tiempo que los sentimientos.

#### **Las 4 emociones básicas y; ¿para qué sirven?**

Centro Antonio Valdivieso 2007, Emociones hay muchas pero hay unas primarias o básicas que son la base de nuestro universo emocional. Las emociones básicas se dividen en cuatro grandes grupos. La tristeza, el enfado, el miedo y la alegría. Veamos para qué sirven cada una de ellas

– La emoción de Tristeza

Sirve para aceptar la pérdida de una persona, situación o experiencia. Nos sirve para darnos un tiempo un espacio hacia dentro. Si esta tristeza dura mucho tiempo pasa a ser un sentimiento. Y entonces es cuándo tenemos que preocuparnos y ocuparnos.

Darnos permiso para estar tristes va a ser importante para poder elaborar los grandes o pequeños duelos que nos pone la vida delante (*pérdida de un ser querido, cambio de casa, cambio de situación laboral, ruptura de una relación, abandono de los hijos de casa, enfermedad con nuestra vidas*).

– La emoción de Alegría

Sirve para facilitar el contacto con otra persona. Compartir y expresar hacia fuera. Dentro de la alegría también entraría la curiosidad y la ternura. ¿Qué pasa si nos enganchamos a esta alegría? Que a veces se acaba convirtiendo en una falsa alegría, en una alegría fingida.

-La emoción del Enfado, enojo e ira

Sirve para poner límites, separarnos del otro. Decir hasta aquí. La rabia puede ser positiva si modulamos su respuesta. Nos sirve para identificar una molestia. Para entrenarnos en la capacidad de decir NO. Fundamentalmente nos permite expresar nuestras necesidades.

– La emoción de Miedo

Sirve de protección, prudencia cuando hay un peligro real. ¿Qué pasa cuando no hay un peligro real? El miedo nos puede paralizar e invadir de tal manera que no podamos hacer nuestras cosas con normalidad. Por tanto el miedo es adaptativo y nos protege en función de la intensidad.

Si me dejo dominar por el miedo, no voy a poder hacer lo que me propongo. Voy a tener que aprenderlo a gestionar.

#### **2.1.4.3.7. Los sentimientos.**

**¿Qué es un sentimiento?** «Los sentimientos no pueden ser ignorados, no importa cuán injustos o ingratos nos parezcan.» -Anna Frank-

Maturana Humberto 2005 Un sentimiento es la suma de una emoción y un pensamiento., una emoción se transforma en sentimiento en la medida que uno toma consciencia de ella. Es decir, en el sentimiento interviene además de la reacción fisiológica un componente cognitivo y subjetivo. Un sentimiento por tanto, se da cuando etiquetamos la emoción y emitimos un juicio acerca de ella.

Cuando interpretamos la sensación que estamos teniendo de manera consciente y explícita. Los sentimientos suelen durar más tiempo que las emociones. Estos últimos durarán el tiempo que pensemos en ellos. Los sentimientos se dan después de las emociones, no hay sentimiento sin emoción.

Los sentimientos en cambio, tienen una duración más larga tanto en nuestro cuerpo y mente. Este último durará tanto como nuestro consciente dedique tiempo a pensar en él nuestra mente. Por ejemplo. El amor es un sentimiento, el miedo puede ser una emoción o también lo podemos convertir en un sentimiento.

Los sentimientos se dan cuando interviene la consciencia y el darse cuenta, además se necesita un tiempo para que un sentimiento se forme.

Sin emoción no va a haber sentimiento. Una misma emoción puede despertar diversos sentimientos a una persona. Por ejemplo, la emoción de alegría, puede despertar un sentimiento de amor, o felicidad.

Los sentimientos, en cambio, son la interpretación que hacemos de esas emociones y se pueden regular mediante nuestros pensamientos.

Cuando somos conscientes de nuestros sentimientos vamos a poder gestionarlos.

Con las emociones en cambio, este fenómeno no se da porque lo queramos o no van a estar ahí, ya que se dan de forma automática ante una situación o pensamiento.

**«No olvidemos que las pequeñas emociones son los grandes capitanes de nuestras vidas y las obedecemos sin darnos cuenta». -Vincent Van Gogh-**

## 2.2.- Preguntas directrices

¿Qué factores influyen en la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de tercer año de la carrera de trabajo social de la Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua UNAN FAREM- Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020?

¿Cuáles son las características sociodemográficas en los estudiantes de tercer año de la carrera de trabajo social de la Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua UNAN FAREM- Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020?

¿Qué emociones han experimentado los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua UNAN FAREM – Matagalpa en relación a la insatisfacción de la imagen corporal?

## **CAPÍTULO III**

### **3.1. Diseño metodológico**

#### **3.1.1. Tipo de paradigma**

En este caso el paradigma interpretativo posee un fundamento decididamente humanista para entender la realidad, percibiendo la vida social como la creatividad compartida de las personas; es decir viva, cambiante y dinámica para todos los participantes en la interacción social centrándose en el contexto de los acontecimientos, aquellos espacios en que los seres humanos se implican e interesan, evalúan y experimentan directamente, es así una realidad construida con base en los marcos de referencia de los actores, el significado que ellos le dan a su propia conducta que se encuentra en los ámbitos de convivencia (Ramírez, Arcila, Buriticá & Castrillón, 2004). No busca explicaciones casuales de la vida social si no el conocimiento y comprensión del porqué de una realidad.

En esta investigación de factores que inciden en la insatisfacción en la imagen corporal se utilizó este paradigma porque se pretende analizar por qué los jóvenes están insatisfechos con su imagen corporal ; lo que implica la participación directa con los investigados como un valor consciente de la propia realidad y prácticas puestas a pruebas donde podamos conocer e interpretar asumiendo desde ya el rol que nos corresponde como trabajadoras sociales, en las distintas problemáticas que oprimen a nuestro entorno.

#### **3.1.2. Tipo de enfoque**

Según Blasco (2007) “La investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas”. De tal manera que nos permita descubrir y entender los sucesos que acontecen; considerando cada aspecto importante, por esta razón la investigación se realizó bajo un enfoque cualitativo para indagar a profundidad la información obtenida durante el proceso.

La cual se sustente en las experiencias, vivencias y en los significados que los individuos le dan ha determinado escenario en sus vidas como son las prácticas de autocuido.

### **3.1.3. Tipo de diseño**

Su propósito principal es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias compartidas obteniendo las perspectivas de los participantes (Muñoz, 2013).

Se utilizó un diseño fenomenológico, ya que se enfocó en las experiencias individuales de los participantes a fin de analizarlas tal y cual son, sin interferir en la realidad.

### **3.1.4. Diseño de investigación**

Su propósito principal es analizar, describir e identificar las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias compartidas obteniendo las perspectivas de los participantes (Muñoz, 2013).

### **3.1.5. Tipo de estudio por su profundidad**

“La investigación descriptiva tiene como objetivo principal la descripción de algo, generalmente las características o funciones del problema en cuestión” (Sampieri, 2013) Nuestra problemática en estudio se realizó de manera muy eficaz mediante descripciones que involucraron a los individuos y sus vivencias que inciden de forma constante y esencial en la vida de cada uno; en dependencia a lo que en realidad está ocurriendo.

### 3.1.6. Corte de la investigación

Según Hernández (2012) “El corte transversal consiste en estudiar en un momento determinado a distintos grupos de sujetos de edades diferentes”. La investigación es de corte transversal, ya que se realizó durante el II Semestre 2020.

### 3.1.7. Población y muestra

La población corresponde al grupo de III año de la carrera de trabajo social y la muestra correspondió a 7 estudiantes.

Varones	Mujeres	Total
03	04	07

### 3.1.8. Técnicas e instrumentos

#### 3.1.8.1. Teóricos

El método teórico se aplicaron los métodos de razonamientos lógicos: análisis, síntesis, inducción, deducción, abstracción, concreción, los cuales se explicaran a continuación.

Un análisis consiste en identificar los componentes de un todo, separarlos y examinarlos para lograr acceder a sus principios más elementales (Pérez, 2012).

El termino síntesis hace referencia a la presentación de un todo gracias al destaque de sus partes más interesantes o sobresalientes (Pérez, 2012).

Deducción es la demostración de una aseveración determinada a partir de previstas que ya tienen de modo a una conclusión (Pérez, 2010).

Inducción es el proceso de conocimiento que consiste en observar circunstancias particulares y a partir de ellas sacar una conclusión general (Gardey, 2008).

Abstracción es entendida como una operación mental, mediante el cual una determinada propiedad del objeto se aísla conceptualmente para reflexionar (Pérez, 2010).

Concreción es el proceso y el resultado de lograr algo que sea concreto. (Pérez, 2008). Estos métodos fueron aplicados mediante la lectura de investigaciones hechas por profesionales como psiquiatras, psicólogos los cuales narraban como este trastorno puede afectar seriamente a la persona que lo padece en este caso a los adolescentes ya que conlleva a que tomen decisiones muy graves para su vida, tomando en cuenta que en la etapa de desarrollo debe aconsejarles de una forma sana y eficaz en la que logren aceptarse tal y como son así evitamos atraer consecuencias fatales para su salud y para el resto de sus vidas.

Para la elaboración de dicha investigación nos apoyamos en información de diferentes páginas web y de las experiencias de los investigados y la consulta mediante entrevista a profesionales de la salud del municipio de Matagalpa, de esta manera se hizo más fácil el desarrollo del trabajo de investigación que se está abordando.

### **3.1.8.2.- Empíricos**

#### **Aplicación de test**

Es una palabra inglesa aceptada por la Real Academia Española. Este concepto hace referencia a las pruebas destinadas a evaluar conocimientos aptitudes o funciones (Pérez, 2008).

Para este estudio se elaboró una entrevista dirigida en donde se abordaron preguntas relacionadas a la insatisfacción de la imagen corporal, los factores que inciden en ella.

También se aplicó el Test Cooper Smith que mide el nivel o clasificación de autoestima como de 0 – 11 puntos autoestima deficiente, 12-19 puntos autoestima

buena, 20 puntos autoestima muy buena y más de 20 puntos autoestima excelente.

### **La entrevista en profundidad**

Las entrevistas a profundidad son un método de recolección de datos cualitativos que permiten recopilar una gran cantidad de información sobre el comportamiento, actitud y percepción de los entrevistados.

Durante las entrevistas a profundidad, los investigadores y participantes tienen la libertad de explorar puntos adicionales y cambiar el rumbo del proceso cuando sea necesario, ya que es un método de investigación independiente que puede adoptar múltiples disciplinas según las necesidades de la investigación (Porto y Gardey, 2008).

Esto nos ayudó a trabajar en más confianza con los estudiantes de III Año de la carrera de Trabajo Social de la FAREM Matagalpa. También nos permitió detectar desde cuando empezaron a tener insatisfacción de la imagen corporal y los factores que han incidido en esto.

### **Grupos focales con metodología participativa**

Es una especie de entrevista grupal que consiste en reuniones de grupos pequeños o medianos (tres a 10 persona) en los cuales los participantes conversan en torno a uno o varios temas en un ambiente relajado e informe, bajo la condición de un especialista en dinámicas grupales. (Sampieri, 2006). Logrando mantener al grupo unido y animado y sobretodo compartiendo experiencias en conjunto.

### **Entrevista semi-estructurada**

La entrevista: mixta o semi-estructurada es aquella en la que, como su propio nombre indica, el entrevistador despliega una estrategia mixta, alternando preguntas estructuradas y con preguntas espontáneas.

Esto forma es más completa ya que, mientras que la parte preparada permite comparar entre los diferentes candidatos, la parte libre permite profundizar en las características específicas del candidato. Por ello, permite una mayor libertad y flexibilidad en la obtención de información de los y las participantes en el estudio, se realizó entrevista a profundidad a profesionales de la salud mental con experiencia en el tema.

### **Ficha de caracterización**

Esta es una técnica que incluye la descripción de las características sociales económicas y demográficas de un grupo de involucrados en procesos de investigación, tales como edad, sexo, escolaridad, religión, estado civil, lugar de residencia, composición familiar, extractos socioeconómicos ( Soza 2018).

Es muy práctica arroja datos importantes a la investigación que permite conocer de manera profunda aspectos sociales y demográficos de los y las participantes en procesos de investigación sociales.

Estos instrumentos aplicados fueron validados por profesionales expertos en investigación social, apoyando este proceso: MSc. Analy María Castillo Trabajadora social, MSc. María Magdalena Espinoza LIC. Ciencias Sociales, Msc. Eveling Küant Psicóloga Clínica.

### **j) Procesamiento de la información**

Para el procesamiento de la información se utilizó Microsoft office Word 2010 para la elaboración el informe y Microsoft office power point 2010 para la presentación de la información final.

### **k) Consideraciones éticas.**

La información fue manejada confidencialmente y solo para el efecto del estudio. No se presentaron datos de identificación de las participantes y las fotografías utilizadas fueron bajo consentimiento informado de los participantes.

## CAPÍTULO IV

### 4.1.- Análisis y discusión de resultados

El objetivo principal de la presente investigación es analizar los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN, FAREM-Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020.

Para la recolección de esta información se realizó una entrevista a profesionales de la salud mental, a los 7 estudiantes de tercer año de trabajo social, grupo focal con los investigados, test de autoestima, obteniendo los siguientes resultados:

*Tabla 1 ficha de caracterización sociodemográfica*

Seudónimo	Tita	Lucas	Fito	Toto	Lembe	China	Gunther
Edad	19 años	23 años	23 años	28 años	22 años	20 años	19 años
Sexo	Femenino	Masculino	Masculino	Masculino.	Femenino	Femenino	Femenino
Estado civil	Soltera	Soltero	Soltero	Soltero	Soltera	Soltera	Soltera
Religión	Evangélica	Católico	Evangélico	Ninguna	Católica	Católica	Católica
Procedencia	Rural	Urbana	Urbana	Urbano	Urbana	Urbana	Urbana
Padece alguna enfermedad	No	Migraña	No	No	Ansiedad	Si	Problemas en los riñones
Trabaja actualmente	No	No	Si	Si	No	Si	No
Otros	Ingles	Marketing	Contabilidad	No	No	No	No

estudios	Cajero con computación Operador en computadora	y publicidad					
Cuenta con medios de entretenimiento	Televisión Celular Internet	Televisión Radio Celular Internet	Celular Internet	Televisión Celular Internet	Televisión Radio Celular Internet	Televisión Radio Celular Internet	Televisión Radio Celular Internet
Redes sociales	Facebook Instagram Snapchat	Facebook WhatsApp Instagram	Facebook Instagram WhatsApp	Facebook Instagram Twitter.	WhatsApp Facebook Instagram	Facebook WhatsApp Instagram Snapchat	Facebook WhatsApp Instagram Snapchat Twitter.
Cuántas personas vives	Solo 2	1	8	1	0	10	2
Vive con sus padres	Si	Si	No	No	No	Si	Si
Trabajan sus padres	Si	Mi papá si Mi mamá no	Si	No	Si	Si	Si
En que trabajan.	Abogado	Administrador de empresa (papa) Jubilada (mama)	Ninguna	Miembro de una red local	Contador público miselanea	Adm. Del negocio familiar	Adm. En la coca cola Ama de casa.

Fuente: ficha de caracterización.

Las características sociodemográficas; Son las particularidades de las personas las cuales varían en torno al lugar en donde se encuentra una persona, como la educación, salud, estado civil, el núcleo familiar, condiciones del lugar de origen, edad, sexo, religión y ocupación. (Rizo, 2019)

Las características sociodemográficas que se destacan en el grupo de estudio son: Las edades que prevalecen son de 19 a 28 años es un grupo relativamente joven, según las etapas de desarrollo humano, hay 4 mujeres y 3 varones, en ambos sexos se puede estar insatisfechos, actualmente todos se encuentran solteros, predomina la religión católica.

Sin embargo los evangélicos en algún momento de sus vidas estuvieron insatisfechos con su imagen corporal, es decir que no importa la religión que se profesa católica o evangélica puedes estar insatisfecha corporalmente, casi todos provienen de la zona urbana lo que explica que se encuentran más vulnerables a tener insatisfacción corporal por las características de la sociedad en la que vivimos, y por la influencia negativa de las redes sociales y los mensajes que se reciben de la imagen corporal, exceptuando a una de los investigados, lo que demuestra que no importa si alguien es del campo o de la ciudad afecta de la misma manera a todos.

Otro dato sobresaliente es que 3 de los investigados no viven actualmente con sus padres, sin embargo cuando fueron pequeños recibieron mensajes negativos en relación a su imagen corporal, les llamaban con sobrenombres, o etiquetas discriminativas que está impactando en su etapa de la juventud.

Para dar respuesta al segundo objetivo de describir los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal de los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN, FAREM-Matagalpa, municipio de Matagalpa, durante el II semestre del 2020. Se desarrolló un grupo focal en el que se realizó una breve entrevista.

Según aportes de profesionales de la salud mental: Factores que influyen

Tabla 2 Factores que influyen según profesionales de salud mental.

Lic. Rojas Psicóloga Clínica	Lic. Rivas Psicólogo Clínico
Factores individuales, sociales y culturales, en especial relevancia los modelos estéticos corporales y el autoestima.	La Sociedad: nos crea una manera estricta de cómo tener nuestro cuerpo.

Fuente: entrevista

**Los factores que se lograron identificar con los participantes del estudio son los siguientes:**

- **Ambiente familiar**

Según Manrique Pincay (2018) Cuando hablamos de entorno familiar nos referimos a aquellas personas que conviven entre sí, unidas por un vínculo biológico o adoptivo, que creó entre ellas una comunidad de afecto y protección mutuos. Sin dudas, el entorno familiar condiciona a las personas que lo integran, de acuerdo a los lazos que allí se generan. Un niño que nace en una familia de muy limitados recursos económicos, con padres ausentes, sin cuidados, tendrá un entorno poco apropiado, cuyo entramado generará un contexto, cuya significación influirá negativamente en esa persona en formación; por el contrario, un niño que crece en un entorno familiar rodeado de afecto y con sus necesidades

materiales satisfechas y con los límites razonablemente impuestos, tendrá un entorno que lo predispondrá a una adultez saludable.

A continuación presentamos algunos relatos de los participantes sobre el ambiente familiar:

### **Toto**

“Uno de mis hermanos me decía: vos flaquetoso trompudo, entonces comencé a preguntarme porque tu familia te critica entonces me alejaba si todos estaban aquí y yo me iba a otro lado entonces nunca había comunicación”



### **Tita**

“No me gustan mis piernas por los comentarios que hace mi familia cuando uso vestidos cortos, ya que tengo acné y manchas debido a eso hacen que tenga que cambiarme de ropa porque si mi familia dice eso que llegaran a decir los demás”



### **China**

“Para mi familia siempre he sido la seca la que no tiene nada.”





**Gunther**

“Mi familia me decía sos muy delgadita, querían que fuera hermosa entonces me buscaban pastillas, remedios, comer más”

El Ambiente Familiar es el núcleo fundamental en el que nos desarrollamos y aprendemos a relacionarnos con otras personas, es por ello que juegan un papel importante en nuestras vidas, de tal manera que si existen comentarios negativos sobre nuestra imagen en la familia, afectan el autoestima y personalidad sin saber que les perjudican el hecho de no ser aceptados dentro de su propia familia y llegan a tener inseguridades en su futuro.

**Medios de comunicación**

Se conoce como medios de comunicación todos aquellos instrumentos, canales o formas de trasmisión de la información que se valen los seres humanos para realizar el proceso comunicativo.

Los medios de comunicación son tan amplios que abarcan desde la escritura hasta las tecnologías de la información y comunicación de la actualidad.

En la cultura actual uno de los factores más importantes de difundir el ideal estético a la sociedad en general son los medios de comunicación, en gran parte debido al poder de expansión con el que cuentan. Hoy en día está la presión

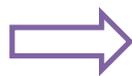
cultural por el modelo femenino de delgadez, por el prototipo musculoso de los hombres y, en ambos casos, por la estigmatización de la obesidad, esta extensamente documentada, siendo factores todos ellos asociados con posibles trastornos alimentarios (Acosta y Gómez, 2003).

Todos los investigados cuentan con medios de comunicación y con redes sociales lo que explicaría el hecho de que se encuentran vulnerables a tener pensamientos negativos acerca de su cuerpo, porque actualmente las redes sociales de una u otra manera son un factor influyente en las vidas de los jóvenes debido a que pasan la mayoría de su tiempo en sus celulares viendo como las personas que son más esbeltas reciben mayor atención y aceptación por parte de la sociedad, relacionándolo con estar saludable, sin darle publicidad a personas hermosas.

### **Las redes sociales**

Claire Mysko (2016) galardona autora y experta en imagen corporal, liderazgo y alfabetización mediática, explica: si bien las redes sociales no son la causa de la baja autoestima, cuenta con todos los elementos adecuados para contribuir a ella. Las redes sociales crean un entorno donde los pensamientos y comportamientos desorganizados prosperan genuinamente.

El profesional de la salud mental entrevistado Lic. Rivas aportó sobre las redes sociales:



Las Redes Sociales han creado diferentes estereotipos por tener popularidad ejemplo: la cantidad de publicaciones, la preocupación por que cada publicación tenga más comentarios y likes. También el uso de las redes sociales debería de crear impactos positivos y no negativos.

Las Redes Sociales son plataformas que la mayor parte del tiempo influye en los adolescentes y jóvenes, porque se toman muy en serio todos los comentarios que los demás hacen sobre ellos en cuanto a su imagen corporal. El impacto de las redes sociales en la imagen corporal es un factor positivo y a la vez negativo ya

que causa un cierto grado de insatisfacción que en muchos de los casos llegan a requerir ayuda profesional.

## **Estereotipos**

El estereotipo es un concepto, idea o modelo de imagen que se le atribuye a las personas o grupos sociales, muchas veces de manera preconcebida y sin fundamentos teóricos. En resumen, los estereotipos son impresiones, prejuicios y etiquetas creados de manera generalizada y simplificada por el sentido común.

Las mujeres presentan una gran preocupación por estar delgadas, la que es significativamente superior a la de los hombres en estas edades. Además, las mujeres, en comparación con los hombres, presentan mayor insatisfacción con su imagen corporal y una mayor preocupación por el peso.

Esto concuerda con estudios internacionales y con otras investigaciones realizadas en Chile, las que han encontrado que las mujeres chilenas presentan mayor preocupación por su imagen y mayor conciencia de su peso que los hombres, y también que otras mujeres latinas (Santiago J. 2016).

Aunque la insatisfacción en la imagen corporal se da más en las mujeres por los estereotipos impuestos por la sociedad, no significa que los hombres no tengan pensamientos negativos sobre su cuerpo, solo que no suelen darle tanta importancia como las mujeres, pues la sociedad presiona más como debe ser la mujer.

- **Las relaciones interpersonales**

Según Ricardo C.G (2014) No podemos escapar de ellas. Las relaciones personales se dan en todos los ámbitos de nuestra vida y nos afectan continuamente, influyendo en nuestra forma de ser y de ver la realidad. Abarcan tanto relaciones sentimentales, como familiares, de amistad, de trabajo o incluso una breve interacción con una persona que no conocemos. Lo cierto es que una relación tiene una dinámica propia, que determina cómo nace, cómo se desarrolla y cómo se extingue. Y que hace que las personas nos comportemos a menudo no como queremos sino como la propia relación nos dicta. Existen unas reglas que

explican cómo se crean y cómo evolucionan las relaciones. Conociéndolas, podremos controlar, e incluso predecir, nuestras relaciones. En este libro analizamos y explicamos las variables que influyen en las relaciones personales, veremos cómo son en realidad, aprenderemos a entenderlas mejor y a tener más control sobre ellas.

**LEMBE:**

- Durante la etapa de mi adolescencia yo sufrí Bullying por parte de mis compañeros de clase por como es mi voz por tener una voz tan baja entonces las personas me remedaban pensando que yo hablaba así porque me habían mimado demasiado.

**TOTO:**

- Mis compañeros cercanos me dicen gordo y fui expulsado varias veces durante mi adolescencia por el bullying que sufrí por mi sexualidad.

**LUCAS:**

- Mis propios amigos con los que jugaba futbol me decían que estaba gordo y eso llegó a bajarme el autoestima y a hacerme sentir inseguro de mí mismo.

### ***Esquema 1 Relatos de participantes***

**Fuente: grupo focal.**

Considerando que las Relaciones Interpersonales son otro factor que afecta en determinado momento la vida de los participantes incito a que llegaran a tomar decisiones las cuales pudieron dañar su salud por ejemplo tomar laxantes, tomar pastillas para bajar de peso, inyectarse hormonas para satisfacer la necesidad de ser aceptados en la sociedad.

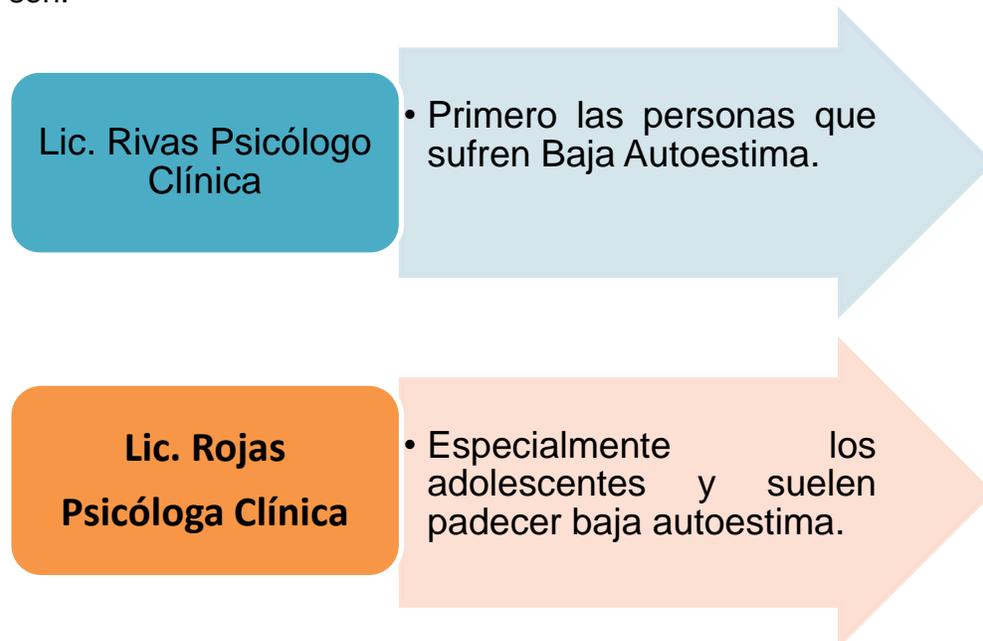
La mayoría del tiempo los comentarios de amigas, amigos personas que son cercanas y que creemos que no nos juzgaran, son los primeros en decir cosas que nos afectan de una u otra manera y es ahí cuando llegan a extremos en los que nadie debería considerar como alternativa a un cambio de imagen.

Otro de los factores que influyen grandemente en la insatisfacción de la imagen corporal es el nivel de autoestima que tenga cada una de las personas.

Para Branden (2003) La autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada uno de nosotros, comprendiendo esa experiencia de ser aptos para la vida; siendo una necesidad básica muy importante para el ser humano, la cual efectúa una contribución esencial al proceso de la vida.

Además es indispensable para el desarrollo normal y sano, teniendo un valor de supervivencia; confiando en la propia mente y en saber que somos merecedores de la felicidad.

Según los profesionales entrevistados las personas que más sienten insatisfacción son:



*Esquema 2 Personas que sienten más insatisfacción según profesionales de salud mental.*

Fuente: entrevista a profesionales.

Ambos profesionales de la salud mental coinciden en que el hecho de tener baja autoestima genera insatisfacción en la imagen corporal.

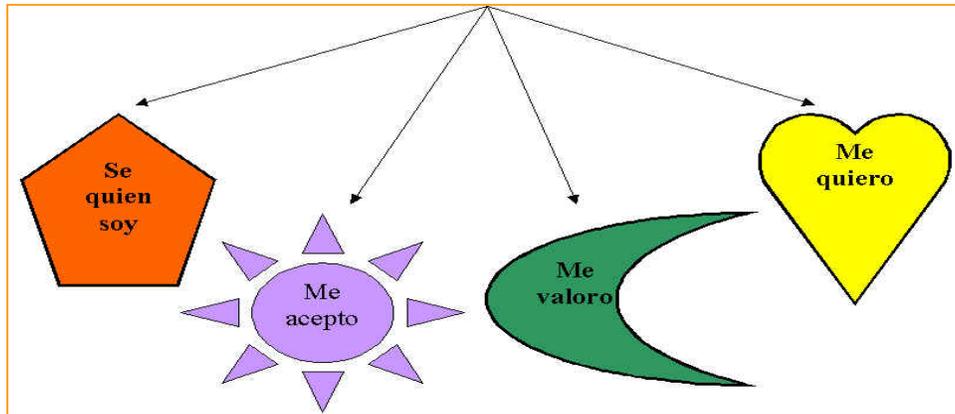
Al grupo protagonista de este proceso investigativo se les aplicó una escala de autoestima de Copper Smith que permite medir el nivel de autoestima. A continuación se presentan los resultados del Test de autoestima.

Tabla 3 Resultados del test de autoestima

Participante	Sexo	Puntaje obtenido	Nivel de autoestima
Gunther	Femenino	19 puntos	Muy Buena
Tita	Femenino	5 puntos	Deficiente
Lembe	Femenino	6 puntos	Deficiente
China	Femenino	11 puntos	Deficiente
Lucas	Masculino	15 puntos	Buena
Fito	Masculino	12 puntos	Buena
Toto	Masculino	10 puntos	Deficiente

**Fuente: test de autoestima**

Los resultados del test reafirma los bajos niveles de autoestima que enfrentan la mayoría de los participantes, solamente un participante tiene muy buena autoestima, 2 tienen autoestima buena, 4 de ellos califican con autoestima deficiente, esto refleja que tener deficiencia en autoestima influye grandemente en la insatisfacción de la imagen corporal.



“Quien tiene autoestima se ama, se valora, se acepta y sabe quién es.”

La insatisfacción corporal, se ha convertido en un problema de salud pública, ha sido relacionada con baja autoestima, depresión y con el impulso inicial en el comportamiento de desórdenes de la conducta alimenticia, como anorexia y bulimia nerviosa, especialmente en adolescentes ya que para esta población la apariencia está más centrada en el autoconcepto y la evaluación de los demás y socioculturalmente la belleza ideal femenina es ser ultradelgada y en los varones una prevalencia musculosa.

La autoestima es la valoración que uno tiene de sí mismo. Positiva o Negativa. Se forma a través de un proceso de asimilación y reflexión mediante el cual se interiorizan las opiniones de las personas socialmente significativas (padres, maestros, compañeros) y los utiliza como criterios para su propia conducta. La persona no nace con un concepto de sí misma propio, sino que este se va formando y desarrollando progresivamente en la medida en que se relaciona con el ambiente.

Si en lugar de esas creencias negativas, la persona tiene una Autoestima Sana, no quiere decir que no tendría problemas ni que dejaría de vivir experiencias desagradables, pero sí tendría mejores armas para afrontarlas.

Con autoestima alta o sana las personas estarían satisfechas con su imagen corporal y se dejarían influir por los estereotipos sociales y culturales.

## ¿En dónde has recibido información sobre cuerpo perfecto?

Tabla 4 Donde has recibido información sobre el cuerpo perfecto

<b>Lembe</b>	En la televisión, siempre nos muestran el cuerpo como se supone que debería de ser perfecto
<b>Toto</b>	Cuerpo Perfecto información nunca, pero si he visto algunos estereotipos por ejm: el ser bonito, que si sos alto , delgado; pero el cuerpo perfecto nunca he recibido información de eso.
<b>Gunther</b>	Música, revistas, videos musicales, programas de televisión.
<b>Tita</b>	Redes Sociales
<b>Fito</b>	Internet, Nutricionista
<b>Lucas</b>	En la televisión.
<b>China</b>	En casa por parte de mis padres

Fuente: entrevista a los participantes.

Los medios de comunicación fueron creados para mantenernos informados acerca de lo que pasa en nuestros alrededores el día a día; pero se han estado utilizando de manera errónea haciendo que los jóvenes duden acerca de lo que son, lo que tienen que ser, ya que hay mensajes publicitarios; como por ejemplo: alto/a, delgado/a, tez blanca, ojos claros y con medidas de 60-90-60 para tener una figura perfecta.

Podemos ver cómo los medios de comunicación modernos han influido en el comportamiento humano, especialmente de adolescentes y jóvenes en relación a su imagen corporal, promoviendo estereotipos que perjudican emocionalmente y por lo tanto generan insatisfacción de la imagen corporal.

## ¿Alguna vez has estado preocupado por tu figura corporal?

### Lucas

Si me preocupa, cuando deje de hacer deportes por varios meses, mis compañeros de equipo decían que estaba gordo y ahí empecé mi preocupación

### Lembe

Si, esta preocupación empezó por los comentarios que estas personas me hacían.

### Tito

Si de hecho mas cuando era adolescente pues no tengo fotografías de cuando era joven o un poco mas niño (pues era gordito)

### Fito

Si, en ciertas ocasiones.

### Tita

Si, la mayoría del tiempo.

### Gunther

si.

### China

En algunas ocasiones.

Esquema 3 *Alguna vez has estado preocupado por tu figura.*

Fuente: entrevista a participantes.

Los ejercicios físicos se deben tomar como una diversión y no una obsesión, solo para causar buena impresión, por popularidad, por fanatismo; en nuestro ambiente familiar, social y tener las redes sociales encendidas todo el tiempo con comentarios, likes, comparticiones de las publicaciones, etc.

Tampoco debemos olvidarnos de que los ejercicios físicos a pesar de ser un Hobbies también tienen que ser por mantenernos saludable, sabiendo que con cada ejercicio realizado es un triunfo.

El ambiente familiar a veces quiere que sus hijos tengan los cuerpos perfectos que ellos no pudieron lograr, lastimando a los jóvenes físicamente, emocionalmente y psicológicamente.

### ¿Con que parte de tu cuerpo no estas satisfecho?

Tabla 5 Con que parte de tu cuerpo no estas satisfecho.

<b>Lembe</b>	Con todo mi cuerpo por los comentarios que he recibido.
<b>China</b>	Con mis pechos, porque considero que a la edad que tengo me he acomplejado porque nada me queda bien, todo se me cae.
<b>Toto</b>	Actualmente pues ninguno considero que aún con mis gorditos me veo bien, pero antes decía que mi boca y mis manos porque eran cosas que siempre me recalaban
<b>Gunther</b>	En este momento de mi vida me siento bien con mi cuerpo, pero antes me preocupaba mi peso.
<b>Lucas</b>	Ninguna.
<b>Tita</b>	Piernas, abdomen, las piernas porque tengo muchas marcas de acne, mis pechos porque tengo estrias.
<b>Fito</b>	Mi abdomen, antes solía tener un abdomen plano y ahora ha llegado a crecerse.

Fuente: entrevista a participantes

Los estereotipos sociales afectan más en la imagen corporal de la mujer, para ser aceptadas deben cumplir con algunos atributos físicos como: la altura, pelo largo rubio, delgadez del cuerpo, tamaño de sus senos, color de sus ojos, color de piel, buenas caderas, y por sus glúteos.

El varón tiene que ser musculoso, alto, con tríceps y bíceps fuertes, definidos y abdomen plano, el ser pelo largo o calvo también debe ser parte de su aceptación en su imagen corporal en el ámbito social para no ser criticados y tener la aprobación de la sociedad .

Para dar respuesta al tercer objetivo de esta investigación: Identificar las principales emociones y sentimientos que los estudiantes de tercer año de trabajo social de la Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua tienen en relación a su imagen corporal durante el II semestre del 2020.

### ¿Qué Sientes cuando te miras en el espejo?



**Tita:** Entendiendo que me tengo que aceptar como soy con o sin ropa mi forma de ser, al tener este cambio en mi vida no me he vuelto a ver en el espejo; ya que siento **ASCO**.



**Lucas:** Por mi accidente y mi golpe en la rodilla sentí depresión porque yo no podía estar demasiado tiempo jugando y eso me afectó.



**Lembe:** En ocasiones me gusta lo que veo como el color de mis ojos, mi color de piel, mi carita me encanta, mi pelo, pero a veces no me gusta lo que veo, no quiero ser esa persona.



**Gunther:** Antes no me miraba al espejo porque como me decían que algunos estilos de ropa no me lucían, o no me quedaban bien entonces no lo hacía, pero ahora al verme me estoy aceptando.



**Toto:** Me veo al espejo y sigo enamorado de mi mismo.



**Fitto:** De una manera normal, porque ya me he acostumbrado a verme de esta manera el cual soy, y difícilmente cambiaré este problema que tengo.

Esquema 4 Que sientes cuando te miras al espejo.

Fuente: entrevista a participantes.

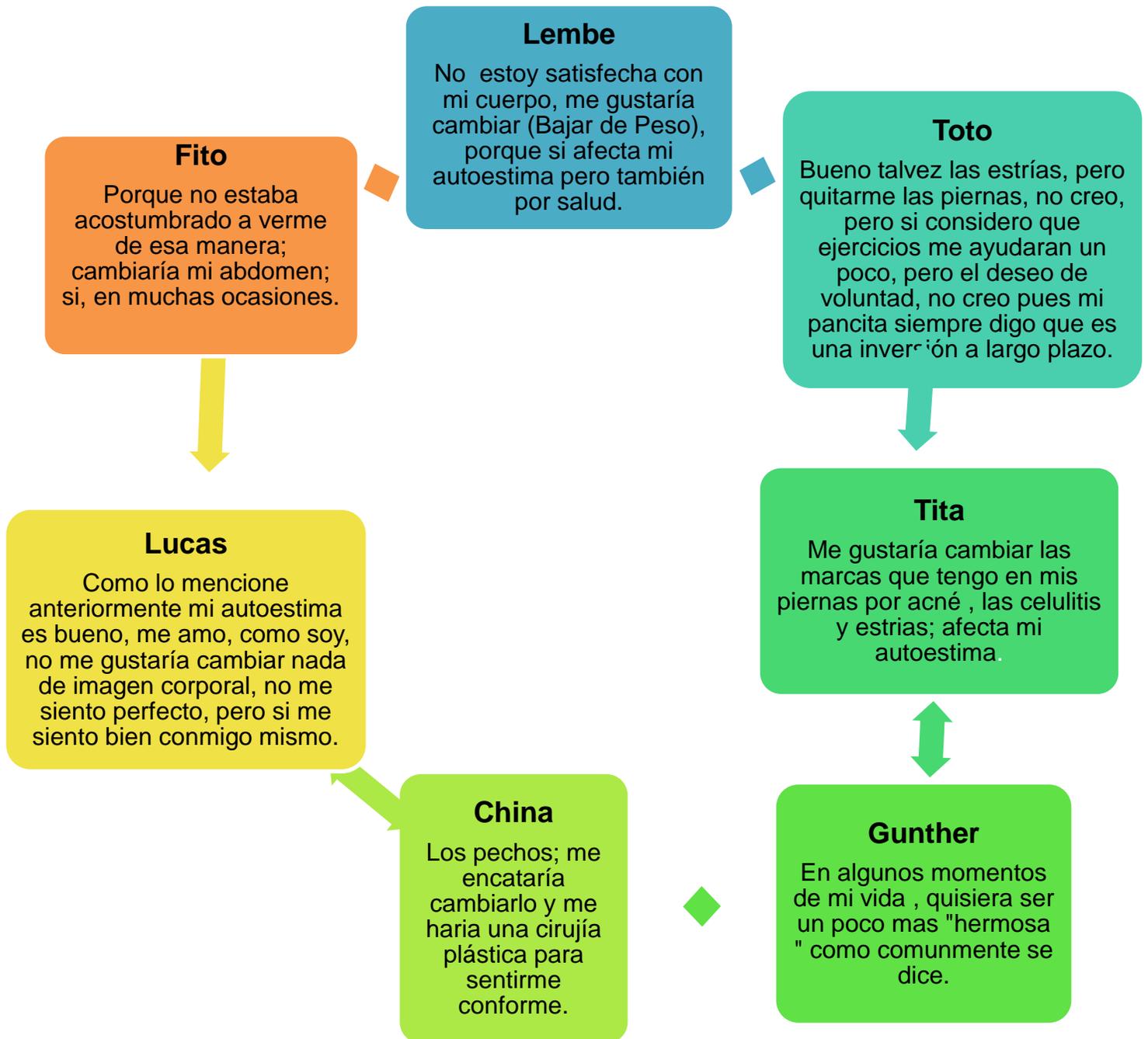
Sentir asco de uno mismo sobre la imagen corporal es algo sumamente difícil porque con esto reflejamos que si no nos queremos ni nos aceptamos como somos será difícil que el ambiente social no nos critiquen de manera negativa; haciendo que la persona sufra depresión diciendo que no sirve, no vale, que no debería existir o haciendo que el ser humano quiera desaparecer por ser señalados por las distintas formas de los cuerpos como: el tener cicatrices, manchas, marcas, tatuajes, golpes, acné etc.

Otra de las consecuencias son: los comentarios negativos del ambiente familiar expresadas al ser humano haciendo que se exija más de lo que puede dar, llegando al extremo de intento de suicidio, dietas forzadas, tomar medicamentos que no son prescritos por un profesional de la salud, provocando daños en su salud y su cuerpo dañando su imagen corporal.

Conforme nos damos cuenta como el ver que las personas que sufren insatisfacción deciden tener alivio por haberse engordado un poco, o no poner atención a lo que las personas de su alrededor los y las critiquen; etiquetándose con comentarios positivos haciendo que su insatisfacción vaya desapareciendo poco a poco.

Podemos darnos cuenta como con el tiempo estos jóvenes se brindan el debido amor propio sobre sí mismos; sin tener la melancolía de querer ser pequeños para no ser criticados y criticadas, sufriendo por el sosiego en la parte de su cuerpo con la que están insatisfechos e insatisfechas creando y teniendo pensamientos repugnantes y repulsivos de ellos y ellas sufriendo decaimientos. Una vez que estos comentarios dejan de importarles quedan con gozo de trabajar en los cambios venideros positivamente sin tener la tortura o tormento de volver a ponerle atención a los comentarios negativos o bien convirtiéndolos en apego y afecto personal en un futuro.

¿Por qué estas insatisfecha con tu imagen corporal? , ¿Qué parte de tu cuerpo te gustaría cambiar? ¿Esa parte de tu cuerpo consideras que te afecta tu autoestima?



Esquema 5 Porque estas insatisfecho con tu imagen corporal.

Fuente: entrevista a los participantes.

Las principales características que presentan las personas con insatisfacción en su imagen corporal son:

LIC. Rojas

Conductas alimentarias inadecuadas, deseo de modificar el cuerpo, deseo de aumentar la masa muscular, maquillaje, cirugías, dietas.

El bajar de peso se debe acostumbrar a hacerse por salud, no por críticas negativas de nuestro cuerpo haciendo que la persona se vea demasiada delgada queriendo engordar, o demasiado hermoso/a queriendo ser delgado/a; porque no todos los cuerpos son iguales y podemos darnos reacciones que lleven a graves consecuencias debido a la exigencia en la que nos exponemos a nosotros/as mismos/as.

También no podemos olvidar que ni los dedos de las manos son iguales, así que no todos los metabolismos o cuerpos serán iguales; el aceptar, mimar, acariciar, mantener cada una de las partes de nuestro cuerpo originalmente nos ayuda a no tener problemas sobre la manera en que la población nos mira.

Cuando el ambiente familiar nos critica por el tamaño o lo feo alguna marca de nacimiento, hace que deseemos cambiar partes de nuestro cuerpo, llegando a los extremos de suplir lo saludable con lo dañino.

## ¿Te han hecho Bullying por tu imagen corporal? ¿En Dónde?

### ¿Quiénes?

#### Lucas

- Si me han hecho, mis propios amigos con los que juego fútbol; que me han dicho que estaba gordo, y por eso llegue a bajar mi autoestima y sentirme inseguro de mi mismo; pero con el tiempo me fuí aceptando como soy.

#### Lembe

- Sí en primaria mis compañeros de clases.

#### Tita

- Creo que no me han hecho bullying por como me veo.

#### Toto

- Si, compañeros cercanos me dicen gordo, pero no me molesta en lo mas absoluto, en la universidad.

#### Gunther

- No.

#### CHina

- No.

#### Fito

- Actualmente no solo he recibido consejos para tener un pensamiento positivo y aceptar mi situación de salud.

### Esquema 6 Te han hecho bullying

Fuente: entrevista a los participantes

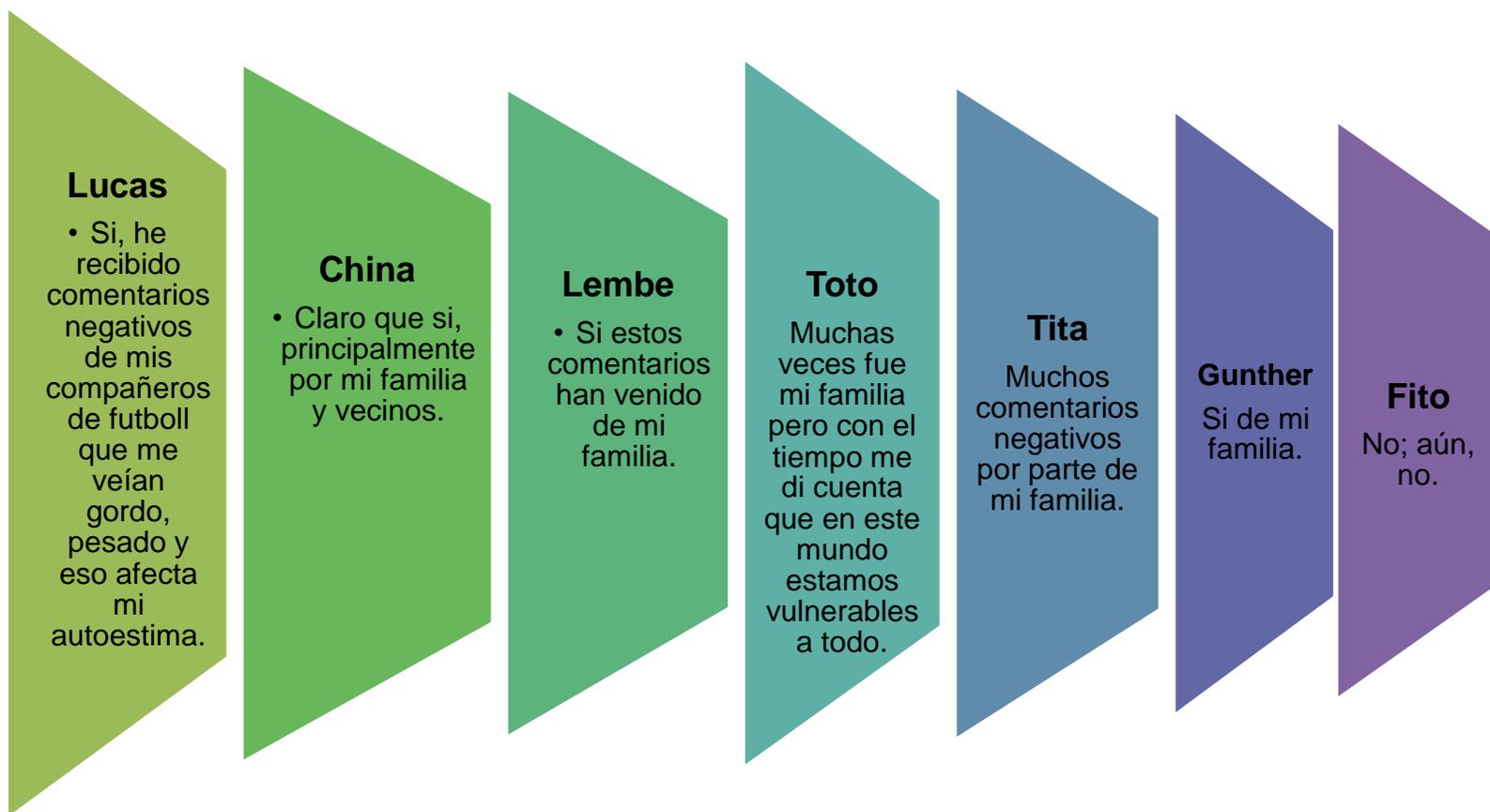
El jugar deportes debería ser una distracción positiva para todos los niños/as, adolescentes y jóvenes; ejemplo: distracción del estrés, olvidarse de los problemas, no tener baja autoestima, depresión, inseguridad, desanimo, etc. y no ser un lugar donde se reciba comentarios negativos por el ambiente social.

El ambiente social con el que frecuenta el ser humano siempre será una parte contradictoria de nuestra vida, porque así como nos pueden ayudar con consejos positivos, puede dañar o lastimar con las críticas negativas.

Cuando los jóvenes pasan por estos procesos deben de saber realmente si esas personas con las que frecuentan están siendo algo productivo o infructuosos.

El tener buenas amistades ha sido difícil para esta población porque son más los inconvenientes que lo productivo que han enfrentado con el ambiente social que frecuentan.

## ¿Has recibido comentarios negativos sobre tu cuerpo? , ¿Y de Quienes?



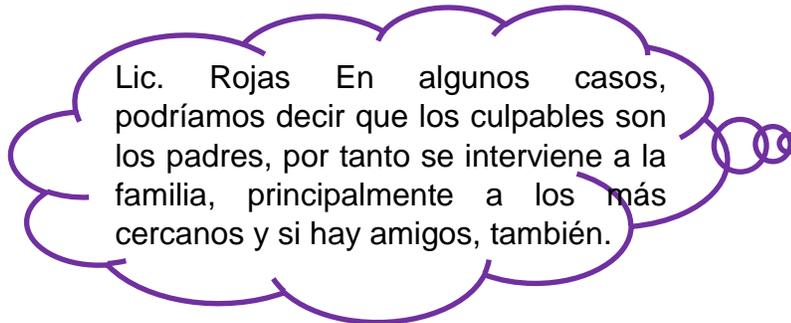
Esquema 7 Has recibido comentarios negativos sobre tu cuerpo.

Fuente: entrevista a los participantes

A continuación aportes de profesionales en la salud mental:



LIC. Rivas: El/ la paciente siente más sentimiento de culpabilidad por sí mismo; se autocrítica más fuerte.



Lic. Rojas En algunos casos, podríamos decir que los culpables son los padres, por tanto se interviene a la familia, principalmente a los más cercanos y si hay amigos, también.

Si el enfrentar críticas no constructivas por el ambiente familiar queremos saber en qué nos equivocamos, que estamos haciendo mal, cambiamos en nuestro autoestima, en nuestra manera de mirarnos, de la peor manera posible, no teniendo conocimiento de lo que nos podamos hacer en sí mismos/as.

Cuando estamos enfrentándonos a comentarios negativos en nuestras vidas más por el ambiente social debemos realizar una lista con todas nuestras habilidades y así darnos cuenta de lo que valemos.

Al pasar del tiempo y realizar todo positivamente con nosotros/as mismos/as sube el autoestima, nos elogiamos, damos valor a lo que tenemos, y decidimos cuidarnos con la ayuda necesaria y saludable el cambio es especial y único.

**¿Qué sentimientos y emociones te ha generado los comentarios o estereotipos recibidos sobre su imagen corporal?**

**Gunther**

Preocupación, Impotencia, Enojo; por no ser o estar como ellos querian que estuviera.

**Tita**

Mucha inseguridad, baja autoestima, Depresión, Ansiedad.

**Toto**

Muchas veces fueron de Tristeza, pero como la "Rana" que me acuerdo y ahora más bien me da risa-

**Lembe**

Inseguridad sobre mi misma; Ansiedad.

**Lucas**

En algún momento sentí depresión.

**Fito y China**

No me afecta.

Esquema 8 Sentimientos y emociones te generan los comentarios

Fuente: entrevista a participantes.

Las principales patologías según los expertos en salud mental son:

Tabla 6 Principales patologías según expertos de salud mental.

LIC. Rivas	Lic. Rojas
<p>Ansiedad.</p> <p>Trastornos Alimenticios ejemplo: Anorexia, Bulimia.</p> <p>En el caso que ya se vuelva extremo de llegar al punto de que se convierta en una Bulimia o Anorexia se toma como uno de los casos psiquiátricos ya que él o la paciente recurren a cometer errores extremos como Intentos de Suicidio o Intoxicaciones.</p>	<p>Baja autoestima.</p> <p>Trastorno de la alimentación o desórdenes alimenticios.</p>

Fuente: entrevista a profesionales en salud mental.

La Imagen Corporal es particularmente interiorizada a los adolescentes, sobre todo mujeres y aquellos individuos con sobrepeso u obesidad; lo que implica un factor de riesgo para el desarrollo en las alteraciones provocando un modelo estético corporal como un cuerpo esbelto haciendo que los adolescentes presionen con su crecimiento en un periodo que no está establecido (Pedersen, Gronhoj y Thogers en, 2015).

Al ser personas jóvenes sentían soledad, tristeza e Inseguridad porque es frustrante para ellos ver como el primer ambiente con el que tienen comunicación que es la Familia los hace tener dudas acerca de sus cuerpos haciendo que tomen decisiones erróneas teniendo graves consecuencias.

Empieza un cambio y un giro cuando se dan el valor que tienen, que saben lo que valen sintiéndose orgullosos y orgullosas de sí mismos y mismas, teniendo Serenidad al darse el mérito que se merecen.

También enfrentan con valentía y coraje los comentarios negativos en críticas constructivas aceptándose tal y como son, para luego pasar a sentir Alegría de ver todo lo que han logrado superar todos sus sufrimientos y las críticas o comentarios negativos debido a que van madurando y aceptando que el ser humano siempre tendrá altos y bajos, sabiendo que los valientes siempre llevan la frente en alto y no se arrepienten de nada, teniendo confianza en sí mismos y en sí mismas; dándose el Amor y la Ternura que se merecen haciendo que eso baste y sobre para tener una vida llena solo de cosas y momentos positivos; Teniendo la satisfacción de que pueden ser feliz sin hacerse daño, ni menospreciarse; logrando tener la motivación de verse sin filtros, originales, catalogándose como únicos como debe ser, sacando pecho y provecho de lo que son y de lo que tienen.

## ¿Qué has hecho para cambiar tu imagen corporal?

### Lucas

Lo que he hecho y es importante hacerlo es aceptarme a mi mismo como soy.

### China y fito

Nada, simplemente hacer lo negativo, positivo.

### Lembe

Quiero empezar a cuidarme físicamente.

### Toto

Una vez recuerdo que me fui a un lugar a inyectar por el lado de la columna en 4 secciones y tenia un cuerpazo, pero me descuide con el alcohol y pues me quede asi, el ejercicio me mantenia pero fui decayendo.

### Tita

Maquillarme, Cuidarme mi piel, ejercicio aunque no constantemente.

### Gunther

Mi familia (mamá) me daba vitaminas y comida en exceso.

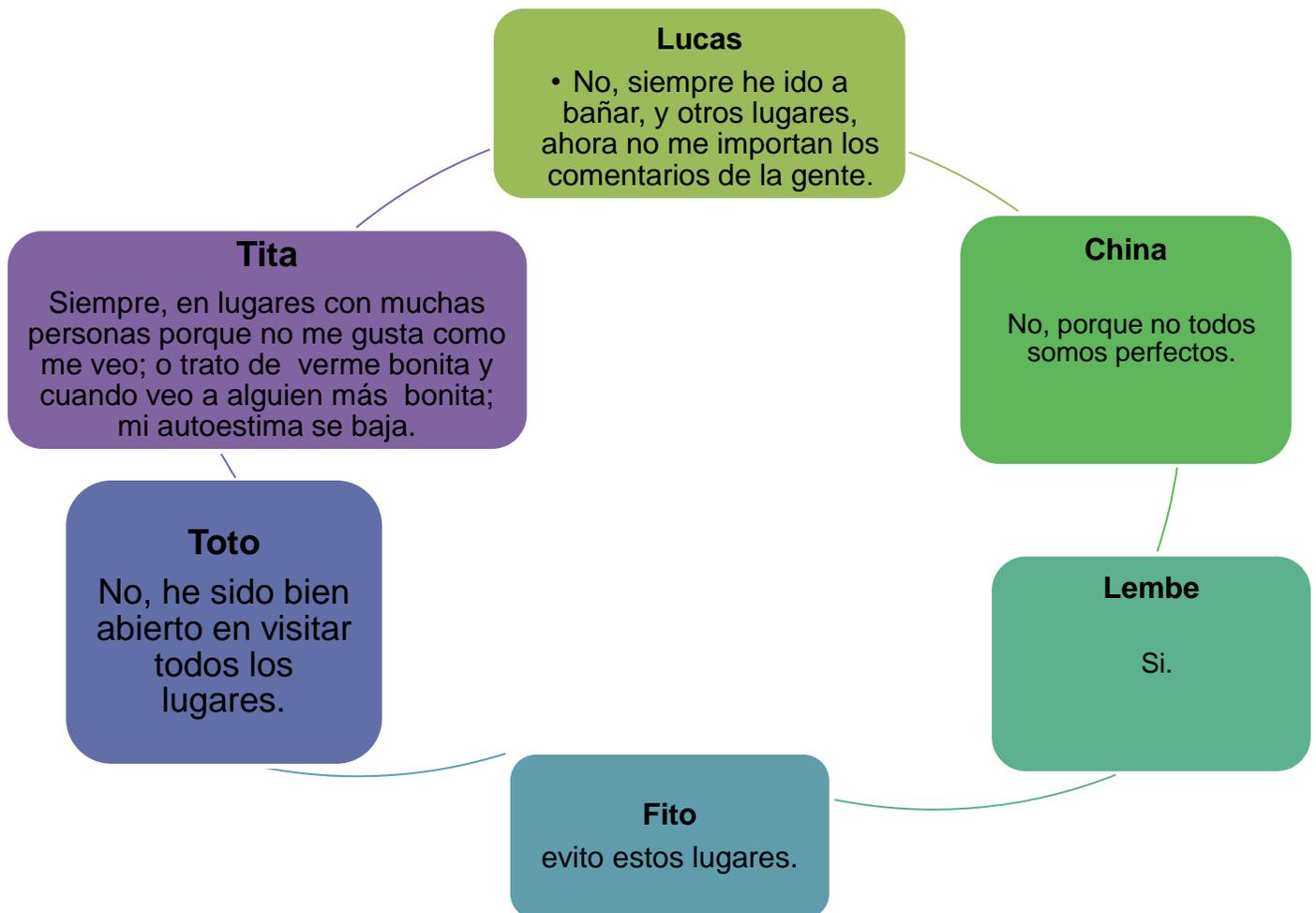
Esquema 9 Que has hecho para cambiar tu imagen corporal.

Fuente: entrevista a participantes.

La mayoría de nuestra población ha buscado tomar decisiones positivas para no afectar su cuerpo a la hora de averiguar soluciones para cambiar su imagen corporal.

Teniendo cambios en su vida que en su totalidad han sido satisfactorios porque no han tenido consecuencias graves por haber consumido diferentes productos como: (Vitaminas, laxantes o inyecciones) de manera voluntaria o impuesta por algunos familiares.

**¿Has evitado concurrir a lugares sociales en donde tengas que exponer tu cuerpo por ejemplo; piscinas, gimnasios, parques, etc.?**



Esquema 10 Has evitado concurrir lugares sociales.

Fuente: entrevista a participantes

La insatisfacción de la imagen corporal nos hace crear dudas acerca de nuestra manera de vestirnos más cuando los comentarios vienen del ambiente familiar, haciendo que los jóvenes en una cierta edad dejen de preguntarle a sus familiares cercanos como se ven con una ropa determinada, por miedo a la respuesta, también llegan a presentar cambios a la hora de quererse mostrar en público tal y como son, hasta que ellos/as maduran y saben cuan grandiosos se ven con algún tipo de prenda, hace que ya no tengan incomodidad al momento de salir como quieran y con lo quieren.

Al ver que la mayoría de nuestra población no tienen problemas con mostrarse tal y como son dentro del ambiente social, teniendo un buen comienzo para aceptarse tal y como son.

También cuando todavía hay un pequeño porcentaje de insatisfacción en salir de manera natural ya que cometen el error de dejarse llevar por los comentarios negativos del ambiente familiar.

### **¿Ha tenido que recurrir ayuda profesional ante su insatisfacción de tu imagen corporal?**

Tabla 7 Ha tenido que recurrir ayuda profesional ante su insatisfacción de tu imagen corporal.

<b>Lucas</b>	Tal vez en estos momentos si lo necesitaba más de un psicólogo, porque me sentía con decepción deportiva cuando no podía seguir haciendo.
<b>Lembe</b>	Si esta ayuda profesional me hizo ver lo que tengo que hacer por mí misma, por salud y bienestar, no por lo que dicen los demás no.
<b>Fito</b>	No, nunca.
<b>China</b>	Nunca.
<b>Toto</b>	Una vez con un psicólogo, pero actualmente, no.
<b>Tita</b>	No, por mi voluntad, mi mamá me lleva a un nutricionista y cosas así, pero en el fondo

	me sentía bien conmigo misma.
<b>Gunther</b>	No, por mi voluntad, mi mama me lleva a un nutricionista y cosas así, pero en el fondo me sentía bien conmigo misma.

Fuente: entrevista a participantes.

La terapia que recomendarían los profesionales entrevistados a las personas que están insatisfechas con su imagen corporal son:

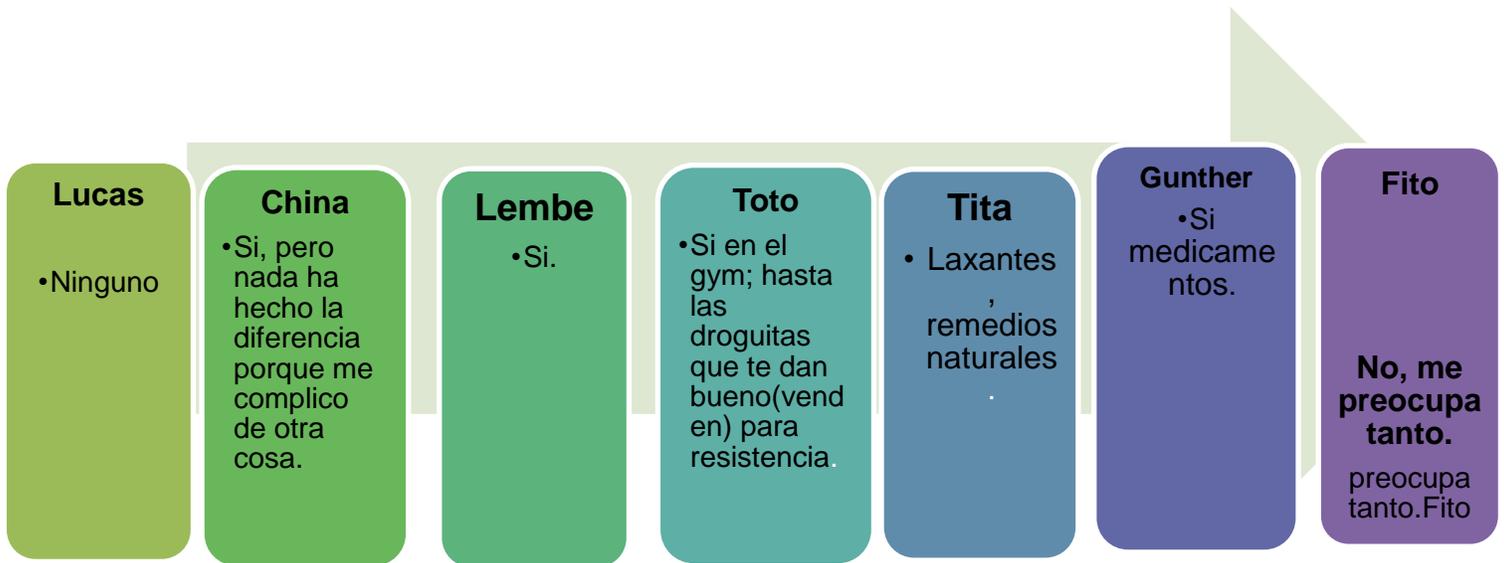


Esquema 11 Terapias recomendadas por profesionales de la salud mental.

Fuente: entrevista a profesionales de salud mental.

El recurrir a buscar ayuda con profesionales no es un Pecado o Locura ya que esto es apoyo mutuo entre el paciente y el profesional de la salud mental brindando psicoterapia cognitiva conductual y en algunos casos se realizan referencias a psiquiatría para tratamiento con psicofármacos para el manejo de depresión y ansiedad.

### ¿Has tomado algún tipo de tratamiento para cambiar tu cuerpo?



Esquema 12 Has tomado algún tratamiento para cambiar tu cuerpo.

**Fuente:** entrevista a participantes.

La mayor parte de nuestra población han tenido que llegar al extremo de auto-medicarse, o usar medicinas que no se le han pre-escrito para según ellos/as tener un socorro en su insatisfacción sin saber la reacción o la consecuencia que eso pueda causar.

Es increíble saber que uno de los apoyos con los que contaban estos jóvenes era el ambiente familiar, como es posible que sus padres, hermanos, tías, hermanas; etc; incentiven a estas personas a afectar de una manera errónea su insatisfacción

en vez de ayudarles a buscar ayuda o apoyarlos/as con mensajes o comentarios positivos.

Es por eso que con la madurez que enfrentan su insatisfacción es asombrosa, porque con eso basta y sobra para que ellos/as se miren bien.

### ¿Has visto cambio en tú cuerpo al tomar tratamiento? Justifique.



•Ningun tipo de tratamiento.

• Si, tome Hormonas y Anticonceptivos, pero eso provocó Acné en mi rostro y provocó daños secundarios.

•No, porque el problema de mi "Sobre Peso" también es emocional, mientras no trabaje mis emociones es difícil que pueda ver un cambio.



•Si, de hecho tenía un cuerpo mas definido pero la falta de voluntad y de disciplina me veo aqui y me siento feliz.

• Sí , cuando tomaba laxantes, fue cuando mas delgada estuve pero más enferma.

•No, porque mi contextura de cuerpo es delgada no es por falta de vitaminas o comida.

No nunca.

Esquema 13 Has visto cambios en tú cuerpo.

**Fuente: entrevista a participantes.**

A pesar de saber que los medicamentos que no son pre-escritos nos hacen daño para nuestro cuerpo, paramos hasta que vemos que ya no damos más, nos damos cuenta de las consecuencias como por ejemplo: acné, problemas emocionales; porque no todos los organismos son iguales hay personas que les

puede ocasionar: paro cardiaco, desnutrición; haciendo que estas personas caigan en una depresión severa y lleguen al punto de ni reconocerse asimismo/as.

El abuso de medicinas que no nos dan ningún beneficio sino más bien maleficios, convirtiéndonos en monstruos , cuando el ambiente familiar interviene para darle seguimiento a estos errores las consecuencias es más graves, haciendo que nuestros cuerpos no tengan salida y es donde vienen los lavados estomacales.

También otra de las consecuencias es que el ser humano puede crear una adicción de estas, pasando a ser actos suicidas sobre ellos/as mismos/as.

### ¿Has quedado satisfecho al tomar tratamiento?

Tabla 8 Has quedado satisfecho al tomar tratamiento.

<b>Toto</b>	<b>Fito</b>
<b>Si</b>	No utilizo nada de tratamiento.
<b>Tita</b>	<b>Lembé</b>
<b>No</b>	No.
<b>Gunther</b>	<b>China</b>
<b>No, porque yo me sentía bien pero mi familia no estaba contenta con eso</b>	No.
<b>Lucas</b>	
<b>No tomo ningún tratamiento.</b>	

Fuente: entrevista a participantes.

En este punto podemos ver que estos jóvenes están conscientes del daño emocional que les causó la insatisfacción, pero han buscado soporte emocional con profesionales de salud. Los participantes de este proceso han pasado por etapas difíciles han tocado fondo y han descubierto la necesidad de aceptarse sin importar el qué dirán y trabajar su autoestima. En estos procesos es difícil

enfrentarlos y luchar con ellos/as así que tener la valentía de volver a empezar de 0 es un punto de inicio positivo para nuestra imagen corporal.

## CAPÍTULO V

### 5.1.- Conclusiones

Al finalizar el estudio llegamos a las siguientes conclusiones:

Para darle salida a nuestro objetivo general se analizó los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal son los siguientes: relaciones interpersonales, ambiente familiar, medios de comunicación, redes sociales, estereotipos sociales y bajo nivel de autoestima.

1.- Las características sociodemográficas de los estudiantes de tercer año de la carrera de Trabajo Social son que predomina el sexo femenino y la religión católica, están entre las edades de 19 a 28 años, se encuentran actualmente solteros, todos cuentan con medios de comunicación y redes sociales.

2.- Los factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal han sido los siguientes: ambiente familiar, redes sociales, medios de comunicación, estereotipos sociales, relaciones interpersonales y autoestima deficiente.

3.- Las principales emociones y sentimientos identificados fueron: asco, Depresión, Preocupación, Impotencia, Enojo, Inseguridad, Tristeza, ansiedad.

## 5.2.- Recomendaciones

A los participantes de este estudio

- Promover la aceptación de la imagen corporal a través del reconocimiento de sí mismas. A partir de una orientación tanto a nivel físico como emocional, buscando su propia realización interior y que de esta manera puedan mejorar adecuadamente las diferentes críticas a su cuerpo y a su apariencia física.

**A la facultad de ciencias y humanidades de la FAREM:**

- Articular alianzas estratégicas con el Ministerio de Salud considerando que la insatisfacción de la imagen corporal es un factor de riesgo para el desarrollo de trastornos psicológicos.
- Fortalecer espacio de atención psicológico ( CAOP) para el autoconocimiento, tomando como base el enfoque Centrado en la Persona, para que sean capaces de identificar conductas, sentimientos y pensamientos que promuevan su poder personal, que enriquezcan el concepto que tienen de sí mismas.
- Fortalecer dinámicas de convivencia sana entre pares, que incluyan actividades deportivas, artísticas y recreativas o de esparcimiento como elemento cotidiano para evitar el aislamiento social y por ende la dependencia de las redes sociales.

**A los medios de comunicación:**

- Emitir mensajes basados en valores favorables a la salud coherente con la autoestima y cuidado de la salud física, y psicológica.

### 5.3.- Bibliografía

- 1) Alcántara (1997)[Autoestima]  
[https://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtualData/Tesis/Human/Vildoso\\_C\\_J/Bibliografia.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtualData/Tesis/Human/Vildoso_C_J/Bibliografia.pdf).
- 2) Acosta y Gómez (1994) [Causas de la Insatisfacción de la Imagen Corporal ]  
<https://www.scribd.com/document/321908508/Clase-de-Lenguaje-sobre-los-Medios-de-Comunicacion>
- 3) Branden N. (2003)[El poder del Autoestima]  
<https://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>
- 4) Blasco (2007)[Tipo de Enfoque: Cualitativo]  
[https://www.eumed.net/tesisdoctorales/2012/mirm/enfoque\\_cualitativo.html#:~:text=4.3.2%20Enfoque%20cualitativo,acuerdo%20con%20las%20personas%20implicadas](https://www.eumed.net/tesisdoctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html#:~:text=4.3.2%20Enfoque%20cualitativo,acuerdo%20con%20las%20personas%20implicadas).
- 5) Cash y Pruzinsky (1990)[Tipos de Insatisfacción de Imagen Corporal]  
[https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/266071/sandra\\_ayelo\\_maria\\_marijuan\\_tfm.pdf?sequence=1](https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/266071/sandra_ayelo_maria_marijuan_tfm.pdf?sequence=1)
- 6) Cabrera Cruz M. (2004)[Emociones y Salud]  
<http://www.scielo.org.co/pdf/cadm/v28n51/v28n51a04.pdf>
- 7) Centro Antonio Valdivieso (2007)[Manejo de Emociones]  
[https://issuu.com/minednicaragua/docs/guia\\_de\\_apoyo\\_psicosocial](https://issuu.com/minednicaragua/docs/guia_de_apoyo_psicosocial)

- 8)** D. Olweus (1999)[Bullying]  
<http://convivejoven.semsys.itesi.edu.mx/cargas/Articulos/ACOSO%20ESCOLAR%20BULLYING%2C%20EN%20LAS%20ESCUELAS-HECHOS%20E%20INTERVENCIONES.pdf>
- 9)** Emile Durkheim (2017)[Suicidio]  
[https://es.wikipedia.org/wiki/El\\_suicidio](https://es.wikipedia.org/wiki/El_suicidio)
- 10)** García Alonso(2018)[Depresión]  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3106687>
- 11)** Gokee y Tantleff Dunn (2004)[Relaciones Interpersonales]  
[www.camjol.info](http://www.camjol.info)
- 12)** Hernández (2013)[Corte de Investigación]  
<https://www.redalyc.org/pdf/447/44746861009.pdf>
- 13)** Luis Olavarría (2019)[Síntomas Suicidio]  
<https://www.infobae.com/documentales/2020/01/18/suicidio-o-asesinato-las-dos-hipotesis-sobre-la-muerte-de-alberto-nisman-cinco-anos-despues/>
- 14)** Morselli(1891)[Consecuencias Insatisfacción de la Imagen Corporal]  
<https://hera.ugr.es/tesisugr/18947761.pdf>

- 15)** Muñoz(2013)[Tipo de Diseño: Fenomenológico ]  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S113212962017000100015](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113212962017000100015)
- 16)** Otto (2017)[Bulimia]  
<https://es.wikipedia.org/wiki/Bulimia>
- 17)** Organización Mundial de la Salud(2017)[Suicidio]  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- 18)** Pérez(2010)[Teóricos ]  
<https://dle.rae.es/teoric>.
- 19)** Pérez (2008) [Empíricos: Aplicación de Test]  
<https://dle.rae.es/test>
- 20)** Porto y Gardey(2008)[Entrevista en Profundidad]  
<https://core.ac.uk/download/pdf/129438022.pdf>
- 21)** Pruzinsky y Cash(1990)[Definición Insatisfacción Imagen Corporal]  
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126259002.pdf>
- 22)** Ramírez Arcilla y Buriticá Castrillón(2004)[Tipo de Paradigma: Interpretativo ]  
[https://www.academia.edu/6530612/PARADIGMAS\\_Y\\_MO  
DELOS\\_DE\\_INVESTIGACI%C3%93N\\_GU%C3%8DA\\_DI  
D%C3%81CTICA\\_Y\\_M%C3%93DULO\\_Texto\\_reestructura  
do\\_por](https://www.academia.edu/6530612/PARADIGMAS_Y_MO_DELOS_DE_INVESTIGACI%C3%93N_GU%C3%8DA_DID%C3%81CTICA_Y_M%C3%93DULO_Texto_reestructurado_por)

- 23)** Revee(1994)[Emociones]  
<https://baizhen.wordpress.com/2012/02/14/funciones-de-la-emocion/>
- 24)** Sampieri(2006)[Grupos Focales con Metodología Participativa]  
<https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733230009.pdf>
- 25)** Sampieri(2013)[Tipo de Estudio por su profundidad: Descriptiva]  
  
<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- 26)** Stice Schupak Neuberg, Shaw y Stein (1994)[Marco Teórico: Medios de Comunicación ]  
  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-15232014000100004](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232014000100004)

## ANEXOS

## ANEXO 1

### FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA

#### UNAN – FAREM – MATAGALPA

#### SISTEMA CATEGORIAL

Categoría	Dimensión	Sub dimensión	Aporte teórico	Preguntas
1. <b>Insatisfacción corporal</b>	Definición		Pruzinsky y Cash (1990) consideran que la imagen corporal que cada individuo tiene es una experiencia fundamentalmente subjetiva, y que no tiene por qué haber un buen correlato con la realidad.	¿Qué entiende por insatisfacción de la imagen corporal? ¿Conque parte de tu cuerpo no estas satisfecho? ¿Has recibido comentarios negativos sobre tu cuerpo? ¿Qué has hecho para cambiar tu cuerpo? ¿Has tomado algún tipo de tratamiento para cambiar tu cuerpo?

<b>2.</b> <b>Causas de la</b> <b>insatisfacción</b> <b>corporal</b>	Redes sociales:		Las redes sociales son sitios de Internet formados por comunidades de individuos con intereses o actividades en común, y que permiten el contacto entre estos, con el objetivo de comunicarse e intercambiar información.	¿Cuáles son las redes sociales que más frecuente?
	Medios de comunicación.		Se conoce como medios de comunicación todos aquellos instrumentos, canales o formas de transmisión de la información de que se valen los seres humanos para realizar el proceso comunicativo. Los medios de comunicación son tan amplios que abarcan desde la escritura hasta las tecnologías de la información y comunicación de la actualidad.	¿Qué medio de comunicación utilizas frecuentemente?
			El ambiente familiar es el conjunto de	¿Alguna vez ha escuchado de sus familiares comentarios negativos

Ambiente familiar		relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio.	sobre su físico?
Relaciones interpersonales y amistades.		Es una interacción recíproca entre dos o más personas. Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social.	¿De todas tus amistades quienes te apoyan más?
Estereotipos		Es un concepto, idea o modelo de imagen que se le atribuye a las personas o grupos sociales, muchas veces de manera preconcebida y sin fundamentos teóricos.	¿Qué entiende por estereotipos? ¿Alguna vez has recibido una crítica negativa de tu manera de ser físicamente?
Bullying		El bullying o acoso escolar se refiere a un tipo de comportamiento violento e intimidatorio que se ejerce de manera verbal, física o psicológica entre niños y adolescentes durante la etapa escolar.	¿En algún momento haz hecho bullying a las personas de tu entorno social?

	Autoestima		<p>Para Branden (2003), La autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada uno de nosotros, comprendiendo esa experiencia de ser aptos para la vida; siendo una necesidad básica muy importante para el ser humano, la cual efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, además es indispensable para el desarrollo normal y sano, teniendo un valor de supervivencia; confiando en la propia mente y en saber que somos merecedores de la felicidad.</p>	¿Qué significa Autoestima para ti?
<b>3. Consecuencias de la insatisfacción corporal.</b>	Depresión		<p>La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa, falta de autoestima, trastorno de sueño o de apetito y falta de</p>	

			concentración.	
	Trastorno de alimentación		Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen alteraciones severas en la ingesta de los alimentos, en personas que presentan patrones distorsionados en el acto de comer en respuesta a un impulso psíquico.	<p>¿Qué entiende por trastorno alimenticio?</p> <p>¿Se alimenta adecuadamente y sanamente?</p>
	Bulimia		Según Otto (2017) La bulimia o bulimia nerviosa es un trastorno alimenticio y psicológico caracterizado por la adopción de conductas en las cuales el individuo se aleja de las formas de alimentación saludables, consumiendo comida en exceso en períodos de tiempo muy cortos, seguido de un período de arrepentimiento, el cual puede llevar al individuo a eliminar el exceso de alimento a través de vómitos o	<p>¿Sabes las consecuencias que puede tener el sufrir este trastorno alimenticio?</p>

			laxantes.	
	Anorexia		Según la <b>Organización Mundial de la Salud (OMS)</b> , la anorexia es un <b>trastorno mental y de la conducta alimentaria. Se trata de una patología mental, puesto que el miedo a engordar condiciona el estado anímico y psíquico del paciente.</b> La anorexia es una <b>enfermedad que puede convertirse en crónica, en la cual las recaídas son frecuentes y que puede afectar de manera grave a la salud del paciente y a su calidad de vida</b>	
	Las emociones		Según Reeve (1994) Las emociones son una función que se confiere como una utilidad que permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales de manera que vaya	¿ Que entiende por emoción ¿Cuáles emociones has experimentado en relación a tu imagen corporal?

			generando una independencia en una cualidad hedónica en su adaptación social e individual; También es un mecanismo adaptivo que mediante procesos naturales, hábitos y acciones directas a la hora de llevar a cabo sus emociones	
	Los sentimientos		Maturana Humberto 2005 Un sentimiento es la suma de una emoción y un pensamiento., una emoción se transforma en sentimiento en la medida que uno toma consciencia de ella.	¿Qué entiende por un sentimiento? ¿Cómo expresas tus sentimientos?



## **Anexo 2. Consentimiento informado**

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA**

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA**

**UNAN – FAREM – MATAGALPA**

### **Consentimiento Informado.**

Acepto voluntariamente participar en el estudio de investigación titulado “Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de III año de la carrera de Trabajo Social en periodo II semestre del 2020. Mi participación consiste en aportar durante el grupo focal a una serie de preguntas y actividades dirigidas y que me han asegurado que los datos que proporcione serán confidenciales, y es anónimo.

Le aseguramos que sus respuestas serán de total discreción, no se sientan obligados a responder si usted no desea. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas.

Su participación es totalmente voluntaria, pero su experiencia podría ser de mucha utilidad para otras personas que se encuentren insatisfechas con la su imagen corporal. Cualquier duda o aclaración puedo acudir a la responsable del estudio ya que ellas serán las únicas que tendrá acceso a la información. ¿Está de acuerdo a participar en esta investigación?

Firma de aceptación



### Anexo 3. Ficha sociodemográfica

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA

FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA

UNAN – FAREM – MATAGALPA

#### FICHA PARTICIPANTES EN GRUPO FOCAL

Te solicitamos llenar esta ficha que nos aportará características sociodemográficas de los participantes en esta investigación, te aseguramos que tu información será manejada con confidencialidad y discreción por las encargadas de esta investigación: Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal con estudiantes de III año de la carrera de Trabajo social en el período II semestre del 2020

Nombre seudónimo	Estado civil:
Edad:	Religión:
Sexo:	Otros estudios
Procedencia:	Cuenta con medios de entretenimiento Televisión Radio Celular Internet
Actualmente padeces de alguna enfermedad :Cual	Con cuantas personas vives.
Trabajas actualmente	
Vives con tus padres	Redes Sociales Cuales
Trabajan tus padres	En que trabajan

Gracias por brindarnos esta valiosa información



**Anexo 4: entrevista a profesionales de salud mental.**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA**  
**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA**  
**UNAN – FAREM – MATAGALPA**  
**ENTREVISTA A PROFUNDIDAD**

Dirigida a: Profesionales de salud mental del municipio de Matagalpa.

Somos estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social y nos dirigimos a usted con el Objetivo de recolectar información para el proceso de investigación sobre “Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal de estudiantes del tercer año de trabajo social en el año 2020”, a través de una entrevista a profundidad, le aseguramos que la información será manejada con sigilo profesional le aseguramos que sus respuestas serán de total discreción y que sus opiniones, vivencias y experiencias facilitaran la realización de esta investigación, le agradecemos su colaboración en este proceso de investigación.

**Guía de preguntas.**

- 1.- ¿Que es para usted la insatisfacción de la imagen corporal?
- 2.- ¿Qué factores o causas que influyen en que muchas personas no están satisfechas con su imagen corporal?
3. ¿De qué manera interfiere la insatisfacción de la imagen corporal en el desarrollo, psicológico y social de las personas?
- 4.- ¿Desde su experiencia quienes son los frecuentes a presentar insatisfacción de la imagen corporal?
5. ¿Qué consecuencias trae la insatisfacción de la imagen corporal?
- 6.- ¿Que Trastornos psicológicos surgen a partir de la insatisfacción de la imagen corporal?
- 7.- ¿Cómo apoyar o qué tipo de terapia a las personas que están insatisfechas con su imagen corporal?
- 8.- ¿Ha atendido casos de insatisfacción de la imagen corporal?



## **Anexo 5: entrevista a participantes**

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA**

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA**

**UNAN – FAREM – MATAGALPA**

### **Guía de preguntas para Grupo focal**

Dirigida a: estudiantes de III Año de la carrera de trabajo social

Somos estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social y nos dirigimos a usted con el Objetivo de recolectar información para el proceso de investigación sobre “ Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal de estudiantes del tercer año de trabajo social en el año 2020”, a través de una entrevista a profundidad que se desarrollaran durante el grupo focal utilizando metodología participativa, le aseguramos que la información será manejada con sigilo profesional le aseguramos que sus respuestas serán de total discreción y que sus opiniones, vivencias y experiencias facilitarán la realización de esta investigación, le agradecemos su colaboración en este proceso de investigación.

#### **Guía de preguntas.**

- 1.- ¿Alguna vez has estado preocupado por su figura corporal?
- 2.- ¿Con que parte de tu cuerpo no estas satisfecho?
- 3.- ¿Porque no estas satisfecho con tu imagen corporal, que parte de tu cuerpo te gustaría cambiar?
- 4.- ¿En dónde has recibido información sobre cuerpo perfecto?
- 5.- ¿Te han realizado bullying por tu imagen corporal? ¿En dónde? ¿Quiénes?
- 6.- ¿Has recibido comentarios negativos sobre tu cuerpo?
- 7.- ¿Qué sentimientos y emociones te ha generado los comentarios o estereotipo recibidos sobre imagen corporal?
- 8.- ¿Qué has realizado para cambiar tu imagen corporal?
- 9.- ¿Has evitado concurrir a lugares sociales en donde tengas que exponer tu cuerpo por ejemplo piscinas, gimnasios; parques, otros?

10.- ¿Has tenido que recurrir ayuda profesional ante su insatisfacción de tu imagen corporal?

11.- ¿Qué sientes cuando te miras al espejo?

12.- ¿Has tomado algún tipo de tratamiento para cambiar tu cuerpo?



### Anexo 6: test de autoestima

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA

FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA

UNAN – FAREM – MATAGALPA

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE COOPER SMITH

Dirigida a: estudiantes de III Año de la carrera de trabajo social

Somos estudiantes de V año de la carrera de Trabajo Social y nos dirigimos a usted con el Objetivo de recolectar información para el proceso de investigación sobre

“Factores que inciden en la insatisfacción de la imagen corporal de estudiantes del tercer año de trabajo social en el año 2020”, a través de la escala de autoestima de Cooper Smith

Seudónimo \_\_\_\_\_ EDAD: \_\_\_\_\_

Nº	ITEMS	SI	NO	PUNTAJE
1	Más de una vez he deseado ser otra persona			
2	Me cuesta mucho hablar ante un grupo			
3	Hay muchas cosas en mi vida que cambiaría si pudiera			
4	Tomar decisiones no es algo que me cueste			
5	Conmigo se divierte uno mucho			
6	En casa me enfado a menudo			
7	Me cuesta mucho acostumbrarme a algo nuevo			
8	Soy una persona popular entre la gente de mi edad			
9	Mi familia espera demasiado de mí			
10	En casa se respetan bastante mis sentimientos			
11	Suelo ceder con bastante facilidad			
12	No es nada fácil ser yo			
13	En mi vida todo está muy enmarañado			
14	La gente suele secundar mis ideas			
15	No tengo muy buena opinión de mí mismo			
16	Hay muchas ocasiones en las que me gustaría dejar mi casa			
17	A menudo me siento hartado (a) del trabajo que realizo			

18	Soy más feo (a) que el común de los mortales			
19	Si tengo algo que decir, lo digo normalmente			
20	Mi familia me comprende			
21	Casi todo el mundo que conozco, cae mejor que yo a los demás			
22	Me siento presionado (a) por mi familia			
23	Cuando hago algo, frecuentemente me desanimo			
24	Las cosas no suelen preocuparme mucho			
25	No soy una persona muy de fiar			
	<b>PUNTAJE</b>			

## Anexo 7: diseño metodológico del 1er taller con los participantes

### Taller #1: Introducción al proceso de investigación

**Objetivo:** Dar a conocer a los estudiantes de tercer año de Trabajo Social de la UNAN- FAREM Matagalpa el tema de investigación.

<b>Acción Y Estrategia</b>	<b>Procedimientos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Recursos</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Presentación.</b>	Breve introducción de lo que se elaborara en el taller, luego que cada una de las facilitadoras se presente.	Dar a conocer a los participantes los objetivos de la investigación.	Palelógrafos. Marcadores. -Teipe.	<b>10 Minutos.</b>	<b>María José Chamorro Matamoros.</b>  -Ivania Guadalupe Palacios Aráuz.  -María Gabriela Pravia Herrera.
<b>Lista de Asistencia.</b>	Facilitar una hoja enumerada en donde cada uno de los participantes tiene que anotar sus datos.	Esta actividad se realiza con el motivo de llevar un control para saber con cuantas personas se contara para realizar los talleres durante la investigación.	<b>Fomy.</b> <b>-Hoja de Block.</b> <b>-Marcadores.</b> <b>-Pega.</b>	<b>10 Minutos.</b>	<b>-María José Chamorro Matamoros.</b>
<b>Reglas de Oro.</b>	El facilitador dará la oportunidad a cada uno de los participantes de que establezcan reglas que se llevaran a cabo durante la realización del proceso de	El objetivo por el cual se realiza esta actividad es para establecer maneras positivas de cómo realizar el taller	<b>Papelografo.</b> <b>Marcador.</b> <b>-Teipe.</b>	<b>15 Minutos.</b>	<b>Ivania Guadalupe Palacios Aráuz.</b>

	investigación.	durante el proceso de investigación.			
<b>“Me pica aquí...”</b>	En esta dinámica se ubican todos/as los/as participantes en círculo, de pie, el facilitador inicia la presentación diciendo “Mi nombre es...y me pica aquí” se rasca algún lugar del cuerpo. El/la participante de la derecha, dice el nombre del facilitador, donde le pica a su oponente (con el gesto), y luego el o la otra participante realiza otro gesto y así sucesivamente.	El objetivo de esta dinámica es socializar con el grupo para entrar en calor y conocerlos(as)		<b>20 Minutos.</b>	<b>María Gabriela Pravia Herrera.</b>
<b>“El pueblo manda”</b>	En esta dinámica se les explica a los participantes que se les dará una indicación que ellos deben seguir, solo cuando la consigna sea correcta, por ejemplo “El pueblo manda que se pongan de pie”, entonces ellos lo deben realizar. Las órdenes deben ser rápidas y alternadas con consignas diferentes, por ejemplo “el pueblo dice den vueltas por la sala” en este	El objetivo de esta actividad es salir un poco de la zona de confort para observar cómo se concentran los participantes		<b>20 Minutos.</b>	<b>Ivania Guadalupe Palacios Aráuz-</b>

	caso quien lo realice, sale del juego.				
<b>“Mundo”</b>	Todos/as los/as participantes se ubican en círculo, puede ser sentados o de pie. El/la facilitador/a con una pelota en el centro mencionará un elemento, tierra, mar o cielo y arroja la pelota a un/a participante, quien deberá decir el nombre de un animal, por ejemplo “mar: pez espada” y no pez o pescado. Quien se tarde en responder, repita o se equivoque, pasa al centro. Cuando un/a participante dice “Mundo” al recibir o lanzar la pelota, todos se cambian de lugar, quien quedó con la pelota pasa al centro.	El objetivo de esta dinámica es lograr la participación, Concentración e Integración del grupo facilitador con los participantes,	<b>-Pelota.</b>	<b>20 Minutos.</b>	<b>María José Chamorro Matamoros.</b>
	Todos los participantes se sientan en círculo, se dice que vamos a numerarnos en voz alta y que todos a los que les toque un múltiplo de tres (3-6-9-12, etc.) o un número que termina en tres (13-23-33, etc.) debe decir ¡BUM! en	El objetivo de esta dinámica es animación		<b>10 Minutos.</b>	<b>-María Gabriela Pravia Herrera.</b>

<p><b>EL BUM.</b></p>	<p>lugar del número; el que sigue debe continuar la numeración. Ejemplo: se empieza, UNO, el siguiente DOS, al que le corresponde decir TRES dice BUM, el siguiente dice CUATRO, etc; el que no diga BUM en vez de 3 sale del juego; La numeración debe irse diciendo rápidamente; si un compañero tarda mucho también queda descalificado.</p>	<p>y concentración del taller.</p>			
-----------------------	---	------------------------------------	--	--	--

**Anexo 8. Diseño metodológico del 2do taller**

**Taller #2: Recolección de Datos.**

**Objetivo:** Explorar los conocimientos que tenían los participantes del tema investigado.

Aplicar la ficha de caracterización a cada uno de los participantes.

Momentos	Proceso Metodológico	Tiempo	Recursos	Responsables
----------	----------------------	--------	----------	--------------

Breve introducción sobre el tema	Las facilitadoras repartirán a cada uno de los participantes una hoja de color en donde ellos tendrán que escribir que entienden por insatisfacción en la imagen corporal luego pasaran a pegarlo en la pizarra y cada uno explicara lo que haya escrito en su hoja.	10 minutos	Hojas de colores Teipe Papelógrafo	Ivania Guadalupe Palacios María Gabriela Pravia María José Chamorro
Dinámica	La facilitadora orientara a los participantes que deberán buscar una pareja con la que tengan mayor afinidad y tendrán que escribir 3 cualidades y 3 cosas que le gusten de su pareja, cada pareja pasara adelante a decir enfrente lo que cada uno escribió del otro, luego orientara que se pongan con las personas que no se hayan relacionado y hagan lo mismo que hicieron con la primer pareja	15 minutos	Hojas	Ivania Guadalupe Palacios
Árbol problema	Se colocara en la pizarra un árbol en donde la facilitadora explicara a los participantes que deberán mencionar las causas y los efectos que para ellos conllevan a la insatisfacción de la imagen corporal.	20 minutos	Papelógrafos Teipe	María Gabriela Pravia
Ficha de caracterización	La facilitadora le entregara a cada uno de los participantes una hoja que tendrán que llenar con sus datos.	5 minutos	-	María José Chamorro

Hoja de consentimiento	La facilitadora repartió a los participantes una hoja en donde se les solicitaba su permiso para tomar fotos de todo lo realizado en los diferentes encuentros.		-	Ivania Guadalupe Palacios
Dinámica De evaluación (pétalos de flor)	En un Papelógrafo se dibuja una margarita con unos pétalos bien grandotes, en cada pétalo de la flor cada uno de los participantes pondrá su valoración privada. Cuando todos hayan puesto sus indicaciones se pasa a pegar a la flor que está en la pizarra.	10 minutos	-	María Gabriela Pravia

Acción Y Estrategía	Procedimientos	Objetivos	Recursos	Tiempo	Responsables
---------------------------	----------------	-----------	----------	--------	--------------

**Anexo 9: Diseño metodológico del 3er taller**

**OBJETIVO: Crear un ambiente de confianza entre las facilitadoras y los participantes.**

**Desarrollar un breve conversatorio con la guía de preguntas sobre el tema.**

Presentación.	Dar una breve introducción de lo que se elaborara en el taller, luego que cada una de las facilitadoras se presente.	Dar a conocer a los participantes los objetivos de la investigación.	-Papelografo. -Marcadores. -Teipe.	<b>10 Minutos.</b>	<b>María José Chamorro Matamoros.</b> <b>-Ivania Guadalupe Palacios Aráuz.</b> <b>-María Gabriela Pravia Herrera.</b>
Lista de Asistencia.	Facilitar una hoja enumerada en donde cada uno de los participantes tiene que anotar sus datos.	Esta actividad se realiza con el motivo de llevar un control para saber con cuantas personas se contara para realizar los talleres durante la investigación.	-Fomy. -Hoja de Block. -Marcadores. -Pega.	<b>10 Minutos.</b>	<b>-Ivania Guadalupe Palacios Aráuz.</b>
Dinámica de Autoestima Emociones a través de la música.	Esta dinámica hará que los participantes recuerden buenos y, malos momentos, Reír, Llorar, Suspirar, etc.	Conectar con la emoción de la ternura y de la rabia a través de la música.	<b>Celular.</b>	<b>15 Minutos.</b>	<b>-María José Chamorro Matamoros.</b>

Aplicación de Entrevista.	Los participantes se sentaran en círculo y contestaran una serie de preguntas acerca del tema de investigación.	El objetivo de la entrevista es para tener más información de los participantes acerca del tema de investigación.	<b>Hoja de Block. Lapicero.</b>	<b>15 Minutos.</b>	<b>-María José Chamorro Matamoros.  -Ivania Guadalupe Palacios Aráuz.  -María Gabriela Pravia Herrera.</b>
Dinámica Listado de nuestras fortalezas	Realizar una recopilación de los <b>elogios</b> que recuerdes que te hayan dicho otras personas a lo largo de tu vida	El objetivo de esta dinámica es que los participantes se den cuenta de los logros, actitudes, <b>capacidades y fortalezas que poseen.</b>	Hoja de Block Lapicero.	<b>10 Minutos.</b>	<b>-Ivania Guadalupe Palacios Aráuz.</b>
Dinámica de Evaluación El Termómetro.	En esta actividad se evaluará la manera en la que se llevó a cabo El Grupo Focal.	El objetivo es recibir Críticas Constructivas para la realización de los próximos talleres.	-Papelografo. -Marcadores de Colores. -Círculos color Rojo, Amarillo, Verde.	<b>15 Minutos.</b>	<b>María José Chamorro Matamoros.</b>

### **Anexo 10: Diseño metodológico del 4to encuentro**

**Objetivos: Recolectar información sobre autoestima y emociones.**

**Fortalecer los lazos de amistad entre los participantes**

**Promover la empatía entre los participantes.**

<b>Momentos</b>	<b>Procedimientos Metodológico</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsables</b>
-----------------	------------------------------------	-------------------	---------------	---------------------

Inscripción de los participantes y apertura del taller.	Se inicia con levantar la lista de las participantes, se ubican las tarjetas de identificación, brinda palabras de bienvenida un facilitador/a da a	Listas de asistencia, lapiceros Tarjetas de identificación	10 minutos	Gabriela Pravia
Dinámica de integración	Se realiza una dinámica de presentación para promover la integración de un espacio de alegría y familiaridad entre los participantes y el equipo facilitador, se invita a formar un círculo y realizar la dinámica cintas de colores, al ritmo de la música van desplazándose por el salón al parar la música intercambia de cintas diciendo sus cualidades, se hacen 3 rotaciones.	Grabadora de cintas de colores Música	20 min	Ivania Palacios
Midiendo nuestra Autoestima	Se entrega cada participante un test de autoestima para medir su nivel y para cerrar el ejercicio se coloca un corazón grande en el piso y cada participantes escribe una cualidad personal.	Test de Autoestima	20 minutos	Gabriela Pravia
Reflexión sobre auto carta	Se colocan al en piso frases más importantes de las auto cartas elaboradas en el taller pasado, cada participantes identifica ese sentimiento y emoción que	Frases de autocartas	30 minutos	Gabriela e Ivania

	<p>es de él.</p> <p>Se deja un espacio para compartir en el grupo, se agradece la sinceridad y la confianza.</p>			
Identifico mis emociones	<p>Se explica que existen muchas emociones y que en esta ocasión haremos un inventario de las principales emociones, se colocaran en el piso ordenadas en 5 filas (grupos de 10 emociones) se pide a cada participante, selecciones dos emociones que ha experimentado en relación a su imagen corporal, de las palabras o comentarios negativos.</p>	50 Emociones impresas	30 minutos	María José Chamorro
Evaluación del taller	<p>Evaluación del encuentro con la dinámica de la alfombra mágica, se coloca en el piso y se pide a los participantes, escriban ¿que en gusto del proceso? ¿Cómo me sentí? ¿Que aprendí en este proceso? Sugerencias. Se agradece todos los aportes en este proceso de investigación y se comparte un refrigerio.</p>	Alfombra mágica Marcadores	20 minutos	Gabriela Pravia



Anexo #11.

23-09-2020

I Taller con los participantes



Anexo #12.

30-09-2020

II Taller con los participantes



Anexo #13.

15-10-20



Anexo #14.  
15-10-2020

Anexo #15.  
15-10-2020

IV Taller con los participantes



Anexo #16.  
15-10-2020.

IV Taller con los participantes

