



UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD CIENCIAS SOCIALES

TRABAJO DE TITULACIÓN DE GRADO PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICÓLOGA

PROPUESTA PRÁCTICA DEL EXAMEN DE GRADO O DE FIN DE
CARRERA (DE CARÁCTER COMPLEXIVO)
INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

TEMA: TRASTORNOS ALIMENTARIOS Y SU RELACIÓN CON LA
IMAGEN CORPORAL ADOLESCENTE

Autores:

CASTRO IZQUIERDO SHIRLEY DIANE
GARCÉS PAREDES GABRIELA AZUCENA

Acompañante:

PS. WASHINGTON RAFAEL MIRANDA VERA, Msc.

Milagro, Mayo 2018

ECUADOR

DERECHOS DE AUTOR

Ingeniero.

Fabricio Guevara Viejo, PhD.

RECTOR

Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Nosotras, **Castro Izquierdo Shirley Diane** y **Garcés Paredes Gabriela Azucena** en calidad de autores y titulares de los derechos morales y patrimoniales de la propuesta práctica de la alternativa de Titulación – Examen Complexivo: Investigación Documental, modalidad presencial, mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedemos a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor de la propuesta practica realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Grado, como aporte a la Temática **Niveles de Autoestima en Adolescentes** del Grupo de Investigación **Análisis de Redes Sociales en Psicología y Educación** de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de esta propuesta practica en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, a los 30 días del mes de Mayo de 2018



Firma del Estudiante
Castro Izquierdo Shirley Diane
CI: 0941912917



Firma del Estudiante
Garcés Paredes Gabriela Azucena
CI: 0941984122

APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Yo, **Vera Miranda Washington Rafael** en mi calidad de tutor de la Investigación Documental como Propuesta práctica del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo), elaborado por la estudiante **Castro Izquierdo Shirley Diane** cuyo título es **Trastornos alimentarios y su relación con la imagen corporal adolescente**, que aporta a la Línea de Investigación **Estudios biopsicosociales de grupos vulnerables de la población** previo a la obtención del Grado **Psicóloga**; considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y epistemológico, para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo APRUEBO, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo) de la Universidad Estatal de Milagro.

En la ciudad de Milagro, a los 30 días del mes de Mayo de 2018.



Ps. Washington Miranda Vera, Msc.

Acompañante

C.I.: 091578881-4

APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Yo, **Vera Miranda Washington Rafael** en mi calidad de tutor de la Investigación Documental como Propuesta práctica del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo), elaborado por la estudiante **Garcés Paredes Gabriela Azucena**, cuyo título es **Trastornos alimentarios y su relación con la imagen corporal adolescente**, que aporta a la Línea de Investigación **Estudios biopsicosociales de grupos vulnerables de la población** previo a la obtención del Grado **Psicóloga**; considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y epistemológico, para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo APRUEBO, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo) de la Universidad Estatal de Milagro.

En la ciudad de Milagro, a los 30 días del mes de Mayo de 2018.



Ps. Washington Miranda Vera, Msc.

Acompañante

C.I.: 091578881-4

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

Ps. Washington Miranda Vera, Msc.

Ps. Kerly Álvarez Cadena, Msc.

Ps. Elka Almeida Monge, Msc.

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de **Psicóloga** presentado por la señorita **Castro Izquierdo Shirley Diane**

Con el título:

Trastornos alimentarios y su relación con la imagen corporal adolescente

Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[80]
Defensa oral	[20]
Total	[100]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) Aprobado

Fecha: 30 de Mayo del 2018.

Para constancia de lo actuado firman:

Nombres y Apellidos		Firma
Presidente:	Ps. Washington Miranda Vera, Msc.	
Secretario	Ps. Kerly Álvarez Cadena, Msc.	
/a:		
Integrante:	Ps. Elka Almeida Monge, Msc.	

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

Ps. Washington Miranda Vera, Msc.

Ps. Kerly Álvarez Cadena, Msc.

Ps. Elka Almeida Monge, Msc.

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de **Psicóloga** presentado por la señorita **Garcés Paredes Gabriela Azucena**

Con el título:

Trastornos alimentarios y su relación con la imagen corporal adolescente

Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[80]
Defensa oral	[20]
Total	[100]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) aprobado

Fecha: 30 de Mayo del 2018.

Para constancia de lo actuado firman:

Nombres y Apellidos	Firma
Presidente: Ps. Washington Miranda Vera, Msc.	
Secretario Ps. Kerly Álvarez Cadena, Msc. /a:	
Integrante: Ps. Elka Almeida Monge, Msc.	

DEDICATORIA

El presente trabajo lo dedicamos a nuestra alma mater como resultado de los conocimientos que ha ejercido en nosotras por medio de nuestros docentes, a nuestros familiares por brindarnos su apoyo incondicional, a nuestros novios por ser soporte especial, con cada motivación y creencia en nosotras, a nuestros amigos, especialmente a Mario Cajas que ha estado presentes en los buenos y malos momentos ayudándonos con su criterio imprescindible, dándonos fuerzas y ánimos siempre y a nosotras por el esfuerzo y tiempo invertido al realizar esta investigación documental, que representa un logro más alcanzado, como futuras profesionales.

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por haberme permitido llegar hasta donde eh logrado, por haberme brindado sabiduría para lograr mis objetivos, por acompañarme en cada paso que doy. A mis padres, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación siendo mi apoyo en todo momento, depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba. Su tenacidad y lucha insaciable han hecho de ellos el gran ejemplo a seguir.

De igual manera agradezco a mi compañera y amiga a la vez SHIRLEY CASTRO IZQUIERDO, por haber depositado su confianza, su tiempo y sus capacidades en mi la cual juntas hemos logrado alcanzar una meta más en nuestra vida. También agradezco a cada uno de mis amigos, que en su momento estaban presentes en las diferentes situaciones que se presentaron en mi vida brindándome su ayuda y su apoyo incondicional.

Expreso mi gratitud a la UNEMI, a los docentes que compartieron conmigo sus conocimientos y en especial a mi tutor: PS. WASHINGTON MIRANDA VERA, Msc. por su visión crítica de la investigación realizada, por su rectitud en su profesión como docente, por sus consejos, que me ayudaron a desenvolverme como futura profesional, por su paciencia y motivación.

Gabriela Azucena Garcés Paredes

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a papá Dios por haberme permitido cumplir una meta más en mi vida, anhelo y espero seguir llegando lejos en mi vida profesional, agradezco infinitamente mis padres pero en especial a mi mamá y a mi hermano por brindarme su apoyo incondicional siempre que lo necesite, su tiempo, su esfuerzo y por darme fuerzas, palabras de aliento cuando quería desistir o cuando se presentaban muchos obstáculos para seguir adelante y cumplir esta meta tan importante en mi vida y a mis amigos en general por estar conmigo incondicionalmente dándome palabras de apoyo sintiéndose orgullosos de la persona que soy y de la profesional que seré, de manera muy especial a GABRIELA GARCÉS PAREDES por ser mi compañera y una gran amiga a lo largo de la carrera y en la realización de nuestra investigación científica y a nuestro apreciado maestro y tutor PS. WASHINGTON MIRANDA VERA, Msc. Por guiarnos en el desarrollo de nuestro trabajo y motivarnos a ser mejores cada día.

Shirley Diane Castro Izquierdo

ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTOR	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	iii
APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	v
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	vi
DEDICATORIA	vii
AGRADECIMIENTO	viii
AGRADECIMIENTO	ix
ÍNDICE GENERAL	x
RESUMEN	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN	3
CAPÍTULO 1	4
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
OBJETIVOS	4
Objetivo General	4
Objetivos Específicos	4
JUSTIFICACIÓN	5

CAPÍTULO 2	7
MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	7
CAPÍTULO 3	14
METODOLOGÍA.....	14
CAPÍTULO 4	15
DESARROLLO DEL TEMA.....	15
CAPÍTULO 5	19
CONCLUSIONES.....	19
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	21

Título de la Investigación Documental:

Trastornos Alimentarios y su Relación con la Imagen Corporal Adolescente

RESUMEN

La presente investigación documental se enfoca en el estudio de los trastornos alimentarios y la relación con la imagen corporal que se da en los adolescentes debido a que, dentro de la sociedad y por diversos factores, ellos representa la edad vulnerable para tener algún tipo de insatisfacción con su imagen corporal, afectando más en las mujeres adolescente. Uno de los objetivos es identificar de qué manera los trastornos alimentarios inciden en la imagen corporal del adolescente, teniendo como causa a varios factores entre ellos se aprecia la autoestima y la presión sociocultural. La revisión literaria se la realizo a través de varios artículos científicos, analizados desde una perspectiva cualitativa, por esta razón el tipo de investigación que se efectúa es de manera explicativa y descriptiva. Como conclusión, se ha identificado que la presión sociocultural influye en el adolescente debido a que está relacionado con la manera de como las personas exteriorizan la belleza con un cuerpo esbelto o musculoso dependiendo del sexo, por estas razones los adolescentes piensan que otras personas juzgan su apariencia y llegan afectar a la percepción de la imagen corporal propia y sobre todo la autoestima, llevándolos a factores que provocan daño a su salud mental y física.

PALABRAS CLAVE: Trastornos alimentarios, Imagen corporal, autoestima, adolescente,

Title the Documentary Investigation:

Eating Disorders and their Relationship to Adolescent Body Image

ABSTRACT

The present documentary research focuses on the study of eating disorders and the relationship with body image that occurs in adolescents because, within society and by various factors, they represent the vulnerable age to have some kind of dissatisfaction with his body image, affecting more in adolescent women. One of the objectives is to identify how eating disorders affect the body image of the adolescent, having as a cause several factors including self-esteem and sociocultural pressure. The literary review was carried out through several scientific articles, analyzed from a qualitative perspective, for this reason the type of research that is carried out is in an explanatory and descriptive way. In conclusion, it has been identified that sociocultural pressure influences the adolescent because it is related to the way people externalize beauty with a slender or muscular body depending on sex, for these reasons adolescents think that other people judge their appearance and affect the perception of one's own body image and especially self-esteem, leading to factors that cause harm to their mental and physical health.

KEY WORDS: Eating disorders, self-esteem, body image, adolescent

INTRODUCCIÓN

La imagen corporal en la vida del ser humano es considerado importante para sí mismo, dentro de una sociedad, pero el valor que le da a su aspecto físico es muy relevante, tanto así que terminan dando más transcendencia en cómo se ven físicamente, que antes preocuparse por su salud, debido a esto, se ve afectado su bienestar integral, a causa de la molestia que dicha insatisfacción provoca. Ocasionalmente con mayor relevancia en los adolescentes, considerando que la adolescencia es una etapa donde la persona pasa por cambios tanto psicológicos como físicos.

Una de las fuentes que se genera esta insatisfacción es debido a la presión sociocultural, es decir lo que la sociedad ha enmarcado en la mente del ser humano a lo largo del tiempo, provocando en las mujeres adolescentes un alto índice de consistencia y preocupación por su cuerpo, trayendo consigo enfermedades psicopatológicas que pueden causarle daños severos en la salud, en el hombre adolescente aunque es considerado un nivel bajo también sufren daños psíquicos, provocando malestar en su salud integral.

La valoración que los adolescentes le den a su cuerpo proviene de la percepción que tiene en comparación con el cuerpo ideal, este cuerpo ideal es estigmatizado por la sociedad, pero en realidad, la percepción que le están dando a su cuerpo, es como el adolescente en realidad se siente, el joven busca la aprobación ante la sociedad y esta hace que, se desvaloricen e intente a cualquier precio asemejarse al cuerpo ideal.

Según en los manuales de psicología que existen, categorizan dentro de los trastornos psicológicos a los trastornos a nivel de la alimentación, teniendo dentro de estas una serie de clasificación según las diferentes características que el paciente presente, para poderlo diagnosticar habría que indagar que tipo de dietas se somete el individuo, cuál es su frecuencia y que tiempo lleva haciéndolo.

Existen varios factores por el cual se desarrolla una insatisfacción en el cuerpo provocando un trastorno alimentario, entre ellos destacando una probabilidad mínima, el factor biológico, es decir que puede ser hereditario, los factores socioculturales que están incluidos los padres que son los protagonistas principales debido al cuidado que este debería tener con cada hijo, los factores psicológicos y las crisis vitales.

CAPÍTULO 1

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad los medios de comunicación difunde la belleza relacionándolo con un cuerpo perfecto en hombres y mujeres, creando estereotipos dentro de la sociedad y esto ha influido a nivel mundial, afectando de una manera progresiva al autoestima debido a que, las personas aspiran obtener una imagen corporal de acuerdo a las ideologías y creencias que ha establecido la sociedad.

En el rango más alto de sufrir estas creencias socioculturales están los adolescentes, que son influenciados y siguen patrones que incita la sociedad, para no sentirse rechazados y uno de ellos, es la belleza corporal, para ellos es muy importante y por eso se someten a diversas situaciones que va desde el disgusto con el cuerpo a la adopción de conductas de dietas o ejercicios extremos poniendo en riesgo su salud tanto física como psicológica.

Por esas razones surge la problemática ¿De qué manera la imagen corporal influye en el Adolescente?, ¿Qué consecuencias puede traer a corto y largo plazo la percepción distorsionada de la imagen corporal en el Adolescente?, ¿Cómo la sociedad interviene en la apreciación de la imagen corporal en el Adolescente?

OBJETIVOS

Objetivo General

Identificar de qué manera los trastornos alimentarios incide en la imagen corporal del adolescente.

Objetivos Específicos

- Analizar cómo la imagen corporal afecta en la autoestima de los adolescentes.
- Detectar las consecuencias a corto y largo plazo de la percepción de la imagen corporal en el adolescente.

- Identificar los tipos de trastornos alimentarios que se producen por la percepción distorsionada de la imagen corporal en el adolescente.
- Estimar cómo la presión social interviene en la apreciación de la imagen corporal en el Adolescente.

JUSTIFICACIÓN

En la actualidad, la imagen corporal se ha convertido en un tema de debate entre muchos expertos dada la influencia que está teniendo en la salud física y psicológica de las personas. Debido a que en gran parte de nuestra sociedad, principalmente en la adolescencia, ha incrementado de una manera exorbitante los índices de los trastornos alimenticios.

La tendencia hacia el perfeccionismo, afecta mucho el estado psíquico de los adolescentes, convirtiéndose en un problema social severo, dado que, por querer alcanzar una figura deseada, no se dan cuenta de las consecuencias que puede provocar en su salud al realizar las dietas o ejercicios extremos, ya sea por medio de laxante, vómito provocado, atracones, ejercicios físicos exagerados, entre otras, y en algunos casos lamentables termina en la muerte, por estas razones se ha realizado la investigación documental de esta temática.

El presente estudio mostrará lo importante que es detectar a tiempo si un adolescente tiene este tipo de trastorno alimentario, debido a falta de control en su hogar, trayendo consigo factores que, con el pasar del tiempo, proporcionarían dificultades en el desarrollo integral y emocional de los adolescentes.

Los factores culturales y sociales tienen parte de responsabilidad en que este incidente, se produzca e incremente cada vez más. Las necesidades detectadas en la adolescencia es que no tienen la suficiente información de todas las enfermedades que pueden tener o presentarse al tomar medidas exageradas y obsesivas por bajar de peso.

La preocupación es excesiva, sobre todo por parte de los adolescentes por conseguir su apariencia física, lo que se asocia con la aparición de números problemas en esta etapa de la vida. La forma en que cada uno se percibe a sí mismo físicamente, influye el estado de ánimo de manera que, muchas veces los adolescentes limitan su vida por pensamientos que en muchas ocasiones son irracionales.

La Cultura crea que la belleza tiene que ver mucho con el cuerpo y por eso exponen directrices de cómo sería el cuerpo ideal tanto en hombres como en mujeres, esta concepción ha recaído más en los adolescentes de forma general, pero en dos formas distinta porque mientras que las mujeres desean el cuerpo perfecto siendo delgadas, los hombres desean tener un cuerpo atlético, musculoso, que los hagan sentir fuerte. Creado como consecuencias problemas Psíquicos en ellos como el Trastorno Alimenticio.

La sociedad actual tiene marcados unos ítems muy concretos como es la delgadez, consiguiendo por un lado la comercialización en alto costo los productos para bajar de peso, cirugías estética como la liposucción, entre otras y así esta venta de la imagen perfecta que logra crear la sociedad, induce en este círculo vicioso cada vez a más personas, poniendo en riesgo su vida. Aparte se unirán a estas características individuales síntomas como el temor a ganar peso, la distorsión de su imagen corporal y una alteración en el estado del ánimo de estas personas.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

La imagen corporal presenta un complejo constructo que se basa en tres componentes, los componentes perceptivos, componentes cognitivos y los componentes conductuales, que colabora con la formación del autoconcepto del mismo. En esta compleja construcción de la imagen del individuo, la imposición de un modelo estético origina una inevitable comparación y discrepancia entre el cuerpo ideal que impone la sociedad y el cuerpo percibido. (Fernandez Bustos, Gonzales Marti, Contreras, & Cuevas, 2014, pág. 26).

La imagen corporal a menudo es medida cuando el sujeto califica su cuerpo actual en comparación con su cuerpo ideal, utilizando una serie de imágenes. La diferencia entre estos dos valores es la medida de su autoestima en relación con su imagen corporal. La autoestima es la confianza en uno mismo, se utiliza para definir el sentido general de una persona sobre su propio merito sea este positivo o negativo. Algunos autores lo definen como la clave del éxito o fracaso para la autocomprensión (Padron Salas, y otros, 2015, págs. 76-77)

Según Rodríguez, Gonzales y Goñi, 2013 dice “El autoconcepto físico se presenta como una de las dimensiones más importante a la hora de configurar el autoconcepto del adolescente y está sometido a influjos socioculturales como la publicidad, información, entorno familiar y de amistades. Por otra parte Marchago (2002) dice que “el autoconcepto físico es una representación mental, compleja y multidimensional que las personas tienen de su realidad corporal. Por lo tanto, la imagen corporal formaría parte del autoconcepto físico. (Citado por (Fernandez Bustos, Gonzales Marti, Contreras, & Cuevas, 2014, pág. 26)).

“Se considera que la difusión del modelos estético se ha realizado a través de diferentes vías como son los medios de comunicación, las películas, los juguetes, la moda, entre otras. El papel de los medios de comunicación, se considera clave en esta difusión del modelo estético y por consiguiente en la aparición y mantenimiento de los trastornos del comportamiento alimentario”. (Perez Lugo, Gabino , & Baile, 2016, pág. 41).

Según Durán M, Morales M y Hernández M, (2000) menciona que “Los medios de comunicación influyen en los estereotipos de belleza del adolescente. La televisión ejerce un bombardeo constante de imágenes que manipulan el pensamiento de jóvenes poniendo en riesgo su salud mental”. Así mismo Rutzstein G; et all (2016), manifiesta que “En cuanto factores precipitante de los TCA se han asociado actividades como la danza, el patinaje artístico y la gimnasia rítmica que motivan a las mujeres a adelgazar, en especial a los adolescentes, con el fin de conseguir un mejor rendimiento”. (Citado por (Martinez & Martinez, 2017, págs. 30-31)).

La presión sociocultural sobre la imagen del cuerpo en el contexto familiar, entre el círculo de amigos o por los medios de comunicación, consiguen que, en los adolescentes exista esa preocupación por su cuerpo. Siendo uno de los periodos más crítico, debido a que, en estas edades se hallan el mayor índice de los cambios hormonales y corporales. Además de la percepción, la imagen corporal implica en la forma que siente el cuerpo y como se actúa sobre él, estudiándolo en dos aspectos el perceptivo, referido a la percepción del tamaño corporal; y el subjetivo, incluye las actitudes acerca del tamaño, peso, partes corporales y la apariencia física general (Serpa, Castillo, Gama, & Giménez, 2017, pág. 39)

El bienestar subjetivo comprende los niveles de afectos placenteros, en esta valoración los afectos positivos y negativos se hacen acerca de la satisfacción que cada quien tiene con su vida que se relaciona con la autoestima que tiene la persona, pero el bienestar subjetivo también está ligado con las exigencias culturales y sociales de cada sociedad, en sí, el bienestar subjetivo está altamente influenciado por factores socioculturales, el temperamento y personalidad de los sujetos (Prieto Vela & Muñoz Najar, 2015, págs. 322-323)

En la sociedad, son frecuentes las alteraciones de dicha imagen, sobre todo en los adolescentes, según Levine y Smolak, 2002 manifiesta que “debido a su desarrollo puberal choca con el ideal estético imperante que sobrevalora el atractivo físico”. Ezquerro, 2013 menciona que “En esta etapa, la apreciación negativa del cuerpo incide sobre el bienestar psicológico y físico, pudiendo generarse trastorno en la conducta alimentaria”. (Citado por (Requena Pérez, Martín Cuadrado, & Lago Marín, 2015, pág. 37)).

La influencia social ha generado en las mujeres mayor preocupación que en los hombres, los modelos estéticos ideales que proponen, muchas veces las mujeres no pueden acceder,

lo que conlleva una insatisfacción con su imagen corporal y un sentimiento de culpa por no poder alcanzar el modelo deseado. (Prieto Vela & Muñoz Najar, 2015, págs. 321-322), La distorsión de la imagen corporal puede llegar a ser una condición peligrosa, especialmente en la sociedades que alaban la belleza, debido a que puede desencadenar trastornos conductuales y emocionales entre lo que están la depresión, la ansiedad, trastornos alimentarios y el trastorno dismórfico (Prieto Vela & Muñoz Najar, 2015).

A partir de esta conducta que generalmente se inicia con una dieta, se establecerían también círculos viciosos que incrementaría el riesgo de la bulimia y comer compulsivo, perpetuando el problema. Dentro de los comportamientos inadecuados del control de peso están la dieta restrictiva, el ayuno, los vómitos autoinducidos y el uso de laxantes diuréticos (Contreras A., y otros, 2015, pág. 98).

En la actualidad, el modelo estético corporal femenino es delgado, incluso excesivamente delgado, y enfatizando la apariencia sensual. Mientras que el ideal de belleza en los hombres es un patrón cultural musculado, con elevado grado de hipertrofia y niveles muy bajos de grasa corporal (Serpa, Castillo, Gama, & Giménez, 2017, pág. 39).

“La conducta alimentaria es el conjunto de acciones que lleva a cabo un individuo, en respuesta a una motivación biológica, psicológica y sociocultural vinculada con la ingesta de alimentos, la alteración de este da origen a lo que se conoce como conductas alimentarias de riesgo (CAR) o Trastorno de la conducta alimentaria (TCA), en los cuales los patrones de ingestión de alimentos se ve distorsionados”. (Magallanes, Martinez, & Franco, 2015, pág. 11).

“Una de las variables asumidas para comprender el origen o mantenimiento de las CAR o TCA, es la forma como el individuo representa mentalmente su cuerpo, como se percibe, siente y actúa respecto al mismo, no siendo fija ni inamovible, sino que puede variar a lo largo de la vida, adquiriendo especial transcendencia durante la infancia, adolescencia y la adultez temprana”. (Berenguí, Catejón, & Torregrosa, 2016, pág. 2)

La insatisfacción con la imagen corporal se caracteriza por la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que no coinciden con las características reales (Berenguí, Catejón, & Torregrosa, 2016, pág. 3). Los TCA son generalmente considerados afecciones eminentemente femeninas, ligadas a la adolescencia, adultez temprana y a la cultura. No

obstante, se ha reconocido crecientemente su ocurrencia durante la edad media, asociándose principalmente con depresión. (Behar A., Gramegna S., & Aranciba M., 2014, pág. 4).

Hudson, Hiripi, Pope & Kessler, 2007; Muro-Sans & Amador-Campos, 2007 manifestaron que “Los trastornos alimentarios (TA) constituyen en la actualidad una patología frecuente entre las mujeres adolescentes. El pasaje por la adolescencia implica un momento vital de cambios y de búsqueda de la propia identidad por lo que resulta ser un período de gran vulnerabilidad para el desarrollo de estas patologías” (citado por (Rutzstein, Scappatura, & Murawski, 2014, pág. 39)).

El diagnóstico que se le da a los Trastornos de Conducta Alimentaria es diverso, unos autores infieren que estos trastornos, comparten un mismo núcleo psicopatológico, presentando síntomas variados; otro concluye que dependerá de cómo es su personalidad, para presentar cualquiera de los trastornos de conducta alimentaria, conocido como la bulimia o anorexia. (Cruzat Mandich, y otros, 2014).

Otro autor menciona que, los trastornos de conducta alimentaria se la consideran como una percepción que el ser humano tiene hacia su cuerpo, inclinándose más en el sexo femenino, esto se da debido al miedo a engordar produciendo problemas de salud física como mental; el pronóstico que se da en este problema no es tan bueno y se da por condiciones como personalidad inestable, un matrimonio disfuncional, un largo periodo de padecer la enfermedad o disfunción familiar. (Martinez & Martinez, 2017)

La disfunción familiar se ha relacionado con el mantenimiento y permanencia de estos trastornos, debido a la falta de cohesión y la poca tolerancia al conflicto. Otros estudios manifiesta que la sobreprotección parental puede afectar debido a que, el adolescente como no puede controlar su vida porque todo el tiempo lo maneja sus padres, ellos creen que puede manejar su cuerpo como lo desean valiéndose de la cultura que se encuentre, la falta de afecto y supervisión por parte de los padres puede resultar en el adolescente una baja autoestima, en el cual está relacionado con el desarrollo de TCA. (Martinez & Martinez, 2017, págs. 30-34)

“Según investigaciones realizadas, en su etiopatogenia se encuentra involucrados factores biológico-genéticos y las alteraciones neuobiológica”. Según el factor biológico el 60 a

70% se transmite estos trastornos mediante los cromosomas, en los factores socioculturales se adherían a familias sobreprotectora, exigente, rígida, conflictiva y poco relacionada o de padres divorciados, pueden ser la causa de que en el adolescente puede provocar un trastorno alimentario. Según los factores psicológicos, las personas que tienen estos tipos de trastornos se pueden asociarse con los “trastornos de personalidad, trastornos afectivos, control de impulso, trastorno obsesivo-compulsivo, dieta restrictiva, preocupación por el cuerpo, historia personal de problemas alimentarios, excesiva rigidez, perfeccionismo, retraimiento social y baja autoestima”. Los acontecimientos vitales pueden surgir desde “un abuso sexual y/o físicos en la infancia, críticas con relación al cuerpo y antecedentes de crisis vitales” (Silva Toro, Mesa, & Escudero, 2014, págs. 90-91)

Según Andrade, Viana, y Silveira, (2006) “Los trastornos alimentarios (TCA) son una categoría psicopatológica que han logrado una mayor visibilidad en los últimos años, debido al aumento de la exposición en los medios de comunicación de las personas afectadas, en especial los modelos, artistas, bailarines y atletas y de estos trastornos puede destacar y desencadenar la anorexia nerviosa (AN) y bulimia nerviosa (BN)”. (Citado por (Leonidas & dos Santos , 2016, pág. 42)).

Según el DSM-IV-TRTM (American Psychiatric Association, 2002), la AN puede ser caracterizado como la negativa de un individuo para mantener el peso corporal en el rango adecuado estándar mínimo para su edad y altura, y un miedo intenso de aumento de peso y una alteración significativa en la percepción de la forma o el tamaño del cuerpo. (Leonidas & dos Santos , 2016, pág. 42)

Según el DSM-IV-TRTM (American Psychiatric Association, 2002), la BN suele tener episodios recurrentes de atracones de comida, sensación de falta de control sobre la ingesta durante el episodio (por ejemplo, sentimientos de incapacidad para dejar de comer o para estimar cuánto está comiendo), también presenta conductas compensatorias inapropiadas recurrente con el fin de prevenir el aumento de peso, tales como auto-infligida vómitos, abuso de laxantes, diuréticos, ayuno o ejercicio excesivo; la autoevaluación del individuo está indebidamente influenciada por la forma y el peso corporal. (Leonidas & dos Santos , 2016, pág. 43)

Las relaciones afectivas-familiares que existen en las personas que padecen de un tipo de trastorno alimentario suelen ser de carácter muy influyente porque la falta de armonía

familiar, la separación de los padres y la falta de entendimiento en respuesta de los padres hacia la enfermedad que padece su hijo (a) puede considerarse como factores que mantenga la condición psicopatológica. Las relaciones familiares con una persona que es afectada por TA suelen ser de carácter muy débil fácil de manipular también con predominio de relaciones problemáticas o conflictivas, discusiones frecuentes y la relación negativa con la comida. (Leonidas & dos Santos , 2016, pág. 44)

Para el tratamiento de este tipo de trastorno, en la Psicología se utiliza mucho el método cognitivo conductual porque es la terapia más recomendada para dicha enfermedad en los pacientes que la padecen y las terapias más usadas en todo los casos son la terapia de exposición y reestructuración cognitiva. Se propone una intervención que combiné métodos cognoscitivos y comportamentales enfocada en la experiencia con el cuerpo que tiene. (Gempeler , y otros, 2016, pág. 65).

Se basa en tres aspectos muy importantes para poder llegar a tener éxito que el principal es tratar en si el trastorno del comportamiento alimentario y sus consecuencias orgánicas, trabajar sobre la personalidad del individuo y realizar si es posible un abordaje familiar para que cuente con el apoyo de su familia. (Bermudez , Machado , & Garcia , 2016, pág. 241).

En la primera fase se tiene que hacer que las personas sean conscientes que tiene una enfermedad respecto a su incremento de masa corporal y deben cambiar sus hábitos alimentarios, para eso se les enseña principios psicoeducativos sobre el daños que se producen al intentar alterar, su imagen corporal y lo contra producido que puede llegar a hacer y eso se lograría hacer en las primeras sesiones de terapia. (Marco , Perpiña , & Botella , 2014, pág. 4)

La segunda fase consta de que ciertas creencias y actitudes que tiene el paciente sobre su cuerpo las cambie es decir el cómo se ve frente al espejo y como cree que los demás lo miran, se intentara que el paciente deje de evitar las situaciones sociales y que aprenda a afrontar ese tipo de situación de una forma adaptativa, gradualmente se hará una exposición del cuerpo desnudo y vestido tratando de establecer una relación positiva con su cuerpo y que se acepte tal como es y que no tiene nada de malo la figura que tiene y esto se hace en las sesiones intermedias de la terapia. (Marco , Perpiña , & Botella , 2014, pág. 4).

La tercera fase que ya serían las últimas sesiones de la terapia aquí se hace una recopilación total de los avances que el paciente ha tenido y si se lograron cumplir los objetivos de las fases anteriores, generando así un buen resultado de las terapias y pudiendo dar el alta la paciente y prevenir una futura recaída. (Marco , Perpiña , & Botella , 2014, pág. 4).

La calidad de vida de cada paciente después de haber recibido el correcto tratamiento es de vital importancia siempre y cuando se le dé el respectivo seguimiento para ver si ha evolucionado en su mejoramiento o tenido una recaída, Según Serra (2006) “una buena calidad de vida está íntimamente relacionada con la habilidad para desempeñarse con propiedad en actividades y contextos donde se presentan demandas físicas, psicológicas y sociales”. También manifiesta que “especialmente en la adolescencia, los temas de calidad de vida, entre ellos: el bienestar corporal y psicológico, la autoestima, la familia, la escuela y los amigos”. (Citado por (Ureña Bonilla , Blanco Romero , & Salas Cabrera, 2015, pág. 1)).

Dada la importancia que tiene la percepción y la satisfacción con la imagen corporal en relación con diferentes trastornos psicológicos, como los trastornos de la alimentación, sería oportuno para futuras investigaciones tener en cuenta la influencia de la actividad física o hábitos de alimentación. De este modo, se podrían identificar los hábitos de salud que pudieran estar actuando como antecedentes de problemas con la imagen corporal durante la adolescencia. (Ramos, Rivera, Perez, Lara, & Moreno, 2016, pág. 48)

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

Mediante la revisión bibliográfica de los artículos científicos se pudo encontrar diferentes investigaciones relacionadas con los trastornos alimentarios y su relación con la imagen corporal adolescente, la búsqueda de información se realizó a través de Scopus, Redalyc, Scielo, ProQuest, entre otros. Se efectuó la búsqueda máxima y junto con la ayuda del tutor académico se seleccionó las investigaciones más relevantes y actuales, para la realización de la Investigación documental.

El tipo de investigación que se realizó fue de manera descriptiva y explicativa, porque se describe el problema y sus consecuencias y la explicativa se encuentra las posibles causas del problema, entre los puntos más relevantes que se enfocó en la investigación, son las posibles causas y consecuencias de sufrir el trastorno alimentario, A quien afecta con más frecuencia, las razones por las cuales se genera más en el adolescente, los tipos de trastornos alimentario que existen, los factores que se dan en el adolescente para una posible causa de un trastorno, entre otros.

La información obtenida fue investigada un 90% de diferentes artículos de revistas científicas tales como Revista chilena de Pediatría, Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios, Revista Latinoamericana de Psicología, un 5% Revista de Psicología del Deporte y nutrición Hospitalaria y el otro 5% Revista Médica de Chile y Artículos Originales sobre trastornos alimentarios y la relación con Imagen corporal, las revistas utilizadas para la investigación fueron desde el año 2014 hasta la actual y así se empezó a la realización de la lectura de cada artículo para la Investigación documental.

CAPÍTULO 4

DESARROLLO DEL TEMA

En esta presente investigación documental se ha desarrollado la temática de los trastornos alimentarios y su relación con la imagen personal, en el adolescente. La etapa de la adolescencia es cuando los jóvenes tienen cambios tanto físicos como psicológicos, y es donde inician a cuidar su autoimagen, para verse atractivos según los estereotipos de belleza que ha impuesto la cultura. Por eso se la considera a la etapa de la adolescencia como los más vulnerables a caer en estos tipos de pensamientos, que llegan ser tan fuertes que distorsiona la imagen real por la imagen corporal que creen tener.

Al principio de la adolescencia su cuerpo experimenta multitud de cambios. Esos cambios, combinados con el deseo natural de ser aceptados, hacen que les resulte tentador compararse con los demás y es ahí donde se manifiesta la mayor preocupación por el cuerpo, puesto que en esta etapa los criterios sobre el atractivo y la belleza física, mediatizan las relaciones interpersonales, la aceptación, el deseo, la atracción, entre otros; que están envueltos en el ámbito social

La distorsión que se le da a la imagen corporal es causa de la percepción del adolescente que tiene hacia su cuerpo, la desvalorización de su imagen corporal es debido al nivel de autoestima que este posee. La autoestima es uno de los valores más importante en el ser humano porque es la confianza que tiene la persona hacia sí mismo, y muchos autores relacionan que la autoestima es la clave del éxito.

La presión sociocultural influye en el adolescente debido a que, a diario en noticias, programas de televisión, o radio muestran a la belleza, con una figura esbelta en las mujeres y en los hombres un cuerpo musculoso, idealizando así al cuerpo perfecto según la cultura. Estos ideales culturales han repercutido de una manera progresiva en la concepción de la mente de la mujer, siendo la más vulnerable para adherirse a las normativas de una belleza perfecta expuesto por la sociedad.

Las personas, especialmente las adolescentes admiran e incluso llegan a idolatrar o ajustarse a la Miss Universo o Reinas, por tener su cuerpo esbelto y físicamente un rostro bonito. En la mayoría de las ocasiones, muestran tener una baja autoestima y logran

sentirse inferior a ellas, pero la realidad es que la mayoría de las actrices o mises llegan a tener problemas de consumismo de drogas o trastornos de alimentación.

Una de las causas que las adolescentes se someten para conseguir el cuerpo deseado son a dietas exageradas y muy restrictivas, y la obsesión por bajar de peso llegan a tomar actitudes para acelerar la dieta como por ejemplo los atracones, ejercicios físicos extremos, vomito provocado, entre otros y su desesperanza por no conseguirlo como lo desean, empieza a distorsionar la percepción acerca del cuerpo, convirtiendo en enfermedad psicopatológica como el trastorno alimentario.

Los trastornos de conducta alimentaria son problemas tanto psíquicos, físicos, emocionales, familiares y sociales siendo estos factores externos uno de los más probables que pueden llegar a causar algún tipo trastorno alimentario anteriormente mencionado al igual que factores internos propios del individuo como inseguridad de su imagen corporal.

Los factores causante o desencadenes de un trastorno alimentario según los autores Silva Toro, Mesa, & Escudero (2014), en su artículo, menciona que hay una probabilidad de que sea hereditario, es decir que se transmiten desde los genes de las madres que presenta algún tipo de trastorno alimentario, según el factor sociocultural tiene que ver como la sociedad considera, es decir, los amigos e incluso familiares juzgan como te ves, si se adhiere al cuerpo ideal marcado o si hace falta bajar de peso.

Influye mucho la relación que el adolescente tenga con los padres, si viene de padres autoritarios o un hogar disfuncional también puede ser la causa para que un adolescente psicológicamente se sienta inconforme con su vida, con su cuerpo y acuda a dietas restrictivas causando patológicamente un trastorno alimentario.

Estos tipos trastornos tanto la anorexia nerviosa como la bulimia nerviosa son las enfermedades más comunes que suelen darse los adolescente, tanto en hombres como en mujeres, pero así como pueden llegar a presentarse un trastorno, deben saber que no están solos con ese problema y pueden tener solución siempre cuando sea detectado a tiempo y la persona que padezca esta enfermedad esté dispuesta y acepte que tiene un problema.

La anorexia nerviosa es reconocida por su bajo peso corporal, el subir de peso y una percepción distorsionada del peso de la persona, para las personas con anorexia nerviosa,

deben constantemente controlar su peso y mantener su imagen corporal y hacen todo tipo de sacrificios que suelen interferir en su vida diaria.

Para evitar este aumento de peso o para seguir adelgazando, las personas anoréxicas generalmente restringen la cantidad de comida que consumen. Tales como la ingesta calórica, vomitar después de comer o usar laxantes, suplementos dietéticos, entre otros, además, para intentar bajar de peso, pueden ejercitarse en exceso.

La bulimia nerviosa puede ser grave y potencialmente mortal, las personas que tienen bulimia suelen esconderse para realizarse atracones después de haber comido en exceso o simplemente se purgan, es decir eliminar lo antes consumido de manera poco saludable porque dañan inconscientemente su cuerpo.

Los adolescentes por lo general no suelen aceptar que sufren de algún problema en este caso un trastorno alimentario porque su realidad está totalmente distorsionada por los medio de comunicación que los rodea ya sea la televisión, revistas, radio, etc.; se sienten presionados socialmente que ellos necesitan encajar dentro de los estándares que la sociedad mismo ha impuesto y que si no se llega a cumplir con esos estándares, se lo puede llegar a considerar como una persona fuera de lugar solo por tratar de encajar.

Si los adolescente recibieran más información, no solo de parte de la escuela si no en casa más apoyo familiar, que formen un autoestima lo suficientemente capaz para saber diferenciar entre ser una persona saludables o simplemente querer pertenecer a los estándares que determinan el medio que los rodea arriesgando su salud.

El tener una buena relación familiar con el afectado sintiendo el apoyo necesario para poder sobrellevar la situación por la que se atraviesa en ese momento el adolescente, puede volver a retomar su ritmo de vida anterior el sujeto, siguiendo los respectivos tratamientos determinados para cada individuo.

Los objetivos de tratamiento para estos tipos de personas que sufren algún tipo de trastorno es tener una buena nutrición adecuada, lograr que llegue a un peso corporal saludable, intentar reducir el exceso de ejercicio y de tener atracones (comer en exceso y provocar vómitos). Los planes de tratamiento por lo general están diseñados en base a las necesidades individuales de cada persona.

El tratamiento consta de varias fases para cumplir los objetivos planteados dependiendo del diagnóstico, sea para bulimia nerviosa o anorexia nerviosa pero en general se suelen hacer este tipo de terapias para que la persona llegue a estimar obtener una vida normal.

Por lo general se suele usar la terapia cognitiva conductual y es la más efectiva para este tipo de personas y la más recomendada porque hay que siempre hacer una reestructuración cognitiva de como el paciente tiene una imagen negativa del ya que tiene ideas totalmente distorsionadas de su imagen corporal, y esas creencias y aptitudes malas sobre el mismo transformarlas y también se suele hacer terapia de exposición de menor a mayor rango a medidas que se van haciendo las terapias para que lo vaya superando. Y así se observaría después cuando se le diera de alta ver cómo sigue el paciente observar que no tuviera recaídas.

Después de realizar todo el proceso hay que enfocarse en el tipo de calidad de vida que quiere tener para ser alguien que aporte a la sociedad y contribuya en esta por eso es importante la relación de la familia y su apoyo incondicional, para así poder que la persona salga adelante, debido a que, juegan un rol muy importante en la vida de cada persona que ha pasado por alguno de esos trastornos y lo ha podido resolver a tiempo.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES

En esta investigación se concluyó que, la percepción de la imagen corporal afecta en el autoestima de los adolescente debido a que, este se encuentra en una etapa de cambios tanto físicos como psíquicos y entre ellos está sentirse aprobados por la sociedad, siendo atractivos dentro del ámbito corporal y su fisonomía, esto se debe al modelo básico que impone la sociedad.

La presión sociocultural interviene en la apreciación de la imagen corporal en el adolescente, debido a que, está relacionado con la manera de, como las personas aprecian la belleza como un cuerpo esbelto o musculoso dependiendo del sexo, en las mujeres las medidas exactas para considerarse parte de la belleza es tener un cuerpo voluptuoso, de las medidas de 90 de bustos, 60 de cintura y 90 de caderas, influyendo en ellas la delgadez, como parte de su belleza y en los hombres interviene la idealización de tener un cuerpo musculoso, predominando en ellos el aumento de masa corporal, para sentirse aceptado ante la sociedad.

Debido a los estereotipos que ha impuesto la sociedad acerca de la imagen corporal, crea en el adolescente una serie de cambios a corto y largo plazo, entre las consecuencias a corto plazo que se presenta, son los pensamientos negativos hacia sí mismo, menos despreciando su cuerpo, comparándose con la figura ideal, y esto va en aumento convirtiéndose poco a poco en una molestia psíquica que trae consigo una consecuencia a largo plazo, esta consecuencia inicia con el cambio de comportamiento, sometiéndose a dietas exageradas o atracones, también presenta distorsión de la percepción y por ultimo conlleva a un trastorno alimentario que puede ser perjudicial para su salud, en algunas ocasiones provocando la muerte.

Los trastornos Alimentarios que se pueden dar debido a la percepción errónea que tiene el adolescente según los manuales de enfermedades de trastornos psicológicos, las más nombradas son la anorexia nerviosa, este controla constantemente su peso y realiza todo tipo de sacrificio para evitar engordar y la bulimia nerviosa suele realizar atracones, purgarse o provocar vómitos.

Una de las características, de estos trastornos que el adolescente puede presentar es el rechazo hacia su propio cuerpo independientemente del sexo, sea hombre o mujer por eso es de suma importancia prestar mucha atención si se llega a presentar estas características porque así inician los trastornos en la adolescencia, debido a que están en una etapa que son muy fácil de manipular y engañar a su psique porque están en una edad que aún están aprendiendo a diferenciar lo bueno de lo malo y creen que pueden controlar lo que les pase.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Behar A., R., Gramegna S., G., & Arancibia M., M. (2014). Perfeccionismo e insatisfacción corporal en los trastornos de la conducta alimentaria. *Chilena de neuro-psiquiatría*, 1-12.
- Berenguí, R., Catejón, M. Á., & Torregrosa, M. S. (2016). Body dissatisfaction, risk behaviors eating disorders in University students. *Mexica de Trastornos Alimentarios*, 1-8.
- Bermudez , P., Machado , K., & Garcia , I. (2016). Trastorno del comportamiento alimentario de difícil tratamiento. caso clinico. *Articulo Original* , 240-244.
- Contreras A., L., Moran K, J., Frez H., S., Lagos O., C., Marín F., M. P., Pinto B., M. d., & Suzarte A., E. (2015). Conductas de control de peso en mujeres adolescentes dietantes y su relacion con insatisfacción corporal y obsesión por la delgadez. *Chilena de Pediatría*, 97-102.
- Cruzat Mandich, C., Diaz Castrillon, F., Aylwin Navarro, J., García Troncoso, A., Behar Astudillo, R., & Arancibia Meza, M. (2014). Discursos en anorexia y bulimia nerviosa: un estudio cualitativo acerca del vivenciar del trastorno. *Revista mexicana de trastorno alimentarios*, 1-9.
- Fernandez Bustos, J. G., Gonzales Marti, I., Contreras, O., & Cuevas, R. (2014). Relación entre imagen corporal y autoconcepto físico en mujeres adolescente. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 25-33.
- Gempeler , J., Rodriguez , M., Patiño , C., Rogelis , A., Erazo , C., & Perez , V. (2016). towards a funtional body: a novel approach to body image disturbance in eating disorders. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 64-70.
- Leonidas, C., & dos Santos , M. A. (2016). Relaciones afectivo-familiares en mujeres con anorexia, bulimia . *Bolivia revista* , 42-50.

- Magallanes, M., Martinez, A., & Franco, C. (2015). Conductas Alimentarias de riesgo e insatisfacción de imagen corporal en secundaria privada. *Iberoamerica de Ciencia*, 11-18.
- Marco, J. H., Perpiña, C., & Botella, C. (2014). Tratamiento de la imagen corporal en los trastornos alimentarios y cambio clinicamente significativo. *Scielo*, 4-12.
- Martinez, D. C., & Martinez, S. G. (2017). Relación entre trastorno de conducta alimentaria y género y familia en adolescentes escolarizados, Suba (Bogotá). *Carat comunitaria*, 29-35.
- Padron Salas, A., Hernandez Gomez, J. F., Nieto Caraveo, A., Aradillas García, C., Cossío Torres, P. E., & Palos Lucio, A. G. (2015). Asociación entre autoestima y percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios. *Red de revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 76-78.
- Perez Lugo, A. L., Gabino, C. M., & Baile, J. I. (2016). Analysis of the aesthetic stereotypes of women in nine fashion and beauty mexican magazines. *Revista Mexicana de Trastorno Alimentarios*, 40-45.
- Prieto Vela, A., & Muñoz Najar, A. O. (2015). Bienestar subjetivo e imagen corporal en estudiantes universitarias de Arequipa. *LIBERABIT*, 321-328.
- Ramos, P., Rivera, F., Perez, R. S., Lara, L., & Moreno, C. (2016). Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso. *Escritos de Psicología*, 42-50.
- Requena Pérez, C. M., Martín Cuadrado, A. M., & Lago Marín, B. S. (2015). Imagen corporal, autoestima, motivación y rendimiento en practicantes de danza. *Psicología del Deporte*, 37-44.
- Rutzstein, G., Scappatura, M. L., & Murawski, B. (2014). Perfeccionismo y baja autoestima a través del continuo de los trastornos alimentarios en adolescentesmujeres de Buenos Aires. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 39-49.

Serpa, J. C., Castillo, E., Gama, A. P., & Giménez, F. J. (2017). Relación entre actividad Física, composición corporal e imagen corporal en estudiantes universitarios . *Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 39-48.

Silva Toro, N. Y., Mesa, M., & Escudero, D. (2014). Riesgos de trastornos alimentarios en adolescentes del ultimo año de la enseñanza media en Institutos Adventistas de Argentina. *Articulo Original*, 89-98.

Ureña Bonilla , P., Blanco Romero , L., & Salas Cabrera, J. (2015). calidad de vida, indicadores antropometricos y satisfaccion corporal en un grupo de jovenes colegiales. *Redalyc*, 1-5.