

**UNIVERSIDAD DE VALPARAÍSO  
FACULTAD DE MEDICINA  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

**CONTENIDOS DECLARATIVOS DE LOS COMPONENTES DEL  
ESQUEMA DE DELGADEZ EN ADOLESCENTES DE SEXO FEMENINO:  
ESTUDIO EXPLORATORIO EN LA COMUNA DE VALPARAÍSO**

**SEMINARIO DE TÍTULO PRESENTADO A LA FACULTAD DE MEDICINA  
PARA OPTAR AL TÍTULO DE PSICÓLOGO  
Y AL GRADO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**POR  
CLAUDIA BRANTE  
TAMARA SÁEZ**

**PROFESORA PATROCINANTE  
PS. LILIANA CONTRERAS**

**ASESORA METODOLÓGICA  
PS. CLAUDIA CALDERÓN**

**MARZO DEL 2005  
VALPARAÍSO, CHILE**

*Cuando finaliza una etapa importante se hace necesario remontarse al proceso vivenciado, es así que nace en el corazón agradecer especialmente a Dios, por siempre querer lo mejor para mí.. y a las personas que amo...*

*A mi mamá por traerme al mundo, por estar siempre dispuesta a escucharme y brindarme un abrazo y un beso, sobretodo en los momentos difíciles*

*A mi papá por ser mi modelo a seguir...*

*A mi hermanita por su entereza, por su energía y alegría.*

*A Luis, por ser el amor de mi vida, el amor que siempre soñé... por su inmensa comprensión y por mostrarme que todo puede ser posible..*

*A carola por su aporte en este estudio, y por supuesto a mi gran amiga Jocy, por su ayuda teórica y personal.*

*A Tamara porque hizo que esta instancia de aprendizaje sea más interesante, agradable y entretenida, gracias amiga.*

**Claudia**

*“Y llegó el momento en que el futuro se hace presente... y los sueños se hacen realidad... A mis padres, por su infinito amor; por enseñarme que a pesar de las dificultades que encontramos en nuestro camino, lo importante es ponerse de pie y seguir luchando por lo que queremos. Porque gracias a ustedes soy quien soy.*

*A mis hermanitas lindas, por acompañarme y apoyarme en este camino, y principalmente por su cariño.  
Las quiero mucho.*

*A mi “niño”, por ser el novio que siempre soñé, por tu inmenso amor y comprensión, por tu apoyo incondicional...Te amo.*

*A mis amigas, “mis feas”, con quienes compartí cinco hermosos años, llenos de alegrías y tristezas, por ser parte importante en mi vida. Las quiero mucho.*

*A mi compañera y amiga de seminario, porque como dice ella “las cosas pasan por algo”y creo que éste era el momento de conocernos y comenzar una linda amistad.*

*Y finalmente, cómo no mencionar a mi pequeño Lucas, sólo por existir...”*

**Tamara**

## TABLA DE CONTENIDOS

AGRADECIMIENTOS	i
TABLA DE CONTENIDOS	iii
RESUMEN	vii
<b>CAPÍTULO I</b>	1
INTRODUCCIÓN	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	7
OBJETIVOS	11
<i>Generales</i>	11
<i>Específicos</i>	11
<b>CAPÍTULO II</b>	12
MARCO TEÓRICO	13
<i>Antecedentes Generales</i>	13
Criterios Diagnósticos	13
Anorexia nerviosa	13
Bulimia nerviosa	14
Trastorno de la conducta no especificado	15
Características Clínicas	16
Epidemiología	18
Etiología	19
Factores biológicos	19
Factores psicológicos	20
Factores socioculturales	21
Curso y Pronóstico	21

<i>Prevención de los Trastornos Alimentarios</i>	23
Prevención Primaria	23
Prevención Secundaria	26
Prevención Terciaria	26
Programas de Prevención	27
<i>Modelo de Riesgo para el desarrollo de los TA</i>	29
Factores predisponentes	32
Factores individuales	32
Esquema de Delgadez	34
Perfeccionismo	34
Necesidad de Aprobación Social	35
Insatisfacción con el cuerpo	36
Dietas	37
Baja Autoestima	37
Factores de sistema	38
Sistema familiar	38
Bromas y presiones de los pares	40
Factores desencadenantes	41
Factores del Individuo	41
Conciencia del fin de la niñez	42
Sucesos Estresantes	43
Sistemas Sociales	44
Etapa del desarrollo	45
Características evolutivas de la adolescencia	45
Adaptación a los cambios biológicos	46
Durante la pubertad	46
Desarrollo de las relaciones personales	47
Desarrollo de habilidades	47
Desarrollo del sentido de Identidad	47
Consecuencias	48

<i>Descripción del Esquema de Delgadez</i>	49
Definición de esquemas	52
Esquemas sociales	54
Esquemas de autoconcepto	55
Aproximación a la formación de las creencias en torno a la valoración de la delgadez	55
Importancia de la delgadez en distintas etapas evolutivas	56
Autoconcepto y Autoestima: su relación con la importancia de la delgadez	61
<i>Contenidos Declarativos</i>	68
Formas de representación del conocimiento	70
<b>CAPÍTULO III</b>	73
<b>METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	74
Tipo y Diseño de la investigación	74
Muestra	75
Técnica de recolección de datos	76
Técnica de análisis de datos	79
Procedimiento	80
<b>CAPÍTULO IV</b>	82
<b>RESULTADOS</b>	83
Eje 1: Importancia de la Delgadez en la Autodefinition	84
Eje 2: Importancia de la Delgadez en la Atracción	105
Eje 3: Importancia de la Delgadez para el Éxito Personal	118
Eje 4: Factores que intervienen en la Importancia de la Delgadez	128

<b>CAPÍTULO V</b>	145
CONCLUSIONES	146
SUGERENCIAS Y REFLEXIONES	156
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	158
<b>APÉNDICES</b>	165
Apéndice A: Guión de entrevistas	165
Apéndice B: Entrevistas en profundidad	168
Apéndice C: Cartas de autorización	222
<b>LISTA DE FIGURAS</b>	
Figura 1: Modelo de Riesgo de los TCA de Smolak y Levine	33
Figura 2: Red Importancia de la Delgadez en la Autodefinition	103
Figura 3: Red Importancia de la Delgadez en la Atracción	116
Figura 4: Red Importancia de la Delgadez para el Éxito Personal	126
Figura 5: Red Factores que intervienen en la Importancia Delgadez	143
Figura 6: Diagrama de conclusión	154
<b>LISTA DE TABLAS</b>	
Tabla 1: Caracterización de la muestra	76
Tabla 2: Frecuencias importancia delgadez en la autodefinition	104
Tabla 3: Frecuencias importancia delgadez en la atracción	117
Tabla 4: Frecuencias importancia delgadez para el éxito personal	127
Tabla 5: Frecuencias factores que intervienen en la importancia de la delgadez	144

## RESUMEN

La presente investigación se contextualiza en la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria, y específicamente en el modelo de riesgo para el desarrollo de estas problemáticas propuesto por Smolak y Levine. El tema central que guía este estudio es la aproximación a los componentes – importancia de la delgadez en la autodefinición, atracción y éxito personal- del Esquema de Delgadez; es decir, aquellas dimensiones que son teñidas por la valoración de la delgadez en la etapa de la adolescencia, y los factores de influencia que participan en estos componentes.

Lo anterior será abordado a través de una metodología cualitativa, utilizando las técnicas de entrevista en profundidad para la recolección de los contenidos declarativos de las adolescentes, y análisis de contenido para lo que refiere a la revisión de los mismos.

A través de la recolección y codificación de la información, se establecen categorías y subcategorías de análisis, construidas cada una de ellas a partir de lo declarado por las entrevistadas, acerca de la valoración que se le atribuye a la delgadez en distintos ámbitos –familiar, pares, relaciones heterosexuales, entre otros-, y qué factores han intervenido en la formación de estas creencias. Dichos resultados son representados en redes semánticas, con el objetivo de acercarse a las cogniciones que estas adolescentes tienen acerca de la delgadez y de otras temáticas propias de su etapa evolutiva.

Finalmente se integran e interpretan los resultados, generando las conclusiones de este estudio, donde se plasman las primeras aproximaciones al conocimiento de este constructo en nuestro contexto particular.

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

El ideal de belleza ha ido cambiando según las épocas y es diferente en las distintas sociedades, donde la figura delgada se ha ido internacionalizando, ya que, según estudios realizados en Estados Unidos, estamos en una sociedad “lipofóbica”, es decir, con fobia a la grasa (Gómez Pérez-Mitré cit. en Cota, 2002; cit. en García, 2003).

Es así que desde la edad escolar aparece la preocupación por la imagen corporal, la que se asocia con popularidad, inteligencia y éxito, y se rechaza la gordura. Esta situación se observa con mayor frecuencia en las mujeres, las que centran su ideal en un cuerpo delgado, en la prevalente focalización en la apariencia externa y la trascendencia de esta figura en el éxito social, tendencia que se acentúa durante la adolescencia (Marín, 2002). En esta sociedad de consumo en la que imperan valores como la imagen corporal y la belleza física, puede ser difícil para las adolescentes poseer la imagen que proclaman estos cánones de belleza y de moda actuales, de tal manera que la obsesión para conseguir la delgadez, como patrón de buena figura, puede conducir a los trastornos de la conducta alimentaria, principalmente a la anorexia y bulimia nerviosa.

En ambas patologías, la preocupación por el peso y la figura son síntomas primarios. La insatisfacción con el propio cuerpo y consigo mismo en general, tanto en el área intrapersonal como interpersonal, es una muestra del bajo grado de autoestima que presentan estos pacientes. La fijación por obtener un peso bajo y una delgadez ideal, intrínsecamente ligados a un deseo y a una búsqueda de satisfacción personal, se va convirtiendo paulatinamente en una necesidad prioritaria que lleva en la mayoría de los casos a un callejón sin salida; estas personas se convierten en prisioneros de sus propios comportamientos, de sus propias metas (Fernández et al, 1998).

Estos problemas de salud han aumentado especialmente en los países occidentales industrializados en los últimos decenios, observándose un crecimiento del 1 al 4,5% (Fernández et al, 1998), produciéndose la gran mayoría de ellos en mujeres de nivel socioeconómico medio o alto, con una edad promedio de inicio en el 85% de los casos, entre 13 y 20 años (Marín, 2002). Se estima que aproximadamente 5 millones de norteamericanos se ven afectados por este trastorno cada año. Por otra parte, la incidencia real en Latinoamérica continúa siendo imprecisa; en Chile no se dispone de información sobre la prevalencia de estos trastornos. Sin embargo, se cuenta con el estudio realizado por Behar, Botero, Corsi y Muñoz (1994, cit. en Marín, 2002) en la cual se aplicó el Test de Actitudes Alimentarias (EAT-40), los que evalúan el riesgo de evolucionar hacia algún trastorno de la conducta alimentaria, encontrando en escolares de III y IV Medio de la V región del país que el riesgo era de un 18%, en universitarias era 15% y en adolescentes con sobrepeso era del 41%. No se ha publicado un seguimiento de estos grupos, lo que permitiría evaluar la capacidad de predecir TCA en estas jóvenes.

Estamos ante trastornos cuyas repercusiones son graves: comprometen aspectos fundamentales del desarrollo psíquico como la autoestima, la autonomía y las habilidades sociales, tienen un tratamiento largo y complicado, se cronifican en buena parte de los casos, conllevan un gran sufrimiento personal y familiar, y pueden dar lugar a la muerte. De ello, se deduce la importancia que tiene el apropiado conocimiento y manejo de estas patologías (Marín, 2002).

La experiencia señala que, al igual que en otras patologías, también en los trastornos de la conducta alimentaria, además de los tratamientos efectivos es conveniente tomar las medidas de prevención que puedan reducir la incidencia o mejorar

el pronóstico (Fairburn, 1995; Fernández et al, 1998). Se señala que la intervención temprana de esta problemática es el mejor factor de la recuperación, y el método más económico para eludir tratamientos potencialmente muy costosos y complejos (Striegel-Moore et al s/f; cit. en Vandereycken et al, 2000). En esta línea, se han desarrollado programas de prevención a nivel primario, tanto en el extranjero como en nuestro país, destacando el programa llevado a cabo en Estados Unidos por Smolak, Levine y Schermer (cit. en Vandereycken et al, 2000), denominado “La alimentación inteligente es la alimentación que me beneficia”; y en Chile, las nutricionistas Andrade y Zacarías (1998) desarrollaron el programa “Estilos de Vida y Conducta Alimentaria del Adolescente” del Ministerio de Educación.

Resulta relevante mencionar que para el Ministerio de Salud de Chile, la prevención representa, en los últimos años, una de las prioridades programáticas en la temática salud mental; siendo sus objetivos específicos: desarrollar factores protectores de la salud mental en la población beneficiaria, evitar o retrasar la aparición de enfermedades mentales prevenibles, detectar y tratar precozmente las enfermedades mentales mediante intervenciones de costo efectividad sustentada en evidencia (Minsal, 2001). Se plantea que lo anterior se logra favoreciendo el desarrollo de factores protectores y modificando los de riesgo, por lo tanto, resulta una necesidad urgente examinar los factores de riesgo y protección para los trastornos de la conducta alimentaria, para diseñar una prevención segura y efectiva.

Se entiende que un factor de riesgo es toda influencia o variable que antecede al trastorno respectivo y aumenta la probabilidad de que se desarrolle una conducta problemática (Kraemer et al, 1997; cit. en Vandereycken et al, 2000). Por otra parte, los factores protectores son aquellos que disminuyen la probabilidad de que se desarrolle el

trastorno, pudiendo incluir respuestas a los de riesgo, como la adaptación y la superación de éstos últimos ( O' Connor et al, 1996; cit. en Vandereycken et al, 2000).

Por esta razón se han desarrollado teorías específicas y cada vez más claras en el conocimiento de los factores que contribuyen al desarrollo de los trastornos alimentarios, los cuales podrían servir de guía a los programas de prevención; un ejemplo de ello es el modelo de la evolución de los trastornos alimentarios, planteado por Smolak y Levine (1996; cit. en Vandereycken et al, 2000), el cual constituye el eje teórico que sustenta la presente investigación. Éste consiste en un modelo de riesgo y de protección, resaltando los caminos que llevan a estos problemas durante la adolescencia, además, trata de ser lo suficientemente específico en cuanto a las conductas y actitudes que puede abordar. Este modelo hace hincapié en que las “predisposiciones” de la infancia se desarrollan y mantienen a causa de las bromas sobre el peso y la silueta, y los modelos ofrecidos por la familia y los pares sobre la preocupación por el peso; también propone que el significado, la organización y las consecuencias en la conducta de los factores de riesgo individuales y sociales se modificarán durante la adolescencia temprana conforme la joven enfrente las transformaciones de su cuerpo, sus sentimientos (incluyendo la sexualidad), sus capacidades cognitivas, las expectativas de los roles de géneros, las relaciones con otros jóvenes de ambos sexos y las relaciones con sus padres. Este modelo permite prever que, para alrededor del 10-15% de las jóvenes, los trastornos alimentarios completos e incompletos constituyen una probable adaptación a las exigencias lógicas de la transición de la adolescencia temprana (Smolak y Levine, 1996; cit. en Vandereycken et al, 2000).

El modelo referido presenta diversos factores de riesgo (factores predisponentes) que revisten importancia potencial en el inicio de los trastornos alimentarios, entre ellos

destaca el Esquema de Delgadez, el cual puede representar la esencia de los trastornos alimentarios y favorecer los trastornos subclínicos, dietas restrictivas y ejercicios compulsivos. Este esquema es definido como “una red cognitiva que interrelaciona las creencias sobre la importancia de la atracción, la importancia de la delgadez respecto de la atracción y el éxito personal, y los modos de lograr la delgadez y la atracción. El término “importancia” se refiere a la significación que se le confiere a la delgadez respecto de logros sociales y profesionales, y su influencia en la autodefinición” (Smolak y Levine, 1996; cit. en Vandereycken et al, 2000).

En este contexto, en la Universidad de Valparaíso se han realizado estudios referentes al Esquema de Delgadez en el marco de un Seminario de Prevención de los trastornos alimentarios. En el 2003 Aránguiz, Leiva y Romero desarrollaron el seminario denominado “Identificación del esquema de delgadez en población infantil: construcción y evaluación psicométrica de un instrumento” y en el 2004, Chacón et al realizaron una “Aproximación al modelo del autoconcepto en los trastornos alimentarios: Un estudio psicométrico del esquema de delgadez en población adolescente”.

Tomando en consideración que los estudios anteriores realizados en nuestro país no han generado los resultados esperados, es que la presente investigación pretende aportar al conocimiento de este esquema, de modo de familiarizarnos con este fenómeno relativamente desconocido, obteniendo información que permitiese desarrollar posteriormente investigaciones más acabadas, que describan y expliquen este constructo, en nuestro contexto particular.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los trastornos de la conducta alimentaria han incrementado su incidencia considerablemente en distintas culturas, produciendo gran preocupación en la sociedad actual debido a las diversas consecuencias biológicas, psicológicas y sociales que conlleva esta problemática, llevando, en ocasiones, a la muerte.

Considerando tal situación, es que en el ámbito de la salud y educación se han desplegado esfuerzos en líneas de prevención, especialmente en el extranjero. Se plantea que estas medidas de prevención deben incidir idealmente en todos y cada uno de los factores que condicionan la aparición y mantenimiento de los trastornos alimentarios, y sobre todo en aquellos que sean comunes a gran parte de la población afectada (Striegel-Moore, 1992; cit. en Fernández et al, 1998), logrando de esta forma, disminuir la incidencia de esta problemática. Por tanto, es una necesidad urgente examinar los factores de riesgo para los trastornos de la conducta alimentaria para diseñar una prevención segura y efectiva.

En este contexto, Smolak y Levine (1996) plantean un modelo multifactorial de riesgo, el cual explica la evolución de los trastornos alimentarios (inicio y desarrollo) y cómo los factores de riesgo involucrados se potencian en el período de la adolescencia y no en etapas anteriores. Se considera que estos factores son acumulativos, es decir, mientras más factores de riesgo se experimenten, mayores son las posibilidades de desarrollar un trastorno alimentario (Vandereycken et al, 2000).

Según este modelo existirían predisposiciones que pueden constituir factores causales de riesgo, entre ellas: el perfeccionismo, la necesidad de aprobación social, insatisfacción con el cuerpo, aglutinación familiar, presiones y bromas de los pares,

creencias esquemáticas en torno a la delgadez, etc; los cuales interactúan con sucesos desencadenantes o disparadores, entre los cuales se cuentan los cambios de la pubertad, cambio de escuela, abuso o acoso sexual, exposición a mensajes mediáticos, etc. Esta interacción adquiere relevancia en la medida en que las adolescentes se ven enfrentadas a las tareas propias de esta etapa del desarrollo, entre ellas se puede mencionar la adaptación a las características físicas adultas, el comienzo de las relaciones heterosociales, la intensificación de los roles de género, etc.; lo que originaría distintas interpretaciones y reacciones a estas exigencias evolutivas. Estas reacciones tienen diversas consecuencias potenciales en las adolescentes que varían en su grado de adaptabilidad, pudiendo lograr desde una adaptación máxima, donde estas tareas serán interpretadas positivamente; hasta una adaptación mínima, donde es posible desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

Para los autores de este modelo, la presencia del factor predisponente “esquema de delgadez” adquiere un papel preponderante -al agruparse con otros factores de riesgo y tareas evolutivas- en el nivel de adaptación que lograrían las adolescentes en su etapa de desarrollo, asociándose éste a la posibilidad de desarrollar clínica o subclínicamente diversas problemáticas alimentarias. Por lo tanto, estas creencias esquemáticas en torno a la importancia de la delgadez serían un factor de riesgo presente a lo largo de todo el continuo evolutivo del perfil de riesgo, lo que hace pensar que este esquema corresponda a un elemento necesario (no suficiente) en el desarrollo de los trastornos alimentarios, en torno al cual se irían configurando y agrupando los otros elementos predisponentes.

Al ser considerado el esquema de delgadez como un factor esencial en el desarrollo de los trastornos alimentarios -entendiéndose éste como “una red cognitiva que interrelaciona las creencias sobre la importancia de la atracción, la importancia de la

delgadez respecto de la atracción y el éxito personal, y los modos de lograr la delgadez y la atracción” (Smolak y Levine, 1996; cit. en Vandereycken et al, 2000)- es que la presente investigación intentará aproximarse a este esquema en nuestra realidad local, explorando aquellas áreas en que la delgadez es privilegiada por las adolescentes, pretendiendo aportar al conocimiento teórico y empírico desde la Psicología, dada la escasa información existente respecto a este factor de riesgo y debido a que los esfuerzos llevados a cabo para aproximarse a él en nuestra región, no han brindado resultados concluyentes. De esta forma, se busca preparar el terreno para posteriores estudios que permitan explicar y detectar este factor de riesgo en nuestra población adolescente.

Siguiendo esta línea, es que este estudio considera al esquema de delgadez desde aquellas dimensiones que se ven afectadas por la importancia de la delgadez; dichos componentes corresponden a la influencia que ejerce la delgadez sobre la autodefinición, la atracción y el éxito personal (logros sociales y profesionales) en las adolescentes.

Las investigadoras se plantean considerar al esquema de delgadez desde los componentes implicados en su definición como una forma de acercarse a dicho constructo y además, surge una interrogante importante que las investigaciones sobre la prevención pueden responder es si “al desglosar los componentes del esquema de delgadez (en oposición a tratar de abordar el esquema completo) es posible debilitar su poder lo suficiente como para prevenir los problemas alimentarios” (Shisslak et al, 1997; Smolak y Levine, 1994b, 1996b; cit. en Vandereycken et al, 2000).

Otro antecedente relevante a saber sobre el tema referido es que el esquema de delgadez de un niño quizá no esté tan consolidado y, por ende, sea más susceptible a las intervenciones. Esto debido a que estudios llevados a cabo plantean la posibilidad de que el nexo entre las dietas, la insatisfacción con el cuerpo y los sacrificios para alcanzar la

delgadez tal vez no presenten una relación tan definida entre los niños como en los adolescentes o adultos (Shisslak et al, 1996; Solak y Levine, 1994<sup>a</sup>; cit. en Vandereycken et al, 2000). Los esfuerzos preventivos pueden inhibir el desarrollo de tales nexos y, por ende, del esquema de delgadez en su totalidad.

Es por lo anterior que las investigadoras se han planteado descubrir por medio de los discursos de las adolescentes –contenidos declarados por ellas-, los factores o situaciones que intervienen en la formación de las creencias en torno a la importancia de la delgadez en la autodefinición, atracción y éxito personal.

Por tanto, este estudio se orienta en las siguientes preguntas de investigación:

¿Cuáles son los contenidos declarativos sobre los componentes del esquema de delgadez en adolescentes de sexo femenino?

¿Cuáles son los contenidos declarativos acerca de los factores que intervienen en las creencias en torno a la importancia de la delgadez en adolescentes de sexo femenino?.

## **OBJETIVOS**

### *Objetivos Generales*

Explorar los contenidos declarativos sobre los componentes del esquema de delgadez en población adolescente de sexo femenino de la comuna de Valparaíso.

Analizar estos contenidos declarativos según la propuesta de Smolak y Levine en torno al esquema de delgadez.

Explorar los contenidos declarativos en torno a los factores que intervienen en los componentes del esquema de delgadez.

### *Objetivos Específicos.*

Explorar la importancia que las adolescentes le asignan a la delgadez en su autodefinición.

Explorar la importancia que las adolescentes le asignan a la delgadez para la atracción.

Explorar la importancia que las adolescentes le asignan a la delgadez respecto al éxito personal.

Identificar las situaciones de influencia que participan en las creencias sobre la importancia de la delgadez.

## **CAPÍTULO II**

## MARCO TEÓRICO

### ANTECEDENTES GENERALES

#### TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

##### Criterios Diagnósticos

Según el DSM-IV-TR (2002), los criterios para el diagnóstico de Anorexia nerviosa, Bulimia nerviosa y Trastorno de la conducta alimentaria no especificado son los siguientes:

##### *Anorexia Nerviosa*

A. Rechazo a mantener el peso corporal igual o por encima del valor mínimo normal considerando la edad y la talla; por ejemplo, pérdida de peso o mantenimiento de éste por debajo del 15 por 100 esperado. En casos de crecimiento, fracaso en alcanzar el que le correspondería en un 15% inferior al esperado.

B. Miedo intenso a ganar peso o a convertirse en obeso, incluso estando por debajo del peso normal.

C. Alteración de la percepción del peso o la silueta corporales, exageración de su importancia en la autoevaluación o negación del peligro que comporta el bajo peso corporal.

D. En las mujeres pospuberales, presencia de amenorrea; por ejemplo, ausencia de al menos tres ciclos menstruales consecutivos. Se considera que una mujer presenta

amenorrea cuando sus menstruaciones aparecen únicamente con tratamientos hormonales (ejemplo estrógenos).

-Tipo restrictivo: durante el episodio de anorexia nerviosa, el individuo no recurre regularmente a atracones o a purgas.

-Tipo compulsivo/purgativo: durante el episodio de anorexia nerviosa, el individuo recurre regularmente a atracones o purgas.

### *Bulimia Nerviosa*

A. Presencia de atracones recurrentes. Un atracón se caracteriza por:

(1) Ingesta de alimento en un corto espacio de tiempo (por ejemplo, en un período de dos horas) en cantidad superior a la que la mayoría de las personas ingerirían en un período de tiempo similar y en las mismas circunstancias.

(2) Sensación de pérdida de control sobre la ingesta del alimento (por ejemplo, sensación de no poder parar de comer o no poder controlar el tipo o la cantidad de comida que se está ingiriendo).

B. Conductas compensatorias inapropiadas, de manera repetida, con el fin de no ganar peso, como son la provocación del vómito; uso excesivo de laxantes, diuréticos, enemas u otros fármacos; ayuno y ejercicio excesivo.

C. Los atracones y las conductas compensatorias inapropiadas tienen lugar, como promedio, al menos dos veces a la semana durante un período de tres meses.

D. La autoevaluación está exageradamente influida por el peso y la silueta corporales.

E. La alteración no aparece exclusivamente en el transcurso de la anorexia nerviosa.

- Tipo purgativo: durante el episodio de bulimia nerviosa, el individuo se provoca regularmente el vómito o usa laxantes, diuréticos o enemas en exceso.

- Tipo no purgativo: durante el episodio de bulimia nerviosa, el individuo emplea otras conductas compensatorias inapropiadas, como el ayuno o el ejercicio intenso, pero no recurre regularmente a provocarse el vómito ni usa laxantes, diuréticos o enemas en exceso.

#### *Trastorno de la conducta alimentaria no especificado*

La categoría trastorno de la conducta alimentaria no especificada se refiere a los trastornos de la conducta alimentaria que no cumplen los criterios para ningún trastorno de la conducta alimentaria específica. Algunos ejemplos son:

1. En mujeres se cumplen todos los criterios diagnósticos para la anorexia nerviosa, pero las menstruaciones son regulares.
2. Se cumplen todos los criterios diagnósticos para la anorexia nerviosa excepto que, a pesar de existir una pérdida de peso significativa, el peso del individuo se encuentra dentro de los límites de la normalidad.
3. Se cumplen todos los criterios diagnósticos para la bulimia nerviosa, con la excepción de que los atracones y las conductas compensatorias inapropiadas aparecen menos de 2 veces por semana o durante menos de 3 meses.

4. Empleo regular de conductas compensatorias inapropiadas después de ingerir pequeñas cantidades de comida por parte de un individuo de peso normal (por ej. provocación del vómito después de haber comido dos galletas).
5. Masticar y expulsar, pero no tragar, cantidades importantes de comida.
6. Trastorno por atracón; el cual se caracteriza por atracones recurrentes en ausencia de la conducta compensatoria inapropiada típica de la bulimia nerviosa.

### Características Clínicas

La anorexia nerviosa se define como la preocupación obsesiva por tener un cuerpo delgado recurriendo a todo tipo de medios de manipulación alimentaria y corporal, seleccionando, restringiendo, tirando, escondiendo o evitando los alimentos, provocándose el vómito o usando laxantes o diuréticos por una parte, o bien haciendo un ejercicio físico desmesurado. En cuanto a la bulimia nerviosa, se trataría de un impulso irresistible a la ingesta episódica e incontrolada, compulsiva y rápida, de grandes cantidades de alimentos ricos en calorías durante un período de tiempo variable. El paciente experimenta una pérdida de control sobre la conducta alimentaria, viéndose incapaz de frenar los episodios de voracidad (Chinchilla, 2003).

Se plantea que este trastorno consiste en una alteración de la percepción, en alteraciones cognitivo-afectivas y alteraciones conductuales.

Con respecto a las alteraciones de la percepción de la imagen corporal se señala que los pacientes con trastornos de conducta alimentaria muestran una tendencia a percibir su cuerpo como grande o demasiado gordo, desproporcionado globalmente o en algunas regiones particulares. Los pacientes desconfían o dudan de los estándares

convencionales cuando se compara, por ejemplo, su peso con los considerados normales. Por otra parte, mantienen una actitud hipervigilante a las sensaciones corporales; las sensaciones de plenitud, hambre, digestión, hinchamiento, náusea, dolor y fatiga son habituales y parecen estar construidas sobre una variedad de alteraciones perceptivas, entre las que se incluyen la magnificación y exageración de estas sensaciones por atención selectiva (Chinchilla, 1995).

En relación a las alteraciones afectivo-cognitivas, los pacientes con trastorno de la conducta alimentaria, manifiestan que se sienten obesos, demasiado anchos, o que su apariencia es poco atractiva o desagradable. La delgadez parece el único aspecto relevante de su imagen; los pacientes experimentan la delgadez como una sensación de pureza, de control, de ser distintas (Gordon, 1994; cit. en Chinchilla, 1995). Además, las pacientes experimentan un miedo intenso a la obesidad, lo que lleva a constantes valoraciones de sí mismo y fluctuaciones del estado de ánimo, las cuales se alternan con sentimientos de insuficiencia-suficiencia, predominando los sentimientos negativos. Para hacer frente a la angustia causada por estos estados de ánimo se provocan el vómito reflejo o voluntario; y cuando no consiguen vomitar recurren a laxantes y diuréticos, al ejercicio físico o al ayuno posterior (Chinchilla, 2003).

Entre las alteraciones conductuales se pueden mencionar cambios en el patrón normal de la ingesta. Con frecuencia comienzan con una restricción de los hidratos de carbono que suelen ser considerados como alimentos altamente calóricos, y por lo tanto, prohibidos. Posteriormente la restricción de alimentos se generaliza a los lípidos y grasas y, finalmente a las proteínas (Mateos-Parra et al, 1997; cit. en Chacón et al, 2004). Estas pacientes también manifiestan preocupación acerca de sufrir una posible humillación en situaciones sociales en las que creen que sus cuerpos serán valorados, es por ello que las

evitan (por ejemplo, evitan comer en público). Otras conductas que ocurren frecuentemente son aquellas relacionadas con el control estricto del peso.

En cuanto a la apariencia personal, en la anorexia nerviosa, es característico que estas pacientes se presenten con ropas amplias, lo cual tiene dos objetivos; por un lado disimular su delgadez, y por otro, paliar la sensación recurrente de frío. Además su piel suele estar seca, áspera y fría, a veces cubierta por un vello oscuro y más abundante de lo normal (lanugo). También son constantes la bradicardia y la hipotensión arterial. Si las pacientes son vomitadoras es frecuente que presenten alteraciones en el esmalte dental, además de bajo peso y disminución de la grasa corporal, y masa muscular.

En la bulimia, el aspecto de las pacientes no evidencia, por lo general, la existencia del trastorno; por lo cual si la paciente no consulta en busca de ayuda, puede pasar sin diagnóstico por largo tiempo (Chinchilla, 1995).

### Epidemiología

En la actualidad, en los países desarrollados, los trastornos alimentarios tienen una prevalencia estimada entre un 3 a un 10% de mujeres con riesgo. Por otro lado, en lo que refiere a la prevalencia de los trastornos alimentarios incompletos (aquellos que no cumplen con los criterios diagnósticos para anorexia y bulimia nerviosa), éstos son el doble de los completos (Polivy et al, 2002; cit. en Badillo et al, 2002).

La anorexia nerviosa afecta aproximadamente a una de cada 200 jóvenes de entre 12 y 14 años, y aunque las mujeres jóvenes (chicas entre 14 y 18 años) siguen siendo el colectivo más afectado, los varones, las mujeres maduras y los niños/as menores de 12

años comienzan a sumarse a la lista de víctimas de esta afección. La anorexia nerviosa es más frecuente en la mujer que en el varón en una proporción de 10 a 1.

La mortalidad por anorexia nerviosa es de un 10% entre las pacientes que la padecen. La bulimia se da con más frecuencia que la anorexia nerviosa, su incidencia es 4 veces mayor. Los estudios plantean que entre el 3 y el 10% de las jóvenes la padecen. Entre el 50 y el 60% de los casos se cura y el resto de los pacientes cronifican la enfermedad (Crispo et al, 2004).

### Etiología

Se plantea que no existe una causa específica del trastorno de la conducta alimentaria, pero se presume que es producto de la asociación de varios factores, que podrían separarse en tres grupos principales: factor biológico (predisposición genética y biológica), factor psicológico (conflictos psicológicos) y factor sociocultural (influencias familiares y expectativas sociales) La vulnerabilidad biológica de la adolescencia, así como los problemas familiares y sociales, pueden combinarse con un clima social determinado para originar la conducta alimentaria típica de los anoréxicos (Casper et al, 2002; cit. en Félix, 2003).

#### *Factores Biológicos*

Dentro de estos factores, el más estudiado es el factor genético. Se ha demostrado que la tasa de concordancia entre gemelos es mayor que la observada en mellizos (44% contra 12.5%). La anorexia es ocho veces más común en personas que tienen parientes con el trastorno, desconociéndose qué factor hereditario puede ocasionarlo (Hertweck,

1995; Waller, et al 2002; cit. en Félix et al, 2003). De acuerdo a Behar (2000, cit. en Bravo et al, 2004), las alteraciones en el eje hipotálamo-hipofisiario, alteraciones de órganos endocrinos (bajos niveles de estrógeno que producen la amenorrea), alteraciones neurobioquímicas, del sueño, inmunológicas, neuroanatómicas y electroencefalográficas corresponderían a otro de los factores asociados a la anorexia. Otros factores biológicos propuestos, pero no del todo demostrados, son las complicaciones perinatales y las infecciones. Se postula que problemas durante el embarazo o después del nacimiento, tales como infecciones, traumas, bajo peso al nacer y mayor edad materna, estarían asociados a una mayor incidencia de anorexia (Félix, 2003).

#### *Factores Psicológicos*

La valoración sociocultural por la delgadez facilitará la expresión del trastorno en personas con determinadas características psicológicas. Si bien las características de personalidad constituyen un elemento que solamente tiñe pero no determina la enfermedad, existen algunas características que se han visto mayormente en anoréxicas y bulímicas, o que pueden estar asociadas a la manifestación de ambos cuadros. Las características individuales asociadas a la anorexia nerviosa dicen relación con inseguridad social, baja autoestima, excesiva dependencia, complacencia, falta de autonomía, pobres relaciones sociales; además de tendencia a la introversión, inhibición de la emotividad y alguna proclividad a presentar rasgos obsesivos de personalidad (Rausch, 1997; Gardner, 1997; Crispo, 1994; cit. en Badillo et al, 2002).

### *Factores Socioculturales*

La presión social de la cultura occidental juega, sin duda alguna, un papel primordial en desencadenar un TCA. Por un lado, la publicidad impulsa fuertemente los programas de reducción de peso y presentan jóvenes modelos anoréxicas como el paradigma del deseo sexual; por el otro, los medios de comunicación inundan al público con anuncios de comida basura. Aunque aquellas que basan su propio sentido en la aprobación externa y el aspecto físico son los que tienen un riesgo más alto de padecer un TCA, pocas mujeres son inmunes a esas influencias. Por tanto, la anorexia nerviosa no puede entenderse sin un contexto de hábitos y valores socioculturales que determinan y definen los estereotipos estéticos deseables que se deben seguir (Félix et al 2003).

### Curso y Pronóstico

El curso natural de la enfermedad, sin interferencias terapéuticas, es diferente en la anorexia que en la bulimia. En el primer caso, la evolución sería un proceso progresivo de agravamiento donde la pérdida ponderal y las complicaciones físicas marcarían un final previsible. Pero no siempre es así, en otros casos la evolución hacia la cronicidad es un proceso con recaídas y recuperaciones parciales acabando al cabo de los años con un estado permanente de delgadez más o menos extrema, amenorrea, limitaciones físicas y graves cogniciones de rechazo al peso o a la dieta normal. En el segundo caso, los estudios realizados hasta el momento señalan que si el bulímico no sigue ningún tratamiento, el cuadro suele empeorar, y la gravedad va a depender de la frecuencia o intensidad con que se produzcan los atracones, vómitos u otros comportamientos compensatorios. Cuanto más se prolongue el cuadro, más graves serán

los trastornos somáticos, los problemas de adaptación social y de rendimiento, y los sentimientos de depresión, ansiedad y culpabilidad (Cervera, 1996).

Entre las pacientes que reciben tratamiento para la anorexia nerviosa, incluso en los casos más favorables, éste rara vez dura menos de 2 a 3 años. El porcentaje de pacientes que se recuperan totalmente se sitúa alrededor del 50%, un 20% aproximadamente quedan con problemas residuales (control permanente de la dieta, alteraciones de la imagen corporal) y el 30% sigue un curso crónico (Treasure J. 1997, cit. en Félix, 2003).

De acuerdo a Marín (2002), la anorexia nerviosa tiene un buen pronóstico en 71-86% de los casos, pero los estudios de seguimiento muestran que dos tercios de los casos persisten con alguna restricción alimentaria y un tercio mantiene bajo peso. En un 50% permanece el temor a engordar. La mortalidad precoz alcanza a un 5% y se debe principalmente a complicaciones cardíacas y suicidio. En cuanto a los factores que indican peor pronóstico se encuentran: la pérdida extrema de peso, la presencia de episodios bulímicos o conductas compensatorias (vómito, uso de laxantes, etc.), el aislamiento social, inicio tardío de la enfermedad, sexo masculino, el estar casado, la asociación con trastornos anímicos o de personalidad, la larga duración del trastorno, falta de motivación al cambio, la falla de tratamientos previos, y alteraciones familiares graves. En cuanto a los signos de buen pronóstico está el inicio temprano de la enfermedad (antes de los 18 años de edad) y buen apoyo familiar (Rodríguez, 2000; cit. en Badillo et al, 2002).

En relación a la bulimia, se plantea que ésta tiene un buen pronóstico en el 60% de los casos y regular en un 30% adicional. El mal pronóstico estaría asociado a una depresión significativa, drogadicción, a un desorden de la personalidad coexistente o al

antecedente de abuso sexual (Marín, 2002). Por otro lado, la menor duración de la enfermedad, la menor edad de inicio, un nivel económico más bien elevado, una pareja estable y un buen apoyo familiar se asocian a un mejor pronóstico de la enfermedad (Rodríguez et al, 2001; cit. en Badillo et al, 2002).

## PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS

Como ya se ha señalado, los trastornos alimentarios son enfermedades graves, en ocasiones letales, que presentan diversas complicaciones médicas (Kaplan et al, 1993; cit. en Vandereycken et al, 2000). Por esta razón, la prevención exitosa reviste una importancia fundamental para la salud de las jóvenes en su etapa de desarrollo.

Se señala que, al igual que en otras patologías, también en los TCA, la prevención debe estar dirigida a evitar, retrasar la aparición o atenuar la severidad y duración de este trastorno en personas y grupos con mayor riesgo (Minsal, 2001). Por lo tanto, las medidas de una política de prevención deben incidir en todos y cada uno de los factores que condicionan la aparición y el mantenimiento de la enfermedad, y sobre todo en aquellos que son comunes a gran parte de la población afectada (Striegel-Moore, 1992; cit. en Fernández et al, 1998). En este sentido los programas preventivos se pueden dividir en tres niveles:

### Prevención Primaria

Este tipo de prevención abarca los esfuerzos para atenuar la incidencia de los trastornos alimentarios en los individuos que todavía no han desarrollado ningún

síntoma clínico significativo (Rodin y col, 1985; cit. en Vandereycken et al, 2000). Estos esfuerzos están basados en el supuesto de que es posible identificar los factores causales que actúan en el desarrollo de los trastornos alimentarios, los cuales pueden ser eliminados o anulados (Vandereycken et al, 2000).

Al ser posible la identificación de estos factores causales, se considera necesario que los programas de prevención primaria apunten a reducir la probabilidad del inicio del problema; esto se puede lograr atenuando las presiones que inician o mantienen la conducta problemática, y al mismo tiempo aumentando el efecto de los factores que inhiben el desarrollo de tal conducta. Por tanto, los programas de prevención primaria deberían idealmente tratar tanto los factores de riesgo como los de protección relacionados con los trastornos alimentarios, de forma de evitar el desarrollo de la enfermedad (Vandereycken et al, 2000). Entre los factores o aspectos que debiera abordar un programa de prevención se encuentran:

#### *La sumisión a los estereotipos culturales.*

Los programas de prevención deben llevar a cabo intervenciones que estén encaminadas a sensibilizar a la población del alto riesgo que conlleva la actual presión cultural: la potenciación de los aspectos estéticos, la promoción de una figura inalcanzable para muchas adolescentes y la vinculación de la belleza física con el éxito; aspectos que son claramente perjudiciales para la salud (Fernández et al, 1998).

#### *Información.*

Se requiere de una adecuada información en lo que refiere a los factores que desencadenan la enfermedad; dicha información debe estar dirigida, en primer lugar, a

los sujetos de riesgo y a sus familias, y en segundo lugar, a la población en general (cit. en Fernández et al, 1998).

#### *Modificación de conductas precursoras de la enfermedad.*

La conducta que se debe corregir es aquella que establece que niños y adolescentes varíen su dieta libremente y sin control, por motivos que no están claramente justificados, o que practiquen dietas restrictivas a espaldas de su familia, con la finalidad innecesaria de adelgazar, pensando que éste constituye el proceso normal para mejorar la figura (Button et al, 1996; cit. en Fernández et al, 1998).

#### *Identificación de los grupos de riesgo.*

Se señala que mediante cuestionarios se pueden detectar aquellos sujetos que están en situación de padecer la enfermedad. Sobre estos grupos de riesgo deben incidir las medidas que pueden ir desde la información hasta el seguimiento (Carter et al, 1997; cit. en Fernández et al, 1998).

#### *Educación Escolar.*

Una forma de prevenir los trastornos alimentarios es a través del establecimiento de una educación temprana en las escuelas, tanto en los aspectos positivos (alimentos, ejercicios y dietas) como en los negativos (anorexia, bulimia y obesidad).

## Prevención Secundaria

Es aquella que facilita las intervenciones encaminadas a reducir el tiempo entre el diagnóstico de la enfermedad y el inicio de un tratamiento eficaz (cit. en Fernández et al, 1998). Para una correcta prevención secundaria se deben valorar los siguientes aspectos: que el diagnóstico sea rápido y precoz, que el tratamiento sea lo más inmediato posible y que sea correcto, es decir, aquel tratamiento que atiende las diferentes áreas comprometidas: dieta, peso, figura, cogniciones alteradas y relaciones personales deterioradas; y finalmente, que exista un dispositivo asistencial eficaz (Andersen, 1989; cit. en Fernández et al, 1998).

## Prevención Terciaria

Este tipo de prevención intenta eliminar o reducir algunos de los síntomas o complicaciones más graves de este trastorno. La posibilidad de plantearse la creación de programas de prevención terciaria surge debido al gran número de pacientes en los cuales se ha cronificado la enfermedad, resultando en ellos ineficaces las intervenciones terapéuticas.

En aquellos pacientes refractarios al tratamiento, los programas de prevención terciarios ofrecen cuidados mínimos pero suficientes para evitar las complicaciones más graves. Esto resulta mejor que mantener a los pacientes sometidos al riesgo de las complicaciones físicas más severas (Fernández et al, 1998).

Por tanto, en este tipo de intervenciones, enfocadas a disminuir las complicaciones de los trastornos alimentarios, se requiere de un trabajo

multidisciplinario entre médicos, pediatras, psiquiatras y unidades de hospitalización, de manera de favorecer la continuidad del tratamiento, disminuir las hospitalizaciones, actuar sobre los factores que provocan o mantienen el cuadro y evaluar las necesidades asistenciales (García, 2000; cit. en Chacón et al, 2004).

### Programas de Prevención

El hecho de que los trastornos alimentarios presenten un serio problema para el adecuado funcionamiento biopsicosocial de quienes lo padecen, y que la frecuencia de éstos se encuentre en aumento, especialmente en la etapa de la adolescencia, ha llevado a aumentar el interés por desarrollar programas escolares para prevenir estas enfermedades.

En nuestro país, el Ministerio de Educación junto a su Programa MECE-Media han creado Grupos Profesionales de Trabajo al interior de cada liceo, con el objetivo de dar énfasis a la prevención en el ámbito primario en lo que refiere a problemas nutricionales. Ello, porque el Ministerio de Educación ha determinado como una de sus prioridades de acción, la promoción de estilos de vida saludables, la que incluye entre otras estrategias, la educación a la población enfatizando la relación entre alimentación, nutrición, salud y calidad de vida. Por esta razón, las nutricionistas Margarita Andrade e Isabel Zacarías (1998) del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA), de la Universidad de Chile elaboraron un módulo denominado “Módulo de Ciencias Naturales, Educación Física, Estilos de Vida y Conducta Alimentaria”. Este módulo tiene como propósito sensibilizar y motivar al profesor para que pueda reflexionar sobre su rol en la promoción de estilos de vida saludables del adolescente y desarrolle la

capacidad de actuar en la prevención de los problemas nutricionales que afectan a este grupo etéreo. Entre las acciones que contribuyen a lograrlo se encuentran el realizar un adecuado proceso de educación alimentaria y nutricional de los estudiantes, la orientación de aquellos que presentan una conducta alimentaria inadecuada, la oportuna comunicación a los padres o, cuando sea factible, la derivación a los especialistas correspondientes. En su contenido el módulo entrega, por una parte, conceptos básicos relacionados con los trastornos o alteraciones de la conducta alimentaria, y por otra, conduce a que el docente reflexione acerca de la importancia de este tema en la salud del individuo, llevándolo a participar activamente en acciones preventivas.

Por otra parte, en lo que respecta a los programas de prevención realizados en el extranjero, uno de los más prestigiosos es el programa llevado a cabo en EE.UU por Smolak, Levine y Schermer; denominado “La alimentación inteligente es la alimentación que me beneficia”, dirigido a niños de 9-10 años de edad. Éste tiene como objetivo disminuir los prejuicios contra la gordura, hacer hincapié en la importancia de realizar ejercicios moderados en forma regular, reducir los prejuicios sobre la grasa corporal y los individuos con sobrepeso, educar a los niños respecto a las dietas y, finalmente, educar a los niños sobre los mensajes culturales, en particular los mediáticos, referentes al cuerpo. Este programa incluye la participación de los padres, la preparación de los docentes, ejercicios de aprendizaje, actividades plásticas y deberes creativos para el hogar (Vandereycken et al, 2000).

## MODELO DE RIESGO PARA EL DESARROLLO DE LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS

Los trastornos alimentarios y en particular la anorexia y la bulimia nerviosa están aumentando considerablemente en nuestros días, por lo tanto, como ya se ha señalado es conveniente tomar las medidas de prevención que puedan reducir la incidencia y pronóstico de esta problemática (Fernández, 1998).

Cuando se llevan a cabo estudios en relación a estos trastornos se señala que éstos son trastornos multifactoriales como muchas otras patologías donde participan factores de riesgo ligados a la organización genético-biológica, de estructuración de la personalidad, de crianza, organización familiar, red social, conjunto de creencias (especialmente aquellas sobre apariencia física y su relación con los alimentos) y la presión social para huir de la obesidad y adelgazar como búsqueda de seguridad y felicidad, entre otras (Morandé, 1999).

En este contexto, no hay motivo para sospechar de la existencia de una única causa fundamental de los trastornos alimentarios, por el contrario, existen diferentes factores que inciden para que finalmente una persona desarrolle este trastorno, pero ninguno de ellos en sí mismo es suficiente (Crispo et al, 1998; Barber et al, 1995; Garner et al, cit. En Hersovici,1990; cit. en García, 2003). Se necesita de una combinación de los distintos factores, ya que cuantos más factores de riesgo se experimenten, mayores son las posibilidades de desarrollar un trastorno alimentario, por tanto, se considera que el riesgo es acumulativo (Vandereycken et al, 2000). En este sentido, será necesario que las intervenciones preventivas dirijan los esfuerzos hacia una mejor comprensión de los

factores de riesgo más potentes que pueden modificarse, y tener en cuenta un amplio rango de niveles de intervención (Vandereycken et al, 2000)

Cuando se hace referencia a que la prevención resulte provechosa, se habla de conocer los factores de riesgo involucrados en el posible desarrollo de un trastorno alimentario; por ello resulta fundamental comprender qué es un factor de riesgo. Se entiende que éste es toda influencia o variable que antecede al trastorno respectivo y aumenta la probabilidad de que se desarrolle una conducta problemática (Kraemer et al, 1997; cit en Vandereycken et al, 2000). Es posible distinguir los factores causales de las señales fijas, donde los primeros pueden variar, mientras que las segundas no pueden hacerlo, aunque siga siendo un factor de riesgo; por ejemplo no puede variar el sexo, que constituye un agente determinante para los trastornos alimentarios. De acuerdo a esto, es necesario dar importancia a la manipulación de los factores causales de riesgo, ya que éstos serán los que generen un cambio en la conducta problemática (Kraemer et al, 1997; cit en Vandereycken et al, 2000). Por tanto, los esfuerzos de prevención deben basarse en el supuesto de que es posible identificar los factores causales que actúan en el desarrollo de los trastornos alimentarios, los cuales podrán ser eliminados o anulados (Vandereycken et al, 2000).

Siguiendo esta línea, es que han surgido numerosos modelos que intentan explicar la multifactorialidad de estos trastornos, centrándose en los factores de riesgo que estarían incidiendo en la aparición de éstos, pretendiendo con ello llevar a cabo programas preventivos que obtengan resultados exitosos. Considerando esto, es que el presente estudio se enmarca en el modelo de riesgo para el desarrollo de los trastornos

alimentarios propuesto por Smolak y Levine (1996)<sup>1</sup>; el cual al ser un modelo evolutivo que se basa tanto en los factores de riesgo como en los factores de protección - entendiéndose éstos últimos como aquellos factores que disminuyen la probabilidad de que se desarrolle el trastorno-, brinda una sólida base para los programas que intentan prevenir el inicio de los trastornos alimentarios en la adolescencia temprana dando énfasis a las vías que conducen a problemas de la conducta alimentaria, incluyendo la insatisfacción por el cuerpo, las dietas restrictivas, la anorexia nerviosa, entre otros (cit. en Vandereycken, 2000).

En este modelo se señala la presencia de factores predisponentes, los cuales hacen que las adolescentes sean más vulnerables a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria, entre ellos se cuentan el esquema de delgadez, el perfeccionismo, la necesidad de aprobación social, la insatisfacción con el cuerpo, las dietas restrictivas y la baja autoestima. Estas predisposiciones o vulnerabilidades interactúan con factores desencadenantes; éstos marcan el inicio del trastorno y entre ellos se pueden mencionar la pubertad, cambios de escuela, cambio en la relación con los progenitores, sucesos estresantes o inesperados en la vida y los sistemas sociales. La interacción entre ambos factores (predisponentes y desencadenantes) provocará determinadas interpretaciones o reacciones de las tareas y exigencias evolutivas en las adolescentes, dando como resultado distintas consecuencias que van a variar de acuerdo al nivel de adaptación que logre la adolescente. Por tanto, en este modelo se describen aquellos acontecimientos que ocurren durante la infancia (bromas sobre el peso y la silueta, modelos ofrecidos por la familia y los pares sobre la preocupación por el peso, etc.) que dan forma a las reacciones ante la adolescencia temprana; ello se entiende debido a que el significado, la

---

<sup>1</sup> Ver Figura 1.

organización y las consecuencias de estos acontecimientos se modificarán en la adolescencia, debido a que las adolescentes enfrentarán diversas transformaciones y cambios propios de esa etapa evolutiva.

A continuación serán descritos con mayor detalle, cada uno de los elementos propuestos en este modelo de riesgo para el desarrollo de los trastornos alimentarios, de forma de lograr una mejor comprensión del modelo, y de uno de los factores de riesgo que guía este estudio, el “esquema de delgadez”.

### Factores Predisponentes

Son aquellos elementos que hacen que las personas sean más vulnerables a desarrollar un trastorno cuando se dan determinadas combinaciones características, tanto individuales como interpersonales. Éstos constituyen factores causales de riesgo (no señales fijas), por tanto, pueden ser modificables mediante medidas preventivas.

#### Factores Individuales

Corresponden a aquellos factores que hacen más vulnerable a una persona a poseer un trastorno alimentario y tienen que ver con determinadas características personales como: esquema de delgadez, tendencia al perfeccionismo, necesidad de aprobación social, insatisfacción con el cuerpo, baja autoestima y dietas restrictivas.

**Ver figura 1 en cd**

### *Esquema de Delgadez.*

Es definido como las creencias esquemáticas sobre la importancia de la delgadez. En la medida en que estas creencias sobre el peso sean consideradas como fuentes primarias de autodefinición, se estaría frente a la presencia del esquema de delgadez (cit. en Chacón et al, 2004).

Dicho constructo adquiere gran relevancia en la formación de los trastornos de la conducta alimentaria, ya que éste es considerado, de acuerdo a los autores del presente modelo, como la esencia de estas patologías. La presencia de este esquema en las adolescentes revela que la delgadez adquiere un papel fundamental sobre ciertas áreas como son la autodefinición, la atracción y el éxito personal; siendo estas dimensiones teñidas por la influencia del peso y la delgadez.

Debido a la importancia que adquiere este constructo en el desarrollo de los trastornos alimentarios, y particularmente en la presente investigación, se ha considerado conveniente realizar un estudio más profundo respecto a este esquema en un posterior apartado.

### *Perfeccionismo*

Pese a que hasta ahora las causas más profundas de los trastornos alimentarios no han sido detectadas, se sabe que existen componentes genéticos, biológicos, sociales y psicológicos. Es en esta última esfera donde ha sido posible distinguir características comunes a los jóvenes que padecen algún desorden como bulimia o anorexia, entre ellas es posible mencionar el perfeccionismo y la excesiva preocupación por el orden, presentes desde la infancia, los cuales son considerados como factores de riesgo para el

desarrollo posterior en ambas patologías (Anderluh et al, 2003; cit. en Bravo et al, 2004).

Según Morandé (1999), la mayoría de sus pacientes presentaba antes de enfermar un perfil de personalidad caracterizado por elevada autoexigencia y constancia, aceptación de las normas sociales, aparente autonomía y perfeccionismo.

Brodsky (2004) plantea que las jóvenes que padecen anorexia se caracterizan, en términos generales, por ser muy perfeccionistas y autoexigentes. Es una joven a la que le va siempre bien en el colegio, nunca ha causado problemas y es muy dependiente de los padres. También tiene una fuerte voluntad, es competitiva, cuando se propone algo no cede hasta que lo logra y, por ende, si se propone hacer una dieta, va a ser muy rigurosa y la mantendrá hasta las últimas consecuencias. Como parte de la perfección se encuentra el alcanzar una imagen ideal de delgadez, la cual nunca consiguen, debido a que la anoréxica jamás se verá a sí misma corporalmente perfecta. (Del Canto, 2001, cit. en González et al, 2002).

La joven bulímica, en tanto, es más impulsiva y suele tener dificultades para controlar y regular sus impulsos y emociones. Puede tener problemas para mantener sus relaciones interpersonales o las que establece pueden ser caóticas.

#### *Necesidad de aprobación social*

La dificultad que tienen ciertas personas para funcionar en forma aparte de su familia o de otros patrones externos, constituye una posible explicación a los trastornos de la conducta alimentaria. Entre las características de estas personas se encuentran el vivir muy pendientes de lo que otros esperan de ellas, de cumplir con los ideales de sus padres, o de darles satisfacción a los demás. La obligación de ser siempre “adecuada” les

deja poco margen de seguridad para desarrollar un pensamiento personal o para hacer los planteamientos propios de una etapa de crecimiento. Planteamientos que seguramente mostrarán diferencias con los padres o provocarán distanciamiento, o dejarán temporalmente insatisfechos a otros.

Cuando la seguridad está puesta exclusivamente en el exterior, en cumplir con lo que se supone que se espera de uno, en adecuarse a la imagen que otros puedan tener de uno, es inevitable que se tenga cierta sensación de ineficacia personal, una gran dificultad para resolver las cosas apelando a recursos personales, porque siempre se está dudando de sí mismo (Crispo et al, 1998; cit. en García, 2003).

#### *Insatisfacción con el cuerpo*

El cuerpo es la expresión externa de lo que somos, es la forma a través de la cual nos ven los demás. Por lo tanto, la figura corporal mediatiza todas las relaciones y todas las consideraciones que hacemos sobre nosotros mismos (López et al, 1999).

En la formación del esquema corporal intervienen diversos factores: nuestros pensamientos, ideales, estado de ánimo, lo que nos transmiten otras personas y las presiones de tipo sociocultural (López et al, 1999).

La insatisfacción con el cuerpo surge de la creencia de que determinadas partes del mismo, relacionadas con la silueta, resultan inaceptables porque son demasiado grandes o gordas, por ejemplo, los muslos, las caderas, las nalgas (Vandereycken et al, 2000). Es muy común ver que las pacientes con problemas alimentarios tengan una imagen corporal negativa, recordando que ésta es la representación mental del cuerpo (Cervera, 1996).

### *Dietas*

Una de las conductas de riesgo más populares es la de hacer dietas para adelgazar, que unidas a otros procesos para perder peso, no menos peligrosos, ha sido relacionado con la génesis y mantenimiento de los trastornos alimentarios (Garner, 1993; cit en Morandé, 1999). Las dietas restrictivas realizadas a una edad temprana se han asociado con el desarrollo posterior de trastornos alimentarios (Tobin et al, 19991; cit en Vandereycken et al, 2000), en especial en edades propias de la adolescencia, siendo los medios de comunicación uno de los grandes responsables de este fenómeno a través de la masiva publicidad acerca de la figura delgada (cit. en Lemus et al, 2003).

Según Raich (1994), la dieta restrictiva parece ser la causa más cercana al desencadenamiento de episodios de sobreingesta. Según la teoría de la contrarregulación de Polivy y Herman (1985, cit. en Raich, 1994), el hecho de mantener una restricción respecto de determinados alimentos, especialmente prohibidos; genera, al romperse la dieta estricta, que la persona que la sigue se descontrole totalmente y consuma grandes cantidades de estos alimentos.

### *Baja Autoestima*

La autoestima es la valoración que cada persona hace de sí misma. Las personas con baja autoestima suelen no valorarse a sí mismas, por lo que esperan que sean los demás quienes lo hagan, se envían continuamente mensajes negativos y no pueden desarrollar adecuadamente todas sus capacidades.

Se señala que una baja autoestima se relaciona con las actitudes negativas respecto del propio cuerpo y dichas actitudes son más frecuentes en mujeres que en hombres (Rosen et al, 1987; cit. en Vandereycken et al, 2000). Es así como bajos niveles

de autoestima, contribuyen a un mayor riesgo para desarrollar síntomas severos de trastornos alimentarios y otros trastornos psicológicos (Cervera et al, 2003; cit en Bravo et al, 2004).

Se ha constatado que las mujeres con un posible trastorno alimentario tienen una autoestima extremadamente baja, sentimientos de ser mala persona, descuidada y un intenso miedo al rechazo o al abandono (Garfinkel y Garner, 1982; cit. en Raich, 1994).

En torno a este tema, se han llevado a cabo investigaciones prospectivas que confirman que los niños con baja autoestima son más propensos a desarrollar trastornos alimentarios en los próximos años (Polivy et al, 2002; Vanderham et al, 1998; cit. en Badillo et al, 2002).

### Sistemas

Hace mención a aquellos factores que surgen de la interacción del sujeto con su medio, los cuales hacen más vulnerable a una persona a poseer un trastorno alimentario.

#### *Sistema Familiar*

Hace referencia a ciertas características comunes en las familias de muchas personas que presentan estos trastornos. Entre estas características se encuentran: las actitudes y conductas familiares respecto al peso y la silueta, y la aglutinación familiar.

Es sabido que la familia constituye un sistema dentro del cual los individuos están integrados formando parte de él, de tal forma que la conducta de ellos depende del efecto de las interrelaciones y de las características organizacionales de la familia que interactúan entre sí formando un todo. Para entender la conducta de cada miembro de la familia, es necesario examinar las normas que regulan la interacción familiar, ésta puede

operar por una serie de reglas que controlan las relaciones, de tal manera que los padres establecen y siguen ciertas normas con respecto a los hijos y estos últimos aprenden cuales patrones emplear para preguntar, para actuar o para interactuar (Murcía, 2001; cit. en Hernández, 2004). Es por ello, que es en la familia en donde se adquieren las primeras normas de conducta y relación, también en ella se adquieren las primeras nociones culturales y estéticas, y los valores a ellas asociados (Fabelo, 2001). Por tanto, vivir en una familia que otorgue excesiva importancia a la apariencia, al físico y a la alimentación constituye un claro factor de riesgo para el desarrollo de un trastorno alimentario (Neipp-Lopez, 2002; cit. en Bravo et al, 2004). Esto último se corrobora con los casos clínicos reportados y con la teoría del sistema familiar, los cuales sugieren que los padres pueden influir en las conductas alimentarias de sus hijos directamente a través del proceso de moldeamiento, particularmente de actitudes y conductas con respecto a los hábitos (cit. en Hernández, 2004).

Por otra parte, Minuchin y colaboradores postularon que cierto tipo de organización y funcionamiento familiar conduce al desarrollo y mantenimiento de los trastornos alimentarios. Los miembros de la familia están atrapados en patrones de interacción familiar en los cuales los síntomas de la hija desempeñan un rol central en la evitación del conflicto que subyace y en el mantenimiento de un cierto equilibrio familiar (García, 2003). Por ejemplo, en familias caracterizadas por patrones de interacción sobreprotectores, no es posible apreciar una clara delimitación de la individualidad de cada uno de los miembros, más bien es común observar altos grados de cohesión entre éstos. La sobreprotección de los padres retarda el desarrollo de la autonomía de los hijos, siendo habitual que inhiban la participación de ellos en actividades que abarquen esferas fuera del ámbito del hogar, de manera que no se educa

a los hijos para enfrentarse a la vida, existiendo notables carencias de habilidades para tomar decisiones (Rausch & Bay, 1997; cit. en González, et al, 2002).

Se han especificado ciertas características comunes en las familias que presentan estos trastornos. Las familias de anoréxicas suelen ser rígidas y se adaptan a los cambios con mucha dificultad. Sus miembros están fuertemente cohesionados, parecen casi inseparables, aun cuando haya conflictos que no han sido resueltos, ni explicitados, ni reconocidos. Además, las madres suelen mostrar una fuerte tendencia al sacrificio, tienen dificultad para hacer algo agradable para sí mismas y el padre es incapaz de apoyar a la esposa en sus necesidades. En tanto, las familias bulímicas presentan un déficit de conductas afectuosas y empáticas, suele haber hostilidad en las relaciones, lo que impide el surgimiento de momentos de intimidad; así como los roles y jerarquías están distorsionadas (cit. en Brodsky, 2004).

#### *Bromas y presiones de los pares*

Los pares pueden ejercer gran influencia, en particular cuando se inicia la adolescencia. En esta etapa, la percepción de lo que hacen o piensan los amigos desempeña un papel de importancia capital, como se ha demostrado respecto del consumo de alcohol, drogas y tabaco (Watts et al, 1992; cit en Vandereycken et al, 2000), además de constituir un factor de riesgo para los trastornos alimentarios (Pillen et al, 1986: cit en Vandereycken et al, 2000).

Los adolescentes suelen imitar las conductas de sus pares y dispersan informaciones que aumentan el riesgo de manifestar trastornos alimentarios. Así, las niñas sienten que si logran ser delgadas van a ser aceptadas entre los populares o van a encontrar pareja. Los niños que han estado expuestos a bromas constantes por parte de

compañeros o hermanos, especialmente entre los siete u ocho años (edades muy sensibles) pueden desencadenar estos trastornos años más tarde (cit. en Brodsky, 2004). Se ha señalado también que las mujeres con más amigas que seguían dietas también presentaban más síntomas de trastornos alimentarios (Crandall, 1988; cit en Vandereycken et al, 2000), aspecto que confirma la importancia de los pares como un factor de riesgo en el desarrollo de los trastornos alimentarios.

Asimismo en un estudio de tres años, Cattarin y Thompson (1994, cit. en Vandereycken et al, 2000) hallaron que las bromas hechas a las adolescentes por sus pares les producían insatisfacción con su propio cuerpo, la que a su vez las llevaba a restringir su alimentación.

### Factores desencadenantes

Son aquellos que marcan el inicio de la enfermedad en un determinado momento o circunstancias estresantes. Entre estos factores es posible mencionar aquellos que son propios del individuo y aquellos que resultan de la interacción con los sistemas sociales.

#### Individuo

Corresponden a aquellos cambios objetivos que no pueden buscarse en la interacción de la persona con su medio, porque se producen en él mismo. Entre ellos se mencionan:

### *Conciencia del fin de la niñez.*

Es sabido que todos los cambios implican ganancias y pérdidas; entre éstos últimos, en la etapa de la adolescencia, se encuentra el cuerpo, la identidad y el rol infantil, y los padres de la infancia. Estos cambios dan cuenta del término de la niñez, por tanto, pueden costar más o menos elaborarlos.

Los cambios fisiológicos propios de la pubertad pueden ser experimentados por el adolescente de modo muy rápido, algunos de forma forzosamente súbita como la menarquia. Estos son cambios a los que el adolescente debe adaptarse, conceptualizar y evaluar, siendo susceptibles de constituirse en hechos estresantes (Toro et al, 1987; cit. en García, 2003).

Otra de las pérdidas que lleva consigo la adolescencia hace referencia a la identidad y el rol infantil. La identidad es la percepción de sí mismo, como alguien diferenciado de los demás que mantiene continuidad y coherencia a lo largo de la vida. En la adolescencia esta continuidad se rompe y surge la pregunta ¿quién soy yo? (López et al, 1999).

Finalmente, se produce una separación de los padres de la infancia; esta separación se refiere a una independencia psicológica: no necesitar el afecto y apoyo continuo de los padres para sobrevivir. Se produce una desidealización de las figuras parentales, pueden entender que los padres no son perfectos, que no lo saben todo, y que no lo hacen todo bien. En algunos casos se vive en el extremo opuesto: los padres no saben nada, no comprenden nada y hagan lo que hagan está mal (López et al, 1999).

### Sucesos Estresantes

Entre los factores que favorecen la aparición de la bulimia o la anorexia se cuentan eventos estresantes que pueden ir desde un cambio de colegio o de casa hasta la separación de los padres (Brodsky, 2004). Según Raich (1994) otros acontecimientos vitales potencialmente estresantes que pueden desencadenar un trastorno alimentario son: enfermedades importantes de un miembro de la familia, conflictos importantes con un amigo íntimo, cambio de etapa escolar, fallecimiento de uno de los padres y, principalmente estresante y muy frecuente en la adolescencia; las primeras relaciones con el sexo opuesto. Entre éstas últimas también se consideran los contactos sexuales (relaciones sexuales concretas o aproximaciones de las mismas); éstos corresponden a un precedente inmediato de la anorexia y/o bulimia. Estas nuevas experiencias suponen nuevos esfuerzos de adaptación, nuevas exigencias sociales, ya que constituyen una experiencia en que, entre otras cosas, se pone a prueba ante otra persona el propio cuerpo (cit. en García, 2003).

La aparición de una de estas circunstancias demanda del sujeto una capacidad de respuesta de la que muchas veces no dispone; por ello, se crea un nivel de tensión que en el caso de los trastornos alimentarios puede producir el inicio del trastorno (Raich, 1994).

En una investigación realizada por Horesh et al.(1995, cit. en Bravo et al, 2004), se plantea que las adolescentes que presentan un trastorno alimentario, en comparación con el grupo control, poseen una historia de mayor número de eventos negativos; a lo que se suman situaciones estresantes que preceden al desarrollo de estos trastornos en la mayoría de los casos.

### Sistema sociales.

La moda, los medios de comunicación, la publicidad, la transmisión oral de dietas los intereses económicos, la gran presión ejercida por los laboratorios e industrias dedicadas a la fabricación de productos para adelgazar y de productos light, la exigencia de una imagen determinada para desarrollar ciertos puestos de trabajo y el gran número de horas que las personas dedican a hablar de la gordura o de la delgadez en los distintos grupos o colectividades a los que se pertenece; contribuyen a que la delgadez corporal se asocie a prestigio social, autoestima alta, belleza, elegancia, aceptación social, estar en forma, búsqueda de perfección y juventud. Esta sistemática asociación es lo que ha hecho que la delgadez se convierta en un fin en sí misma y en un valor (López et al, 1999).

Los medios promueven y reflejan los estándares de la cultura actual para la forma o tamaño del cuerpo, y la importancia de la belleza. Los medios reflejan imágenes de delgadez y ligan esta imagen a otros símbolos de prestigio, de la felicidad, del amor y del éxito para las mujeres. La exposición repetida de este ideal, vía los varios medios de comunicación, puede conducir a la internalización de este ideal; también promueve estas imágenes como realizables y verdaderas.

La presión social y los estereotipos culturales de lo idealmente estético, y el valor del cuerpo delgado hace que se desarrolle la representación de un modelo que es compartido y aceptado por todos los que conformamos una sociedad. De esta manera, se observa cómo los aspectos psicosocioculturales definen el papel dominante, en donde la cultura de la delgadez afecta negativamente al establecerse como valor altamente positivo.

Se señala que es el género femenino el que manifiesta mayor insatisfacción corporal, pues se construye la representación social que señala a la mujer delgada como sinónimo de éxito, de aprobación social, en donde se interpreta que lo que es “bello es bueno” (Francio & Herzog, 1987, en J. K. Thompson, 1996; cit Argüelles, 2002), promocionando la aversión a la obesidad.

### Etapa del Desarrollo

Como ya se ha señalado, los factores de riesgo descritos anteriormente se potencian en el período de la adolescencia y no en etapas anteriores, debido a que ésta es una etapa caracterizada por cambios fisiológicos, psicológicos, relacionales, entre otros; donde la adolescente se ve enfrentada a una serie de exigencias, generando ello diferentes niveles de adaptación. Por tanto, es de vital importancia la comprensión de esta etapa evolutiva, ya que constituye el marco en el cual se desarrolla el modelo de riesgo de los trastornos alimentarios de Smolak y Levine.

### Características evolutivas de la adolescencia

Se ha intentado situar la adolescencia tanto en términos cronológicos como psicosociales. Cronológicamente, podemos situar el comienzo de ésta con la pubertad (9-13 años), luego la adolescencia temprana (13-15 años) y finalmente, la adolescencia tardía (15-22 años). La OMS señala 20 años como edad de tope, otros autores hablan de 22 años, incluso se dice que podría alargarse más porque los adolescentes no pueden acceder a conductas socialmente consideradas de adultos, como responsabilidades sociales, familiares, laborales, entre otras (López et al, 1999). En términos psicosociales,

los adolescentes se ven enfrentados a diversas exigencias, que pueden constituir un factor de riesgo para el desarrollo de los trastornos alimentarios, entre los cuales se pueden mencionar:

*Adaptación a los cambios biológicos durante la pubertad.*

Los cambios físicos y el aumento de la grasa durante la pubertad pueden ser particularmente problemáticos para las niñas, pues su cuerpo se desarrolla en forma contraria a las normas socioculturales de belleza transmitidas por los medios de comunicación (Striegel-Moore, 1993; cit. en Vandereycken et al, 2000), es por ello que algunos sugieren que la pubertad temprana es un factor de riesgo para los trastornos alimentarios posteriores (Fairburn et al 1997; cit. en Vandereycken et al, 2000). Después de la pubertad, la imagen corporal de las niñas suele deteriorarse y se torna común la preocupación exagerada por la apariencia física y la sensación de gordura (Shore y Porter, 1990, cit. en Vandereycken et al, 2000).

*Desarrollo de las relaciones personales (incluidas las sexuales).*

Para las adolescentes el sentido de identidad tiene una estrecha conexión con el éxito interpersonal y es más probable que atribuyan un fracaso en sus relaciones a una carencia propia (Grotevant et al, 1985; cit. en Vandereycken et al, 2000). En esta etapa, las percepciones respecto de la atracción física desempeñan un papel fundamental para alcanzar un sentido adecuado de sí mismas y el éxito en sus vínculos afectivos.

### *Desarrollo de habilidades.*

En la adolescencia temprana y media, las niñas se preocupan más por sus logros que los varones. Muchas se sienten presionadas a ser buenas alumnas además de atractivas.

### *Relaciones con la familia: La independencia.*

Las familias son muy importantes durante la adolescencia temprana/media, pero es también una etapa en la que las niñas comienzan a independizarse y, comparadas con los varones, sufren más tensiones interpersonales con sus progenitores (Windle, 1992; cit. en Vandereycken et al, 2000).

### *Desarrollo del sentido de identidad.*

La autoimagen de las niñas parece más orientada hacia los aspectos relacionales que la de los varones (Striegel-Moore et al, 1986; cit. en Vandereycken et al, 2000). Es más probable que las adolescentes se definan en términos del aspecto físico y, cuando esto se torna exagerado, puede provocar problemas en relación con la comida.

De acuerdo a lo anterior, es posible afirmar que la gran cantidad de transformaciones que tienen lugar en la adolescencia: fisiológicas, endocrinas, morfológicas, relacionales, etc; producen una fragilidad en el adolescente, pudiendo darse una disminución importante en la autoestima debido a las transformaciones que se producen y a la rapidez de éstas. Por ello son muchos los autores que han descrito los trastornos de la alimentación como fracasos en la superación de la adolescencia, es decir, como conflictos en la construcción de la identidad (López et al, 1999).

## Consecuencias

Como ya es sabido, en el modelo presentado se da una interacción entre factores predisponentes y desencadenantes, los cuales originarán interpretaciones y reacciones de las tareas y exigencias evolutivas. Estas reacciones tendrán distintas consecuencias, las cuales van desde un nivel de adaptación mínima, moderada, hasta un nivel de adaptación máxima. Es en este momento en el que el factor predisponente “Esquema de Delgadez” adquiere mayor relevancia, ya que al ser considerado éste como la esencia de los trastornos alimentarios, se cree que la asociación de otros factores predisponentes a él, conllevan a la presencia tanto de trastornos alimentarios clínicos como subclínicos (esto dependiendo de la cantidad de elementos predisponentes que se agrupen a él, recordando que el riesgo es acumulativo). Por otro lado, la sola presencia de este esquema conllevaría un nivel de adaptación moderada y, finalmente la ausencia de este esquema, conduciría a un nivel de adaptación máxima, sin riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria, ya que se realizarán interpretaciones positivas de las exigencias o tareas evolutivas.

El conocimiento de este constructo constituye parte fundamental del presente estudio, por lo cual se describirán en profundidad aspectos relevantes relacionados con estas creencias esquemáticas en torno a la delgadez, considerando la escasa información existente respecto a este factor de riesgo en particular.

## DESCRIPCIÓN DEL ESQUEMA DE DELGADEZ

En el modelo de riesgo para los trastornos alimentarios de Smolak y Levine (1996), este esquema es definido como “una red cognitiva que interrelaciona las creencias sobre la importancia de la atracción, con la importancia de la delgadez respecto de la atracción y el éxito personal, y con los modos de lograr la delgadez y la atracción”. El término “importancia” se refiere a la significación que se le confiere a la delgadez respecto de los logros sociales y profesionales y su influencia en la autodefinición (Smolak y Levine, 1996; cit. en Vandereycken et al, 2000). Además se describen componentes específicos como son las consecuencias de una ganancia (o pérdida) de algunos kilos, la probabilidad de éxito si el individuo tiene sobrepeso y el grado de control que puede ejercerse sobre el peso y la silueta. Se ha constatado que las preocupaciones por el peso y los intentos por controlarlo quizás estén motivados, en parte, por el desagrado y hasta la repulsión que se siente por la grasa corporal (Lerner et al, 1990; cit. en Vandereycken et al, 2000).

La literatura existente sobre factores de riesgo, sugiere que las dietas tempranas, una estima corporal negativa, el miedo a la gordura y los sacrificios para ser delgado y atractivo son componentes importantes de la autodefinición que podrían allanar el camino para el desarrollo de problemas y trastornos alimentarios durante la adolescencia (Vandereycken et al 2000). Es así que, la presencia de este esquema, al brindar importancia a la delgadez, generaría mayor vulnerabilidad a realizar dietas restrictivas y otras conductas de riesgo consideradas fundamental al inicio de los trastornos alimentarios.

En la profundización del Esquema de Delgadez se hace necesario remontarse a los postulados de la psicología cognitiva en relación al estudio de los factores cognitivos implicados en estos trastornos. No es sorprendente, por ejemplo, que los individuos que informan preocupaciones respecto al cuerpo, al peso, y la comida en instrumentos de diagnóstico, también presenten problemas en sus pensamientos, creencias, y asunciones relacionadas con la forma, el peso, y la comida (Vitousek & Hollon, 1990; cit en Viken et al, 2002). Entre las características cognoscitivas de estas problemáticas alimentarias, se perciben variadas distorsiones cognitivas, que incluyen pensamientos obsesivos, juicios inexactos, y modelos de pensamiento rígido. Se han percibido errores en el procesamiento de la información y en la memoria en individuos que padecen algún problema de alimentación, sobre todo para temas relacionados con el peso, la forma, y comida, existiendo una memoria diferencial para la información relacionada con estos temas, generándose prejuicios cognoscitivos y preocupaciones emocionales en torno a la delgadez (Hermans et al. 1998, Sebastian et al. 1996, cit en Polivy et al, 2002).

En un estudio realizado por Viken et al. (2002), sobre las diferencias en la percepción y atención en individuos con trastorno alimentario clínico y subclínico, los resultados sugieren que las mujeres con síntomas de trastornos alimentarios poseen un tipo de cognición "filtro" a sus percepciones sociales, en relación al peso. Esto ha sugerido que la patología cognitiva puede generar esquemas para el peso, en torno al cual se basarían las evaluaciones que la persona hace de sí mismo, contribuyendo al mantenimiento de estos desórdenes (Vitousek & Hollon 1990, cit en Polivy et al, 2002).

En este contexto, Vitousek y Hollon (1990, cit en Viken et al, 2002) describen el "esquema del peso" -el cual sería comparable, de acuerdo a Vandereycken et al., con el Esquema de Delgadez, planteado por Smolak y Levine-, refiriéndose a las estructuras

cognitivas que codifican información sobre lo que significa ser gordo o flaco. Estos autores señalan en su modelo, que los síntomas de los trastornos de la conducta alimentaria están basados en estructuras cognoscitivas organizadas (esquemas) en relación al peso, que conllevan a ciertas percepciones, pensamientos, afectos y conductas, con determinadas implicaciones para la autoestima.

Se ha descrito que en pacientes con trastornos alimentarios los temas relativos al ideal cultural de la delgadez, se organizan y expresan como un conjunto esquemático de creencias tales como: “una silueta delgada es un componente fundamental de la belleza, la salud física, el éxito y la felicidad”, “la belleza constituye el objetivo primordial en la vida de una mujer”, “el peso y la silueta de una mujer son el objeto legítimo de la crítica, del acoso público y de las bromas sobre la gordura”, “la gordura revela una pérdida de control personal y es un signo de fracaso”, y “las dietas restringidas en calorías son un camino viable hacia la delgadez y una prueba de autocontrol”. Estos juicios evaluativos pueden ser compartidos, por ejemplo, por los pares; sin embargo, el significado del peso será más elaborado, idiosincrático, y cargado emocionalmente para los sujetos con trastorno alimentario que para otros sin presencia de psicopatología, pero que sí poseen creencias distorsionadas sobre el peso (Vitousek y Hollon, 1990, cit en Chacón et al, 2004).

Respecto de los efectos que estos esquemas relacionados con el peso y la delgadez ejercen en el procesamiento de la información, Vitousek y Hollon plantean que éstos llevarían a producir errores sistemáticos a través de mecanismos como: el sobreuso de dichos esquemas, atención y memoria selectiva, perseverancia, correlación ilusoria, predisposición confirmatoria y falsos consensos. De esta forma se plantea que este esquema sería la “esencia cognitiva” de los trastornos alimentarios, al ser un poderoso

esquema inclusivo que provee de un conjunto de premisas de las que se pueden deducir reglas específicas permitiendo reducir la ambigüedad, al facilitar juicios y predicciones. Se hipotetiza que estos mecanismos juegan un rol al servir de base al comportamiento desadaptativo asociado con los trastornos alimentarios (Vitousek y Hollon, 1990, cit en Chacón et al, 2004).

A continuación se procederá a describir la noción de esquema cognitivo, de forma de facilitar la comprensión de la dinámica de desarrollo y funcionamiento de estas creencias esquemáticas en relación a la delgadez, asociadas al inicio y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria.

### Definición de Esquemas

El concepto de esquema tiene una larga tradición, no sólo en la psicología donde se remonta a Bartlett y a los estudios de Piaget, sino en la propia filosofía siendo utilizado por Kant. Recientemente los esquemas han sido utilizados por la psicología cognitiva actual, siendo los psicólogos de las teorías del procesamiento de la información quienes han utilizado y formalizado al máximo este concepto (Rumelhart, 1980, cit en Campanario, 2000); el cual tiene un origen computacional, ya que ha sido recuperado en el marco de los estudios sobre Inteligencia Emocional (Minsky, 1975; cit. en Pozo, 1989).

Los esquemas son los conceptos que contiene el sistema de procesamiento de información; según Rumelhart (1986), la idea central es que los esquemas son estructuras de datos para representar los conceptos genéricos almacenados en la memoria. Existen esquemas para conceptos generalizados que subyacen a objetos,

situaciones, acontecimientos, secuencias de acontecimientos, acciones y secuencias de acciones; por tanto, los esquemas constituirían modelos del mundo exterior.

Se señala que procesar información utilizando un esquema, es determinar qué modelo se ajusta mejor a los datos entrantes; por ello, es necesario que para que un mecanismo de comprensión sea eficiente, disponga de un “conocimiento del mundo” almacenado en la memoria, así la comprensión resultará un producto construido a partir de la información del input y del conocimiento previo (De Vega, 1990). Así, los esquemas guían los procesos de comprensión, es decir, que ésta resulta un proceso constructivo en que amalgama la información del input (procesos abajo-arriba) y de los esquemas activados (procesos arriba-abajo).

Se comprende, por tanto, que la unidad básica de procesamiento de la información serían los esquemas, consistentes en “paquetes de información” sobre conceptos genéricos. Siendo paquetes de conocimiento prototípicos, cuyos componentes o variables no están especificados, por lo cual los valores de estas variables se “rellenan” en función del contexto (De Vega, 1990).

Como ya se ha mencionado, el conocimiento se organiza en estructuras que se activan y aplican en el proceso de comprensión. Estas estructuras sirven para almacenar en la memoria conceptos genéricos y relaciones entre conceptos. De acuerdo a esto, se han referido las siguientes características a los esquemas (Campanario, 2002):

-Los esquemas tienen variables que se sustituyen durante el proceso de comprensión o que se completan por defecto con el conocimiento previo del sujeto. Por ejemplo, en el esquema correspondiente a *"viajar en tren"* debe haber una casilla que especifique la condición de que antes de subir debería obtenerse un billete.

-Los esquemas pueden encajarse unos dentro de otros, de modo que un esquema puede activar subesquemas y puede, a su vez, estar incluido dentro de otros esquemas de orden superior. Así, el esquema "viajar en tren" puede formar parte de otro más general sobre "ir de vacaciones".

-Los esquemas representan conceptos genéricos que, tomados en conjunto, varían en nivel de abstracción. Al mismo tiempo, en un esquema pueden coexistir fragmentos de conocimiento procedimental con otros de conocimiento declarativo (estos conocimientos serán abordados en un próximo apartado).

-Los esquemas representan conocimiento estructurado en vez de definiciones.

Finalmente, se debe destacar la diversidad de dominios de conocimiento que se pueden representar mediante esquemas, prácticamente todos los contenidos de la memoria humana se organizan total o parcialmente en esquemas. Es así, como los contenidos o los tipos de esquemas son: los esquemas visuales (marcos), esquemas situacionales (guiones), esquemas de dominio, esquemas sociales y esquema de autoconcepto (De Vega, 1990). Se procederá a describir estos dos últimos tipos de esquemas, ya que se relacionan con las cualidades del constructo a estudiar en esta investigación.

### *Esquemas sociales*

Los esquemas cognitivos son sociales en varios sentidos, ya que la génesis de un esquema cognitivo no es un proceso estrictamente individual, sino que tiene una dimensión sociocultural (De Vega, 1990). Bartlett señala que muchos de los procesos cognoscitivos estarían mediatizados por los esquemas que son convencionalismos sociales. Por otra parte, se plantea que los esquemas son sociales en el sentido en que

una gran proporción de nuestro conocimiento del mundo se refiere a contenidos interpersonales. La mayoría de nuestras metas, creencias, actitudes y roles se desarrollan en ámbitos sociales, por lo tanto, no son un mero ajuste con el ambiente físico (De Vega, 1990).

Se ha constatado que los individuos disponen de “esquemas genéricos” o prototipos de personas, tales como: introvertido, madre sobreprotectora, etc.; estos esquemas intervienen activamente en la codificación y el recuerdo de impresiones sobre personajes concretos; donde en la mayoría de los casos, los recuerdos congruentes con el esquema o impresión formada del personaje se recuerdan mejor que los incongruentes (Hamilton, 1981; cit. en De Vega, 1990).

#### *Esquema de autoconcepto*

Es un tipo de esquema social privilegiado en nuestro conocimiento. La mayoría de las personas no sólo disponen de esquemas referentes a otras personas, sino que poseen un conocimiento muy articulado sobre sí mismos, sus destrezas y debilidades, sus logros y fracasos, sus preferencias, temperamento, etc. (De Vega, 1990).

#### Aproximación a la formación de las creencias en torno a la valoración de la delgadez.

Aunque en el presente estudio se intentará describir la importancia de la delgadez en los distintos componentes del esquema de delgadez-importancia de la delgadez en la autodefinición, atracción y éxito personal- en la adolescencia, resulta pertinente explorar la literatura existente en el tema en las distintas etapas evolutivas (desde la infancia

temprana hasta la adolescencia), como una forma de aproximarse a la comprensión de los factores que intervienen en la formación de estas creencias; de manera de lograr un mejor entendimiento respecto a porqué este esquema se desarrollaría en la adolescencia, y no en etapas anteriores. Por otro lado, se describirá el papel que juega el autoconcepto disminuido y la baja autoestima en la importancia que se le otorga a la delgadez como fuente de autodefinición, como una forma de acercarse a la construcción de las creencias esquemáticas en torno a la delgadez.

#### Importancia de la delgadez en las distintas etapas evolutivas.

En los últimos tiempos se ha observado cómo la preferencia por la delgadez y la preocupación por la imagen corporal han ido descendiendo en edad.

Algunos autores han mostrado cómo la preocupación por el peso y el inicio de alguna dieta están presentes en niños y niñas de entre 8 y 11 años (Koff et al, 1991; Moreno et al, 1995; Olsen, 1984; cit. en Marcó et al, 2004). Thelen, et al. encontraron que algunas niñas de esta edad mostraban preocupación por el hecho de estar gordas o por aquellas circunstancias que favorecen el sobrepeso, ansiedad por los efectos de una determinada alimentación, un deseo de estar delgadas, y además mostraban conductas de dieta (cit. en Marcó et al, 2004).

En un trabajo de Adaptación y validación preliminar del cuestionario Children Eating Attitudes Test –llevado a cabo por Marcó et al. (2004)- realizado a sujetos entre 8 y 12 años, los resultados hallados muestran que los niños y niñas con puntuaciones por encima de 20 en el CHEAT y que, teóricamente, tendrían un posible riesgo de TCA, presentan una menor autoestima general y corporal, prefieren una silueta representativa de su yo ideal más delgada y creen que son vistos por los demás como más gordos de lo

que creen que son, a pesar de que no hay diferencias estadísticamente significativas en la elección del yo real, ni en el índice de masa corporal, entre este grupo y los sujetos que puntúan por debajo de 20 en el CHEAT. En este mismo estudio se detectó que un 39.8% de las niñas prefieren una figura ideal más delgada que la que tienen en la actualidad. Los niños también muestran preferencia por un ideal más delgado, un 34.5% elige una figura representativa de su yo ideal más delgada que la imagen de su yo real. En los niños, la selección de una figura más gruesa se explicaría porque prefieren un cuerpo más musculoso, y por lo tanto, tienden a elegir una figura más ancha como representativa de un cuerpo más voluminoso y musculoso (Schur et al., 2000; cit. en Marcó et al, 2004). Sin embargo, los datos obtenidos señalan la existencia de una orientación hacia un cuerpo más esbelto y delgado también en niños, que supera incluso a aquellos que eligen como figura ideal una silueta más voluminosa y se aproxima en porcentaje a las niñas que optan también por una silueta ideal más delgada (Marcó et al, 2004).

En este contexto, llama la atención cómo la familia y amigos influyen sobre la valoración por una figura delgada. Schur, Sanders, y Steiner (2000; cit. en Marcó et al, 2004), señalan que el primer lugar donde esto ocurre es en la familia, donde los niños oyen a sus padres o familiares hablar sobre las preocupaciones por el peso, las dietas, y donde realmente ven cómo éstas se ponen en práctica. La familia, por lo tanto, jugaría un importante rol en el desarrollo de la preocupación por la alimentación en los niños.

Por otra parte, están presentes las influencias socioculturales, ya que existen suficientes evidencias de que la insatisfacción corporal y una baja autoestima en preadolescentes, están relacionados con determinados ideales de imagen y belleza

infantil que aparecen en los medios de comunicación, sobre todo en anuncios o series televisivas (Gibbons, 2000, cit en Marcó et al, 2004).

Situándose en el modelo de riesgo de los trastornos alimentarios descrito por Smolak y Levine, se señala que existen pruebas de que todos los componentes de los trastornos alimentarios (incluyendo dietas, la insatisfacción con el cuerpo y los esfuerzos por alcanzar la delgadez) se relacionan fuertemente en la etapa de la adolescencia o adultez, más que en los niños.

Se ha constatado que las preocupaciones por el peso y los intentos para controlarlo quizás estén motivados en parte por el desagrado, y hasta la repulsión, que se siente por la grasa corporal. Antes de los seis años, los niños tienden a asociar los rasgos negativos de la personalidad con la obesidad (Lerner et al,1990; Staffieri, 1967; cit. en Vandereycken et al, 2000). Estas actitudes no muestran una clara relación con la autoestima en la niñez y señalan los nexos relativamente débiles entre diversas facetas del esquema de delgadez. Sin embargo, los niños de mayor edad, con un índice de masa corporal más elevado, parecen ser las víctimas más frecuentes de bromas a causa de su apariencia (Cattarin & Thompson, 1994; cit. en Vandereycken et al, 2000). Por ende, es evidente que exista cierta conciencia y cierto cumplimiento de la norma que da preferencia a la delgadez, lo cual sugiere que su esquema de delgadez tal vez está aún en formación.

Se ha constatado que, conforme aumenta la edad de los niños e independientemente del sexo, disminuye la autoestima corporal, esto se evidencia, sobre todo, en el grupo de mayor edad (12 años), es posible suponer que estas diferencias en la autoestima corporal sean debidas a los inicios de la pubertad y a una extenalización del locus de control (Prendergast, 2001, Marcó et al, 2004). Se plantea que el nivel de

competencias sociales, sobre todo la relación con los amigos en la escuela, no se ve tan directamente afectado en la infancia temprana, debido a que los niños pueden ser menos susceptibles a la presión social y de los pares, ya que ellos pueden percibirse a sí mismos con más control de quienes son y cómo se comportan (Smolak, 1999; cit. en Levine et al, 1999). A diferencia de lo que sucede en la adolescencia, cuando socialmente el nivel de competencia social exigido es mayor, en especial en las relaciones con el otro género donde la imagen corporal adquiere especial relevancia en las relaciones sociales (Sarwer et al, 2002; cit en Marcó et al, 2004).

De acuerdo a lo anterior, y relacionando el esquema de delgadez –y las características de los esquemas cognitivos antes descritos- con el desarrollo cognitivo de los individuos, es posible comprender porqué este esquema se consolidaría en la adolescencia, y no en etapas previas. Por lo cual resulta necesario profundizar en el desarrollo intelectual desde la infancia hasta la adolescencia.

Según Piaget, cada una de las etapas por las que se pasa durante el desarrollo evolutivo está caracterizada por determinados rasgos y capacidades. Cada etapa incluye a las anteriores y se alcanza en torno a unas determinadas edades más o menos similares para todos los sujetos normales (cit. en Campanario, 2002); éstas son las siguientes:

Etapa preoperacional (2 a 7 años); se realizan las primeras inferencias lógicas y comienza el proceso de simbolización, que consiste en traducir las experiencias a códigos mentales. La capacidad de razonar está todavía muy limitada a cadenas sencillas. Otros rasgos de esta etapa son el marcado egocentrismo (dificultad para analizar la realidad desde otra realidad distinta de la personal), "centraje" (tendencia a considerar sólo los datos más relevantes) y falsa generalización (tendencia a generalizar a partir de casos particulares).

Etapa de las operaciones concretas (7 a 14 años); se adquiere mayor desarrollo y se pueden realizar clasificaciones. Los sujetos pueden analizar las situaciones basándose siempre en datos concretos en vez de formulaciones verbales. Las relaciones se entienden en función de propiedades sensibles de los objetos y suelen ser siempre lineales (a mayor causa, mayor efecto). Todavía no se realiza el control de variables, una de las características que Piaget supone para el pensamiento formal. Por tanto, en una tarea de combinación de elementos, los sujetos actúan de forma desordenada y sin seguir ninguna pauta sistemática. Por ende, el pensamiento concreto del niño presenta ciertas limitaciones en las habilidades de éstos para usar evidencia que cuestione sus teorías, así como en las habilidades para integrar componentes múltiples de un proyecto, o para analizar y predecir comportamientos (Cervera, 1996).

Etapa de las operaciones formales (desde los 14-15 años); esta etapa corresponde a los adolescentes y a la edad adulta, y constituye el último peldaño en el desarrollo evolutivo. Se caracteriza por destrezas que tienen especial relación con procesos de pensamiento frecuentes en la ciencia ( cit. en Campanario, 2002).

Según Guidano (1994, cit. en Muñoz, 2004), en la adolescencia se comparan, reelaboran y ejercitan nuevas experiencias (esquemas y guiones relacionados) originadas en el pensamiento lógico- deductivo, la autonomía y la maduración sexual. El pensamiento lógico deductivo permite ampliar la percepción más allá de lo concreto, ya que ahora busca comprender no sólo como puede ser la realidad, sino también como se está relacionado con ella: "...el proceso de abstracción se dirige hacia reglas específicas (por ejemplo los guiones) para tratar con las experiencias emocionales, que son convertidas en axiomas ordenados en un marco coherente que explica como la realidad puede producir esas experiencias particulares. Por otra parte, esta coherencia emergente

de la realidad está proyectada en un sentido del tiempo ahora bien desarrollado que provee de una predictibilidad sobre el futuro, comparable a las teorías científicas más complejas”.

En síntesis, de acuerdo a la información expuesta, es posible entender que el nexo entre las actitudes de los niños respecto de su cuerpo y sus conductas en relación con la comida es relativamente débil, por tanto, esto lleva a pensar que el esquema de delgadez de un niño no está tan consolidado y, por ende, es más susceptible a las intervenciones; por lo cual los esfuerzos preventivos pueden inhibir el desarrollo de tales nexos y, por tanto, del Esquema de Delgadez en su totalidad (Vandereycken et al, 2000).

#### Autoconcepto y autoestima: su relación con la importancia de la delgadez

Muchos autores han señalado que los disturbios en el self (sí mismo) de los individuos, constituiría una de las principales causas de los desórdenes alimentarios. Bruch sugiere que cuando el peso corporal se convierte en una fuente viable de definición en los adolescentes -generando conductas compensatorias- es debido a una ausencia de una identidad clara, acompañado de sentimientos de incompetencia (cit. en Stein et al, 2001).

Desde esta perspectiva, la obsesión de los adolescentes por el peso corporal, y el deseo exagerado por ser delgados, constituirían una forma desadaptativa de hacer frente a un déficit en la identidad, y en el esfuerzo por buscar un sentido de sí mismo, de sus capacidades y de sentimientos de control (cit. en Stein et al, 2001). Por tanto, se ha determinado que perturbaciones en el concepto de sí mismo –autoconcepto- juegan un rol importante en el inicio y mantenimiento de la anorexia y bulimia nerviosa.

El autoconcepto es la imagen que cada individuo tiene de sí mismo, reflejando sus experiencias y los modos en que estas experiencias se interpretan. Se afirma que el autoconcepto es, en gran medida, una estructura cognitiva, que contiene imágenes de lo que somos, de lo que deseamos ser y de lo que manifestamos y deseamos manifestar a los demás (Kalish 1983; González et al, 1992; cit en Amezcua et al, 2000).

Otros autores se refieren al autoconcepto como un conjunto de conceptos internamente consistentes y jerárquicamente organizados; es una realidad compleja, integrada por diversos autoconceptos más concretos, como el físico, social, emocional y académico; es una realidad dinámica que se modifica con la experiencia, integrando nuevos datos e informaciones; se desarrolla a partir de las experiencias sociales, especialmente con las personas significativas; el mantenimiento de la organización del concepto de sí mismo es esencial para el funcionamiento del individuo, al proporcionarle un sentimiento de seguridad e integridad (Epstein, 1974; Fierro, 1981, cit en Amezcua et al, 2000).

La etapa adolescente es una etapa clave de la vida en lo que se refiere a la formación del autoconcepto. En este período, se suceden importantes cambios cognitivos que repercuten en el desarrollo del self. El adolescente va incorporándose en áreas o dominios distintos en los que tiene que mostrar su competencia y por ello se hace necesario evaluar el nivel de competencia y/o adecuación que los adolescentes perciben en los mismos (Coleman et al, 1999; Harter, 1999; cit. en Pastor et al, 1999). Harter considera que en la adolescencia la persona se ve presionada socialmente para desarrollar nuevos roles, lo que conduce a la diversificación de percepciones de sí mismo en los diferentes contextos.

Aunque la diferenciación del self en la adolescencia representa un gran avance en el desarrollo, durante este período se produce una gran confusión debido al ensayo de nuevos roles que el adolescente debe integrar en una imagen coherente de sí mismo. La percepción en cierta manera fragmentada que el adolescente tiene sobre su funcionamiento en los diferentes dominios le generan tensión y confusión, llegando al final de la adolescencia a tener una imagen integrada y más consistente, con lo que el conflicto que va viviendo a lo largo de todo el período se amortigua (Harter, 1999; cit. en Pastor et al, 1999).

Se plantea que existe un componente afectivo y evaluativo del autoconcepto: la autoestima (Núñez et al., 1998; cit. en Amezcua et al, 2000). Cada descripción de uno mismo está cargada de connotaciones emotivas, afectivas y evaluativas, por lo que diferentes autores están de acuerdo en considerar la autoestima como un aspecto o dimensión del autoconcepto (Burns, 1979; Gecas, 1982; Rosenberg, 1979; Wells et al, 1976; Wylie, 1979; cit. en Amezcua et al, 2000).

La autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos, a la luz de nuestra propia auto-representación o autoconcepto. Es una especie de sociómetro que indica el grado en que una persona se percibe como incluida o excluida en el medio social (Aramburu et al, 2001, cit en Valdés et al, 2004). Así pues, una de las principales funciones que se le atribuyen a la autoestima es la protección de la exclusión social, de manera que las personas tratan de gestionar la impresión que causan a los demás, llevando a cabo estrategias que les aseguren la integración social.

En este afán de cuidar el autoconcepto, muchas personas se embarcan en comportamientos perjudiciales para su salud, como es el caso de los sujetos que se auto-obligan a presentar cuerpos excesivamente delgados, que desembocan muchas veces en

trastornos alimentarios. La preocupación acerca del peso y la imagen corporal constituyen los dos elementos básicos sobre los que se asienta esta escasa autoestima en personas que padecen este tipo de trastornos (Séller et al, 1998; Rodríguez et al, 2002; cit en Valdés et al, 2004) dando lugar a fuertes discrepancias entre su yo ideal y su yo percibido, así como un estado de indefensión ante las demandas de la situación. Asimismo, la baja autoestima es el producto de inferencias y creencias, muchas de ellas sujetas a distorsiones, las cuales dificultan la adaptación. Bosma et al. (1990, cit en Valdés et al, 2004) señala que una baja autoestima puede estar sesgando negativamente la información, dando lugar a creencias ilógicas y elaboración de cogniciones escasamente objetivables relacionadas con la delgadez.

Siguiendo esta línea, Stein propone el Modelo del Autoconcepto, el cual está basado en el Modelo de Esquemas del sí mismo o Autoesquemas desarrollado por Markus (1977; cit. en Chacón et al, 2004). Estos autores consideran como base para sus estudios que las respuestas conductuales a los estímulos del medio están mediadas por esquemas cognitivos.

Según el modelo propuesto por Stein, el autoconcepto se define como “un complejo sistema de cogniciones sobre el sí mismo que se articula en la memoria, el cual está conformado por esquemas del sí mismo o autoesquemas, y otras imágenes menos elaboradas sobre el sí mismo”, constituyendo así la suma total de atributos, habilidades, actitudes y valores que un individuo cree que define quién es (Cantor et al, 1987; Markus et al, 1987; cit. en Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004).

Los componentes cognoscitivos del concepto del sí mismo (autoconcepto) incluyen esquemas del sí mismo, que son las estructuras de memoria que incorporan conocimiento sobre sí mismo en áreas específicas. Por su parte, Markus (1977; cit. en

Chacón et al, 2004) define a los esquemas del sí mismo o autoesquemas como “generalizaciones cognitivas sobre el sí mismo, derivadas de experiencias pasadas, las cuales organizan y guían el procesamiento de la información relacionada con el sí mismo”. Estos esquemas se construyen alrededor de diferentes aspectos de las personas, incluyendo características físicas, roles sociales, rasgos de personalidad, habilidades, competencias e intereses, y se generan en dominios que la persona valora como importantes para sí misma. Es posible identificar distintos dominios del sí mismo, tales como el dominio físico (delgada, alta, rostro bonito, etc.), académico (inteligente, responsable, desordenada, competitiva, etc.), social (introvertida, simpática, amigable, etc.), familiar (obediente, amable, cariñosa, etc.), ético- moral (honeste, confiable, etc.) y personal (tolerante, conflictiva, etc.) (Bermúdez, 2001; Tennesse, 1972; cit. en Domínguez, 2003; cit. en Chacón et al, 2004). Debido al rico arsenal de la información codificada en estos esquemas del sí mismo y de su activación repetida, éstos se hacen estables, convirtiéndose en estructuras que son crónicamente accesibles en la memoria de trabajo (Stein et al, 2001).

Se asume que cada persona cuenta con una variedad de esquemas del sí mismo, los cuales difieren en la cantidad de conocimientos que poseen, en su complejidad y coherencia, y en su nivel de generalidad (Markus et al, 1987; cit. en Chacón et al, 2004).

Los esquemas del sí mismo pueden reflejar una característica positiva o negativa de sí mismo. Mientras que los esquemas positivos facilitan la conducta dirigida hacia una meta y estados emocionales positivos; los esquemas negativos de sí mismo se asocian a estados negativos de humor y a la tendencia de evitar las situaciones riesgosas o estresantes (Stein et al, 2001).

En relación al número de esquemas del sí mismo incluidos en las personas, existen sujetos que poseen un mayor número de dominios elaborados en la memoria que son fundamentales para su autodefinición, mientras que otros poseen relativamente pocos, dependiendo de la edad, de la etapa del desarrollo, de la educación y de la presencia de psicopatología (Bruch, 1981; cit. en Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004). Esto explicaría que la presencia de un conjunto limitados de esquemas positivos del sí mismo en algunas personas, llevaría a que éstas posean escasas fuentes de autodefinición.

Se considera que los esquemas del sí mismo no sólo contienen conocimiento declarativo (saber qué es algo), sino que también procedural (saber cómo se hace algo), siendo pertinente señalar que en los adolescentes el número de estos esquemas disponibles en la memoria influiría directamente con su capacidad de enfrentar de manera adecuada las exigencias propias de su etapa del desarrollo, tales como adaptarse a las características físicas adultas, comenzar las relaciones heterosociales, iniciar una exploración realista de las carreras profesionales, evaluar la relación familia versus pares, intensificación de los roles de género, entre otras (Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004; Smolak y Levine, 1996; cit. en Vandereycken et al, 2000). Es así, que los adolescentes que posean un gran número de esquemas del sí mismo disponibles, poseerán un amplio repertorio de estrategias y de conductas que le permitirán enfrentar los desafíos de las transiciones biológicas y sociales propias de su etapa evolutiva (Markus et al, 1990; cit. en Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004). Por otra parte, aquellos individuos que tiene pocos esquemas del sí mismo positivos elaborados en su autoconcepto, poseerán menos habilidades para enfrentar efectivamente esta transición, lo que generaría en ellos sentimientos de confusión, frustración e incompetencia. Así,

cuando la adolescente con pocos autoesquemas positivos se ve enfrentada a las tareas del desarrollo, se produciría en ella sentimientos de confusión, frustración e incompetencia, ya que no contaría con las herramientas suficientes para enfrentarse a estas exigencias. De esta manera Bruch (1973; cit. en Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004) plantea que esta adolescente en su intento de aliviar dichos sentimientos y establecer un sentido de identidad y autovalía, le asignaría una importancia exagerada a sus creencias sobre el peso corporal.

Stein señala que no es suficiente la presencia de un autoconcepto disminuido para el desarrollo de los trastornos alimentarios, atribuyéndole importancia a los esquemas relacionados con el peso, el cual es considerado el factor diferenciador de estos trastornos, de otros que comparten las características de la falta de autodefinición y la baja autoestima (Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004). Es así, que una limitada colección de esquemas del sí mismo o autoesquemas positivos disponibles en la memoria, en combinación con la presencia de un esquema relacionado con el peso, conduciría a que éste último se vuelva crónica e inflexiblemente accesible, dando paso al desarrollo y mantenimiento de las conductas relacionadas con los trastornos alimentarios (Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004).

En este sentido, poseer un reducido número de autoesquemas positivos se convertiría en una vulnerabilidad que aumentaría el riesgo de considerar al esquema del peso como una fuente primaria de autodefinición (Stein, 1996; cit. en Chacón et al, 2004);

Lo anterior, llevaría a hipotetizar que una baja autoestima y/o disminuido autoconcepto, junto a creencias esquemáticas relacionadas con el peso estaría asociado a

la formación del esquema de delgadez antes descrito, y con el inicio y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria.

## CONTENIDOS DECLARATIVOS

Como ya se ha señalado, el objetivo de esta investigación es acercarse al conocimiento del esquema de delgadez, a través de sus componentes (importancia de la delgadez en la autodefinición, atracción y éxito personal). Al ser éste un esquema cognitivo, se debe recordar que en un esquema -conceptos genéricos almacenados en la memoria, que varían en nivel de abstracción- coexisten fragmentos de conocimiento procedimental con otros de conocimiento declarativo. Es por esta razón que en el presente estudio, la forma de acceder a las creencias esquemáticas en torno a la delgadez en las adolescentes, será mediante el conocimiento declarativo de éstas respecto a cada uno de los componentes señalados y a los factores que intervienen en la formación de dichas creencias. Por tanto, se hace necesario profundizar esta modalidad de representar el conocimiento.

Una fuente de conocimientos sobre el aprendizaje proviene de los resultados de las investigaciones dentro del enfoque conocido como procesamiento de la información. Esta corriente en Psicología Cognitiva considera que la mente humana es, fundamentalmente, un sistema que procesa activamente información. Este sistema posee determinados rasgos estructurales y funcionales que imponen ciertas limitaciones al aprendizaje humano, que se concibe como un proceso que permite que las estructuras se desarrollen y que las pautas de funcionamiento se optimicen (Campanario, 2002).

Las teorías del procesamiento de la información prestan especial atención a la distinción entre conocimiento declarativo y conocimiento procedimental. El conocimiento declarativo es el conocimiento de saber qué es algo; éste varía enormemente en los temas que abarca y en su amplitud. Se pueden saber datos, generalizaciones, conocer sucesos personales y conocer actitudes personales. Además los datos se pueden agrupar, las generalizaciones se pueden organizar en teorías y los sucesos personales se pueden organizar en biografías. En las pruebas que miden el conocimiento declarativo es necesario el reconocimiento o el recuerdo; ya que éste se mantiene en la memoria a largo plazo listo para ser activado cuando en la memoria operativa aparece una información que está relacionada (Gagné, 1991).

En lo que respecta al conocimiento procedimental, éste es el conocimiento de saber cómo se hace algo (saber hacer). Cuando éste se activa en la memoria, el resultado no es un simple recuerdo de información (como en el contenido declarativo) sino una transformación de ésta. Por tanto, el conocimiento procedimental se utiliza para operar sobre la información con el fin de transformarla; una vez que éste se domina, opera de forma rápida y automática.

Ambos tipos de conocimiento interactúan durante el aprendizaje y durante la ejecución de una tarea. Por tanto, aunque son tipos de conocimientos diferentes son interdependientes, ya que el conocimiento en un nuevo dominio siempre comenzaría siendo de tipo declarativo, mientras el conocimiento procedimental aparecería en una fase posterior (Campanario, 2002).

El conocimiento declarativo interactúa con los procedimientos que se utilizan en la resolución de problemas cotidianos al proporcionar la información necesaria para la aplicación de estos procedimientos. También interactúa con los procedimientos durante

la resolución creativa de problemas, proporcionando nuevas ideas sobre dónde se puede aplicar un procedimiento conocido. El conocimiento procedimental parece ser especialmente importante para el funcionamiento eficaz en situaciones familiares, mientras que el conocimiento declarativo parece serlo para darse cuenta de qué procedimientos se deben utilizar en situaciones nuevas (Gagné, 1991).

En resumen, el conocimiento declarativo se representa mediante proposiciones, o afirmaciones sobre contenidos, mientras el procedimental se representa mediante un sistema de producciones o conjunto de reglas que determinan las circunstancias en que se deben aplicar determinados procesos (Anderson, 1983; cit. en Campanario, 2002); ambos son interdependientes, por tanto, no se debe olvidar que cuando se activa el conocimiento declarativo, posteriormente se activará el procedimental; por lo cual, para efectos de esta investigación, y de acuerdo a los objetivos planteados, profundizaremos en lo que concierne a los contenidos o conocimientos declarativos.

### Formas de representación del conocimiento

El conocimiento declarativo se representa mediante proposiciones. Una proposición es una unidad básica de información en el sistema de procesamiento humano y corresponde aproximadamente a una idea. Ésta contiene dos elementos: una relación y un conjunto de argumentos. Los argumentos constituyen los temas de la proposición, frecuentemente corresponden a nombres y pronombres. La relación de una proposición restringe el tema, por ello las relaciones suelen ser verbos, adjetivos y adverbios. Por ejemplo, en la idea representada por “Sandra anduvo”, Sandra es el tema

o argumento y anduvo es lo que restringe al tema o la relación, ya que anduvo nos comunica toda la información que tenemos de Sandra (Gagné, 1991) .

Es importante distinguir, por una parte, las palabras, sintagmas y oraciones, y, por otra, las proposiciones. Las palabras, sintagmas y oraciones representan formas de comunicar ideas, mientras que las proposiciones representan las ideas propiamente dichas, son más abstractas. Las proposiciones que comparten elementos están relacionadas en redes. Las redes proposicionales son conjuntos de proposiciones interrelacionadas; en ellas los elementos de información que están relacionados entre sí se almacenan más próximos que los elementos que no están relacionados.

El conocimiento se representa en formatos que reducen la carga sobre la memoria operativa. Las redes proposicionales reducen la carga manteniendo el conocimiento relacionado accesible. El resultado es que cuando estamos pensando sobre una idea específica, nos acordamos con facilidad de ideas que están relacionadas con ella.

El conocimiento declarativo nuevo, se adquiere cuando una nueva proposición es almacenada en la red proposicional con las proposiciones relacionadas con ella. Estas proposiciones nuevas reciben el nombre de elaboraciones, porque añaden información a la información de entrada, es decir, el conocimiento nuevo se conecta con el antiguo, por lo tanto, se dice que el aprendizaje de conocimiento declarativo es significativo (Gagné, 1991).

En lo que refiere a la recuperación y construcción del conocimiento declarativo, se dice que un episodio de recuperación se inicia cuando alguien nos hace una pregunta o la leemos. Si la pregunta proviene de una fuente externa, ésta debe ser traducida a proposiciones, que constituye la forma de representación interna. Cuando se ha

producido esta transformación, los conceptos de la proposición activarán la parte de la red proposicional a la que pertenecen; esta activación se extenderá a los conceptos relacionados hasta que se active una proposición entera. Luego se examinará la proposición activada para ver si contesta la pregunta, si esto ocurre será traducida al habla y se sacará al exterior; es así que, tanto la recuperación como la construcción de conocimiento declarativo son procesos que dependerán de la propagación de la activación (Gagné, 1991).

Por tanto, los contenidos declarativos-lo que dicen las adolescentes-serán el modo de acceso a las cogniciones o creencias relacionadas con la temática de la delgadez, de forma de aproximarse a los componentes del esquema de delgadez.

## **CAPÍTULO III**

# METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

## TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación al pretender explorar las dimensiones del Esquema de Delgadez en adolescentes, a través de los contenidos declarativos que los propios actores de esta experiencia proporcionen, se adscribe a un estudio de metodología cualitativa, la cual responde a preguntas que se refieren al qué y cómo sucede un fenómeno, efectuando una reducción de la realidad por medio de conceptos y de relaciones entre éstos, utilizando procedimientos que posibilitan una construcción de conocimientos que ocurre sobre la base de conceptos, y produciendo resultados de tipo descriptivo, interpretativos y confirmadores o generadores de hipótesis (Krause, 1996). El método cualitativo posee una base filosófica-epistemológica en la perspectiva fenomenológica, la cual busca entender los fenómenos sociales desde la perspectiva propia del actor social, es decir, examina el modo como éste experimenta el mundo.

Esta investigación corresponde a un estudio de tipo exploratorio, porque intenta en primera instancia aproximarse al conocimiento del constructo Esquema de Delgadez, como un factor de riesgo de los trastornos de la conducta alimentaria, del cual se posee escasa literatura y ha sido poco estudiado en nuestro país.

El diseño es no-experimental; ya que en función de los objetivos planteados, no pretende manipular los datos ni establecer relaciones de causalidad, sino que busca observar los fenómenos tal y como se presentan en su contexto natural, para luego analizarlos. Finalmente, es transeccional descriptivo, ya que se recolectarán los datos en

un sólo momento y, se describirán variables y analizará su incidencia e interrelación en un tiempo único (Hernández, 1998).

## MUESTRA

La población universo del presente estudio, está conformada por estudiantes adolescentes de sexo femenino, cuyas edades fluctúan entre los 14 y 15 años de edad, de la comuna de Valparaíso. La muestra es de tipo estructural, ya que para seleccionar a las participantes no se utilizó un muestreo estadístico, sino más bien se consideraron variables que definieron la muestra.

La justificación de los criterios o variables de selección de la muestra, de forma que la etapa de la adolescencia resulte representada de la mejor forma posible, son los siguientes:

Adolescentes de 14-15 años; debido a que el Esquema de Delgadez, propuesto por Smolak y Levine, se presentaría una vez que las adolescentes se ven enfrentadas a las tareas del desarrollo propias de su edad.

De sexo femenino, ya que de acuerdo a las investigaciones epidemiológicas sobre estos trastornos, se señala que la prevalencia es mayor en mujeres que en hombres, en una proporción de 10 es a 1 respectivamente.

De contextura gruesa, delgada y media; de forma de representar el espectro de variabilidad física relacionado con el peso en la muestra.

De establecimientos educacionales particulares y municipales, pues estudios publicados revelan que los trastornos de la conducta alimentaria se producen en la gran

mayoría de los casos en mujeres de nivel socioeconómico medio o alto, aunque estos resultados no son concluyentes.

Sobre la base de las variables antes mencionadas, los sujetos informantes de este estudio fueron 6 adolescentes de sexo femenino:

**Tabla 1:** Caracterización de la muestra

<b>Nº</b>	<b>Nombre</b>	<b>Edad</b>	<b>Contextura corporal</b>	<b>Establecimiento educacional</b>
1	Poullette	14	Delgada	Municipalizado
2	Alexandra	15	Media	Municipalizado
3	Zaida	14	Gruesa	Municipalizado
4	Karina	15	Delgada	Particular
5	Daniela	15	Media	Particular
6	Carolina	14	Gruesa	Particular

## TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica de recolección de datos utilizada en la presente investigación es la Entrevista en Profundidad, la que corresponde a una técnica cualitativa de investigación; consiste en un proceso comunicativo por el cual un investigador extrae una información de una persona, información que ha sido experimentada y absorbida por el entrevistado y que será proporcionada con una orientación e interpretación significativa de la experiencia del entrevistado. De acuerdo a Delgado (1995), ésta supone una situación

conversacional cara a cara entre dos personas, un entrevistador y un informante, dirigida y registrada por el entrevistador con el propósito de favorecer la producción de un discurso conversacional, continuo y con una cierta línea argumental del entrevistado sobre un tema definido en el marco de una investigación.

Las entrevistas en profundidad se caracterizan por los siguientes elementos: se utiliza una muestra pequeña, aportan un trasfondo detallado sobre las motivaciones o razones de las respuestas específicas de los entrevistados, ofrecen información pormenorizada sobre los valores, motivaciones, experiencias y sentimientos sobre quien responde; facilitan la observación en profundidad de las reacciones implícitas o no verbales de los sujetos estudiados; se acomodan al sujeto en particular, desarrollándose en función de una dinámica de preguntas y respuestas propias; y son de larga duración (cit. en Fredes et al, 2004).

Estas entrevistas implican hacer preguntas, escuchar, registrar las respuestas y posteriormente, hacer otras preguntas que aclaren o amplíen un tema en particular. Las preguntas son abiertas y los entrevistados deben expresar sus percepciones con sus propias palabras.

En esta investigación se considera pertinente utilizar la entrevista en profundidad, debido a que esta técnica nos permite acceder a los contenidos declarativos de las adolescentes; de modo de conocer íntimamente a éstas e introducirse en sus experiencias, de forma de llegar a aproximarse a los componentes del Esquema de Delgadez y a los factores de influencia que participan en éstos, desde las propias vivencias cotidianas de las adolescentes.

En estas entrevistas semi-estructuradas se utilizó un “guión” (ver apéndice A) que intenciona temáticas relacionadas con los componentes del esquema de delgadez y

con los factores que intervienen en dichas creencias, las cuales son extraídas desde el marco teórico y la metodología que guía este estudio. Por tanto, la entrevista se construye sobre la base de cuatro ejes temáticos: por una parte, la importancia de la delgadez en la autodefinición, en la atracción y en el éxito personal, los cuales constituyen núcleos temáticos que a su vez reflejan los contenidos esenciales del esquema de delgadez, los que dan cuenta de uno de los objetivos planteados –explorar los componentes del esquema de delgadez-. Por otra, un último eje denominado factores que intervienen en la importancia de la delgadez, asociado al objetivo: explorar los factores que intervienen en los componentes del esquema de delgadez. Se considera que el telón de fondo de estos núcleos temáticos son las tareas del desarrollo propias de la adolescencia, siendo un tópico transversal a lo largo de las entrevistas. Estos ejes son:

#### *Eje 1: Importancia de la Delgadez en la Autodefinición*

Este ámbito comprende la percepción que tienen las adolescentes respecto de sí mismas, en el cual se incluyen tanto las características físicas como psicológicas que ellas valoran sobre sí mismas, lo que lo demás perciben y valoran de ellas, y aquellas cualidades que les gustaría cambiar. Con ello se pretende conocer la valoración que las adolescentes le atribuyen a la delgadez en la definición de sí mismas.

#### *Eje 2: Importancia de la Delgadez sobre la Atracción*

Esta área incluye la percepción de las participantes respecto a las características que requiere una adolescente para ser considerada atractiva, cuáles de estas características ellas valoran y cuáles son valoradas por los demás (incluyendo amigos, sexo opuesto y familiares). Se incluye la concepción de belleza que poseen las

adolescentes y los modelos de ideal estéticos que tienen incorporados; develando el papel que adquieren las creencias respecto a la delgadez sobre éstos.

### *Eje 3: Importancia de la Delgadez para el Éxito Personal*

Este eje recoge aquellos aspectos que se relacionan con las situaciones que son consideradas por las adolescentes como objetivos o metas a alcanzar y aquellas características que se perciben como necesarias para el logro de dichas metas.

### *Eje 4: Factores que intervienen en la importancia de la delgadez*

Este eje hace referencia a aquellos aspectos, situaciones y personas que han incidido en la formación de las creencias esquemáticas actuales en torno a la delgadez en las adolescentes.

## TÉCNICA DE ANÁLISIS DE LOS DATOS

La técnica utilizada fue el Análisis de Contenido; ésta constituye un medio eficaz y cada vez más utilizado para analizar los datos que provienen de textos o de cualquier otro documento que tenga un carácter de comunicación.

El análisis de contenido corresponde a un conjunto de métodos y técnicas de investigación cuya finalidad es facilitar la descripción sistemática de los componentes semánticos y formales de todo tipo de mensaje, y la formulación de inferencias válidas acerca de los datos reunidos (Colle 2000, cit. en Taylor, 1996).

En el análisis de datos se pueden distinguir tres fases, que conforman tipos de operaciones diferentes con la información obtenida de las entrevistas: reducción de

datos, que consiste en la segmentación y codificación de unidades de significado (lo declarado por las adolescentes); disposición de los datos, que es la identificación de los temas principales o núcleos temáticos emergentes (categorías y subcategorías) y, finalmente, la obtención de conclusiones, donde se integra e interpreta la información obtenida (Medina, 2002).

## PROCEDIMIENTO

El procedimiento a seguir en la presente investigación, de forma de cumplir con los objetivos planteados, consistió primero en establecer la muestra del estudio, elaborando criterios acordes al tema a indagar. Luego, basándose en el marco conceptual, se elabora una entrevista en profundidad –utilizando preguntas que guían las temáticas relacionadas con la importancia de la delgadez- que es aplicada a las adolescentes de la muestra. Una vez transcritas las entrevistas, se procede a utilizar el programa para análisis de datos cualitativos ATLAS-TI (Medina, 2002), el cual permite una sistematización de los datos, proporcionando frecuencias de aparición de los contenidos declarativos relacionados con temáticas específicas. Lo que permite que a partir de los cuatro ejes temáticos surjan distintas categorías, las cuales se agrupan en base a la similitud de significados entre unas y otras. Dichas categorías son la plataforma fundamental para el posterior análisis de los datos. Esta categorización hace posible clasificar conceptualmente las unidades que son cubiertas por un mismo tópico o concepto teórico.

Posteriormente se realizó una revisión acuciosa de las categorías obtenidas; identificando al interior de cada categoría distintas unidades de análisis que fueron

agrupadas en subcategorías, a las cuales se les dio un nombre determinado de acuerdo a la temática a la que respondían -además de ser descritas y ejemplificadas-. Luego se procedió a esquematizar los relatos, en base a cada eje, a través de redes conceptuales, considerando para tal efecto la frecuencia en que surge cada dato o contenido declarativo. Se ha escogido esta forma de esquematización debido a que las redes permiten aproximarse a la estructura del pensamiento y memoria humana. Este sistema de redes permite clarificar y representar las distinciones que delimitan a las distintas categorías y subcategorías. Lo anterior se realiza debido a que al simplificar la información, es necesario que ésta sea dispuesta de una forma que posibilite la obtención de conclusiones en el presente estudio, y además facilite el comienzo de investigaciones posteriores. Finalmente, se intenta responder a las preguntas de investigación y así describir los componentes del Esquema de Delgadez y los factores de influencia que participan en éstos, presentes en las adolescentes.

## **CAPÍTULO IV**

## RESULTADOS

Tras el análisis de las entrevistas en profundidad se obtienen como resultados determinadas categorías para cada eje temático, de las cuales surgen temas relevantes relacionados a éstas -las subcategorías-.

El criterio general, utilizado en la elaboración de cada categoría y subcategoría tiene relación con la frecuencia de aparición de los diferentes aspectos señalados por las adolescentes en cada eje temático. Éstas serán descritas y desarrolladas junto a una selección de citas –contenidos declarativos- del discurso obtenido de las adolescentes; las cuales serán presentadas en orden de frecuencias decreciente, es decir, en orden de mayor a menor frecuencia de aparición.

Es importante tener en consideración que existen subcategorías que aparecen en más de una categoría; en aquellos casos, se ha considerado especificar en qué consisten en su primera aparición; en la medida en que se repiten sólo aparecerán los extractos de las entrevistas en los cuales se ejemplifica lo que se declara en dicha subcategoría.

Lo anterior además será expresado en redes conceptuales, mediante las cuales se visualizan las relaciones entre las categorías y las subcategorías; de modo que la comprensión, interpretación de los datos y la extracción de conclusiones sea facilitada, representando gráficamente la información. Para una mejor comprensión de las redes conceptuales es necesario hacer mención que aquellas categorías y subcategorías, representadas mediante nodos, que se encuentran más próximas al nodo central, constituyen los contenidos declarativos que surgen con mayor frecuencia en las adolescentes –lo cual sugiere mayor relación-, mientras que aquellos nodos que se encuentran más lejanos, constituyen categorías que surgen con menor frecuencia. Junto

con ello, se adjuntará una tabla de frecuencias para facilitar la comprensión de las relaciones presentadas entre los contenidos de cada eje temático.

### **EJE 1: IMPORTANCIA DE LA DELGADEZ EN LA AUTODEFINICIÓN**

Como ya se ha señalado, en la entrevista semi-estructurada que se realizó a las adolescentes, se utilizó un guión que intencionó temáticas relevantes respecto al eje autodefinición. A partir de la transcripción de las entrevistas realizadas, se extrajo de los relatos aquella información que aportara a la comprensión de todas aquellas características que intervienen en la descripción de ellas mismas. En la elaboración de las categorías cobró importancia, por un lado, la distinción que éstas realizan entre el aspecto físico y psicológico al momento de definirse, y por otro, el que ellas incorporan como parte de su autodefinición lo que perciben de sí mismas como la percepción de los otros sobre ellas (familia, padres, pares, etc.). Además de esto, cobró importancia las falencias percibidas en las adolescentes tanto por ellas mismas como aquellas falencias atribuidas al juicio de los otros sobre sí mismas.

De la información extraída surgieron seis categorías, éstas son: definición psicológica, definición física, percepción de los demás respecto del propio aspecto psicológico, percepción de los demás respecto del propio aspecto físico, falencias psicológicas y falencias físicas. A partir de cada una de estas categorías surgen distintas subcategorías. Lo anterior será expresado a continuación de acuerdo a los criterios de frecuencia antes señalado.

## 1. Categoría Definición Psicológica

Esta categoría comprende aquellos aspectos que hacen referencia a la percepción que tienen las adolescentes de sí mismas respecto a características personales que incluyen rasgos de personalidad, los que son valorados por ellas tanto negativa como positivamente. Se hace necesario señalar que este tipo de características son descritas por las adolescentes como primordiales al elaborar una definición de sí mismas.

### ➤ *Simpatía*

En la mayoría de las adolescentes ésta constituye una de las cualidades más valoradas al momento de definirse; comprende las siguientes características: el ser risueña, carismática, buena onda, alegre, tener una actitud adecuada de forma de no caer mal a los demás y el ser agradable.

*“Siempre ando tirando la talla, ¡me gusta reírme!”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Soy muy buena onda, simpática”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa)

### ➤ *Inteligencia*

Incluye características como el ser estudiosa, poseer motivación por el conocimiento, ser responsable, cumplir con los compromisos acordados, adquirir una adecuada preparación en cuanto a poseer conocimientos generales que les permitan desempeñarse en forma satisfactoria ante los demás.

*“Yo digo que me considero como inteligente”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Hago lo posible por no quedar mal delante de la gente, para no quedar como una ignorante, y eso”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“En que si te preguntan algo de alguna persona, de qué pasó en ese año, de la historia de una persona, me gusta o me gustaría saberlo y todo...tener conocimiento”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ ***Sociabilidad***

Incluye características como el ser extrovertida, lo cual implica para las adolescentes poseer facilidad para entablar una comunicación, adecuada capacidad de expresar emociones e ideas a los demás; el ser amigable, o sea, poseer adecuada capacidad para establecer relaciones sociales tanto con sus pares como con el sistema familiar; el compartir con los demás, ser amable y espontánea.

*“Comparto mucho con todos, con todos; no le niego el espacio a nadie...”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Por lo que yo creo, sociable, muy sociable, tengo hartos amigos y cosas así”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ **Valores**

Hace referencia a la percepción de las adolescentes de enaltecer los aspectos psicológicos, por sobre las características que aluden directamente a su corporalidad - físicas-, otorgando mayor relevancia a aspectos emocionales, rasgos de personalidad, y belleza interior en el momento de autodefinirse. Comprende el ser solidaria, participar en actividades pastorales, poseer valores y virtudes, poseer buenos sentimientos, fuerza interior y religiosidad.

*“Lo más importante debe ser lo interior, aunque sea lo físico lo que se vea primero, a mí me importa como soy por dentro...”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“ Yo soy súper solidaria, ehh...primero bueno lo espiritual, que soy súper solidaria”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Perseverancia**

Hace referencia a la percepción de las adolescentes respecto a características que éstas poseen y que están relacionadas con la idea de conseguir lo que se proponen, aunque esto les resulte dificultoso y amerite bastante esfuerzo para lograr lo propuesto, todo ello acompañado de un gran optimismo y fuerza de voluntad. También hace referencia a autoexigirse para lograr el éxito.

*“Me gusta mucho pelear por las cosas que quiero”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Pero igual me esfuerzo por no quedar atrás poh...”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ ***Mal humor***

Algunas de las adolescentes consideran como una de las características que las autodefinen el ser mal genio y “enojonas”.

*“También me enojo algunas veces, ¡o sea obvio! todos se enojan por algo y también soy idiota algunas veces, pero cuando me hacen enojar me enojo bastante”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ ***Empatía***

Algunas de las adolescentes valoran positivamente este rasgo, la cual tiene relación con escuchar a los demás, ayudar y apoyar a las personas que constituyen su entorno, principalmente familiares y amigos; éstas señalan que un factor importante para lograr ser empáticas es comprender a los demás.

*“Sentimentalmente me considero una persona que sé escuchar a los demás, me sé poner en el lugar de los demás, eh; trato de llegar a los demás”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

➤ ***Intolerancia***

En contraste con lo anterior, otras adolescentes se perciben a sí mismas como intolerantes frente a determinadas situaciones y/o personas. Ellas definen esta

característica como: el no aceptar a los demás ni comprender las variadas formas de pensamiento de las personas que las rodean.

*“Es que a mí me molestaba los temas que hablaban, las encontraba muy tontas. Me molestaba que gritaran, que rieran, que hablaran tonteras; una de las cosas que más me molestaba era que a la hora de pedir plata, es decir, ayuda solidaria decían que no tenían un peso, pero para la ropa, para los cigarros, para tomar cualquier cosa tenían plata para todo, menos para dar. Me molestaba que fueran tan superficiales. Pero ellas nunca me dijeron, hablaron con mi profesora, que les molestaba mi actitud frente a ellas”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ ***Naturalidad***

Para una de las entrevistadas ésta constituye la característica central en la definición que ella hace de sí misma, siendo ésta especialmente valorada por ella. Consiste en ser auténtica y transparente, es decir, mostrarse tal cual es.

*“Soy natural, no me gusta fingir ser alguien que uno no es, o sea yo soy así, y en todos lados soy así; yo no me meto con nadie, no peleo con nadie y... no por ejemplo: yo aquí voy a ser una persona y en otro lado otra, y en otra parte otra, no. O sea, soy la misma en todos lados”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

## 2. Categoría Definición Física

Engloba la percepción que tienen las adolescentes de sí mismas respecto a su imagen corporal, a su apariencia y contextura física (peso). Ésta constituye una temática necesaria al momento de dar a conocer la concepción que tienen de sí mismas; no obstante, los contenidos declarativos relacionados a este ámbito son más bien concretos, sin mayor elaboración, como se podrá apreciar a continuación.

### ➤ **Gorda**

Comprende características físicas relacionadas con una contextura gruesa, produciendo en algunas de las adolescentes insatisfacción con su cuerpo –o parte de éste-; incluye el poseer “guata” y “rollos”, tener las piernas gordas o gruesas y tener celulitis; percibiéndolo como un cuerpo feo, ya que no constituye el ideal de belleza. Sin embargo, para una de las entrevistadas corresponde a una característica más que la define, siendo aceptada por ésta..

*“Me dicen en el colegio ¡ya, descríbete como eres!, lo primero que empiezo es: soy gorda...pero soy muy buena...” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

*“Sé que tengo mis kilitos de más, que tengo mis rollitos, esas cosas cachay, pero en verdad no me importa; o sea obviamente pa’ estar bien de salud hago dieta y toda esa cuestión, pero no me importa tener guata... nada, soy feliz como soy, cachay. Me acepto a mí misma y la gente me quiere como soy” (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).*

➤ **Alta o baja**

Tiene relación con la altura de las adolescentes, de cómo se perciben éstas en cuanto a la estatura. Hace referencia además, a las ventajas o desventajas que trae aparejada esta condición de poseer una estatura alta, media o baja.

*“Físicamente me describiría como baja, puede ser un poco tonto que lo diga, pero lo baja. Porque mis amigos o incluso mis amigas dicen “¡ah, la chiquitita!”. Como que engancho con eso”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ **Linda**

Incluye el ser bonita, regia, el agradar físicamente a los demás y a sí mismas; lo cual no sólo hace referencia al cuerpo sino que también al rostro, es decir, que ambos aspectos se encuentren en armonía.

*“Yo me miro al espejo y me considero linda”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Pero me encuentro súper linda y yo siempre me ando mirando al espejo, pucha, ¡cada día estoy más linda!, cachay”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Color de piel**

Se define como la importancia que las adolescentes le otorgan al color de su piel (blanca o morena) cuando se definen y a cómo éstas asocian el color de piel con el prototipo de belleza.

*“Yo soy bastante más blanca, me molestan algunas veces”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ ***Insatisfacción Corporal***

Se entiende como la insatisfacción o desagrado con la contextura corporal que poseen actualmente las adolescentes, lo cual es independiente del peso de éstas.

*“No me gusta el físico que tengo porque soy muy flaquita, soy muy delgada”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“yo no tengo bonita silueta”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa)

➤ ***Delgadez***

Sólo para algunas adolescentes el poseer una contextura delgada del cuerpo o fracción de éste, constituye parte de su autodefinición. Es importante mencionar que estas entrevistadas poseen una contextura bastante delgada; sin embargo, este atributo no constituye su principal fuente de autodefinición.

*“Porque soy muy flaquita, soy muy delgada...”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Pero los pies los tengo bastante flacos, ¡los tengo así!, soy flaca”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ **Fea**

Algunas de las adolescentes declaran poseer características corporales negativas en su autodefinición.

*“Es que me miro, y pienso que a veces soy fea”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“ Es que yo nunca me he considerado muy bonita, pero no sé...”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Bonitos rasgos**

Es definido por las adolescentes como el tener linda cara, lindos ojos y linda nariz; ellas señalan que estas características son valoradas por los demás, y para algunas de ellas conforma uno de los principales atributos físicos a la vista de los otros.

*“Los ojos claros que es lo primero que se me nota, y de lo único que me hablan cuando me dicen que soy linda, eso es lo que me da más lata, que en lo único que se fijan es ¡qué lindo tus ojos!”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

### **3. Categoría Falencias Psicológicas**

En esta categoría se hace referencia a aquellos aspectos o características de personalidad que las adolescentes perciben como una carencia y/o desagrado, y que forman parte de su autodefinición. Estas características son percibidas por ellas como un aspecto que les gustaría mejorar o cambiar.

➤ ***Intolerancia***

Esta característica es percibida por las adolescentes como un aspecto a mejorar, valoran negativamente esta característica presente en ellas, de modo que el ideal que desean lograr es aceptar y amar a los demás.

*“El tratar de aceptar a los demás, cómo piensan y todo”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Soy súper poco tolerante, a mí la gente que me cae mal, no me voy a tomar el tiempo de conocerla ni na'. Entonces soy como bien cerrada en ese aspecto, eso me gustaría mejorar harto. Porque no me doy el tiempo de conocer a las personas y a lo mejor tengo una mala percepción de ellas...”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ ***Mal humor***

*“Psicológicamente me gustaría que se me quitara ser tan enojona a veces con mi mamá, porque a veces le contesto. Y me gustaría ser un poco más humilde, no siendo tan soberbia, porque a veces cuando mi mamá me reta, yo no le hablo más, claro que después de un rato se me pasa”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

➤ ***Falta de Iniciativa***

Para una de las adolescentes, este rasgo es calificado negativamente; ella lo define como la dificultad de proponer nuevas ideas y realizar determinadas acciones.

*“También tener algunas veces un poco más de iniciativa, igual como que algunas veces quedo muy pa' adentro y tengo que andar preguntando qué hacer y cosas así, entonces un poco más de iniciativa me gustaría”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

#### **4. Categoría Falencia Físicas**

Esta categoría es entendida como aquellas características físicas que poseen las adolescentes y que les gustaría cambiar o mejorar, ya que les producen insatisfacción o desagrado consigo mismas. Corresponden a aspectos corporales que las participantes autovaloran en forma negativa y que forman parte de la definición que hacen de sí mismas.

##### **➤ Gorda**

*“Me gustaría ser más delgada porque siempre la gente te mira, te molestan y dicen ¡mira la gordita!, cuando veo eso entonces me gustaría ser de otra manera, más delgada”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Yo creo que para poder hacer todas esas cosas yo necesito ser delgada. Encuentro que para sentirme segura e ir a un lado y hacerlo, necesito ser delgada”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Me gustaría que esto no estuviera cachay (tocándose el abdomen), obvio cuando me pongo un pantalón y se me sale un rollo, me lo saco y me pongo otro”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ ***Color de piel***

*“Por ejemplo ser un poquito más morena, listo, ahí sería más feliz”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada)

➤ ***Delgadez***

*“Un poco más gordita, es que soy muy delgada y me compran poleras apretadas pero me quedan sueltas, entonces eso es lo que me incomoda un poco”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

## **5. Categoría Percepción de los demás respecto del propio aspecto psicológico**

Comprende la percepción que las adolescentes poseen respecto a cómo las ven los demás o cómo las percibe su entorno desde el punto de vista psicológico, es decir, considerando sus características de personalidad. Dicha categoría adquiere gran relevancia, ya que forma parte del modo en que las adolescentes conforman su autoconcepto y del modo en que se definen ante los demás. Esta categoría es de vital importancia entre algunas de ellas, ya que no desean ser percibidas como personas superficiales, que sólo se preocupan por el aspecto físico, sino que por el contrario, como personas que cultivan los aspectos espirituales.

➤ **Cariñosa**

Muchas adolescentes señalan que son percibidas como afectuosas, atentas y preocupadas por los demás, especialmente por familiares y pares.

*“Que soy de esas personas que me gusta sentir a los demás, o sea, yo amo tanto a la gente que me gusta andar abrazándola, tocando, conversan con ellos, andar dándoles besos, así”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“De las tres hermanas yo soy la más cariñosa, la más cariñosa, por lo que ellos me dicen, y ellos lo valoran mucho”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ **Empatía**

*“Como una buena amiga, eh...para mis amigos también, una persona súper importante pa’ ellos, porque siempre los ando ayudando y esas cosas y a ver...”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa)

*“Mi papá me dijo que yo era la persona que daba menos problemas en la casa, de que yo era la herramienta para ayudar a todos. Si estamos todos mal, yo ayudaba a que no estuvieran tan mal”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Me siento bien porque soy así. Porque a mí no me gusta ver a la gente deprimida, no me gusta. Como dije, me gusta tratar de escuchar y ayudar; en mi familia hago eso,*

*trato de ayudar con lo más mínimo para que la otra persona se sienta bien” (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).*

➤ ***Simpatía***

*“Bueno cuando dicen hazlo con ella dice "que soy chistosa tú", siempre me dicen eso o que a veces les levanto el ánimo” (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).*

*“Igual mis amigos me ven como buena onda, la típica que a lo mejor tira puras tallas y la pasai bien” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

*“Lo que más les llamó la atención de mí, es que yo siempre andaba contenta, cachay; entonces mis amigos me cuentan ahora, que tenían ganas como de conocerme y conversar, ver cómo era, eso es lo que me han dicho” (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).*

➤ ***Confiabilidad***

Otra de las cualidades que las entrevistadas creen que los demás valoran de ellas, es el tener la capacidad de escuchar y expresar lealtad frente a problemáticas y secretos de los amigos; siendo ésta una característica valorada por los pares.

*“ Casi todos los hombres del curso son amigos míos, y ellos confían en mí, me cuentan sus cosas de repente” (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).*

*“Mis amigos valoran que estoy siempre con ellos, que soy leal, que nunca les*

fallo, eso...” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ **Madurez**

Comprende el conversar temas contingentes entre los adolescentes, de modo de acercarse a la forma de interactuar de los adultos; haciéndose referencia a la forma de pensar de ellos, la cual “no debe ser superficial”, alejándose del mundo infantil.

*“Algunos me ven como una persona, una niña súper madura, porque tengo catorce años y mi hermana tiene 16, y ella hace cosas que yo no hago; que debería de ser lo contrario. Me consideran madura”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Ellos que me consideran como una persona súper culta porque conversamos; con mis amigos conversamos de todo..., de la sexualidad, de la drogadicción, de historia. Conversamos de todo y... y yo me considero como una persona bien culta, madura para esas cosas”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ **Responsabilidad**

Se comprende como el cumplir con los deberes y obligaciones asignados socialmente a los adolescentes, especialmente en relación con el sistema familiar y educacional.

*“Me dicen que soy súper responsable, eso es lo que valoran mis papás, que a pesar que ellos están haciendo un esfuerzo yo estoy respondiendo y respondiendo bien. Y también que los ayude a ellos...”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Sociabilidad**

*“Porque como que soy súper extrovertida. Porque igual cuando quiero conocer gente voy y le digo: ¿oye, cómo te llamas? ¿cuántos años tenís?, ¡soy buena onda tú!. Y ahí empezamos a ser amigos. Porque llegaba alguien nuevo al colegio y yo le digo ¿cómo te llamai?”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ **Mal humor**

*“Lo que me gustaría cambiar es que me dicen que cuando me enojo, me enojo mucho, demasiado. Me pueden molestar y yo me lo tomo en serio y me enojo mucho. Eso, es que soy muy enojona, bastante”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

## **6. Categoría Percepción de los demás respecto del propio aspecto físico**

Esta categoría comprende la percepción que las adolescentes poseen respecto a cómo las ven los demás o cómo las percibe su entorno desde el punto de vista físico o corporal, generando satisfacción o insatisfacción en ellas. Esta categoría adquiere gran importancia, ya que constituye uno de los aspectos de principal preocupación por parte de las participantes en esta etapa de desarrollo, adquiriendo vital importancia la percepción de sus pares.

➤ **Linda**

*“Porque mi tío empezó a preguntar los promedios y la Fernanda tiene un seis coma siete ¡ah, súper bien! y me preguntó a mí, yo le dije: "no, a mí me va súper mal!, entonces él dijo: "pero tú eres linda, no importa, a ti te dejamos tener promedio rojo". Y me dijo "alguien tiene que sacar la cara por las notas, por eso está la Fernanda (que no es muy bonita); tú eres linda ¡no importa!" (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).*

*“Para mi tía es típico ¡entre nosotras, tú eres la más linda de todo el curso!. Obvio, todos me dicen lo mismo, me dicen rucia, porque cuando era chica era rubia, pero no sé que le pasó al pelo. Ahora se arregla, se puede arreglar. Me dicen rucia, pucha, mis ojitos verdes, mis ojitos de cielo, cositas así..eres la más linda” (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).*

➤ **Gorda**

*“Porque a veces mis compañeros del año pasado me molestaban, los del otro colegio, allá en Placilla. El otro colegio era de básica y me cambié; allá todos me molestaban, a veces cuando alguien me andaba buscando decían "ahí está, esa gordita que está ahí!” (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).*

*“Si tuvieran algo que decir de mí sería que soy gorda” (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).*

➤ ***Delgadez***

*“Ahora me dicen por ejemplo en el camarín: "hay que flaca", pero yo nunca me he encontrado muy flaca, me encuentro normal, me dicen: "que ganas de ser como tu", así...”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ ***Características físicas sensuales***

Comprende aquellas características corporales que implican el poseer “buen trasero”, senos grandes y bonitas piernas, siendo estos atributos los que las adolescentes valoran en una mujer. Algunas adolescentes perciben que son vistas por los demás – especialmente pares- con este tipo de características.

*“¡Les gusta!, les gusta mi “poto”...como que no me gusta (risas), pero ya me acostumbré, más que nada son mis compañeros los que me lo dicen, me lo dicen todos: "oye a mí me gustas así, me gusta todo lo tuyo”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

**Ver figura 2 en cd**

Tabla 2: Frecuencias de la importancia de la delgadez en la Autodefinition

<b>1. Definición Psicológica</b>	<b>Frecuencias</b>
Simpatía	26.5 %
Inteligencia	16.2 %
Sociabilidad	14.2 %
Valores	12.2 %
Perseverancia	10.2 %
Mal humor	6.1 %
Empatía	6.1 %
Intolerancia	4.08 %
Naturalidad	4.08 %

<b>2. Definición Física</b>	<b>Frecuencias</b>
Gorda	26.7 %
Alta o baja	16.6 %
Linda	13.3 %
Color de piel	13.3 %
Insatisfacción corporal	10.0 %
Delgadez	10.0 %
Fea	6.6 %
Bonitos rasgos	3.3 %

<b>3. Falencias Psicológicas</b>	<b>Frecuencias</b>
Intolerancia	56.2 %
Mal humor	37.5 %
Falta de iniciativa	6.3 %

<b>4. Falencias Físicas</b>	<b>Frecuencias</b>
Gorda	83.3 %
Color de piel	11.1 %
Delgadez	5.6 %

<b>5. Percepción de los demás respecto del propio aspecto Psicológico</b>	<b>Frecuencias</b>
Cariñosa	25.6 %
Empatía	23.1 %
Simpatía	23.1 %
Confiabilidad	7.7 %
Madurez	7.7 %
Responsabilidad	5.1 %
Sociabilidad	5.1 %
Mal humor	2.6 %

<b>6. Percepción de los demás respecto del propio aspecto Físico</b>	<b>Frecuencias</b>
Linda	42.1 %
Gorda	31.6 %
Delgadez	15.8 %
Características físicas sensuales	10.5 %

## **EJE 2: IMPORTANCIA DE LA DELGADEZ EN LA ATRACCIÓN**

En este núcleo temático se incluyen todas aquellas creencias relacionadas con la atracción y la belleza de una adolescente de sexo femenino. Uno de los aspectos que cobra vital importancia en las adolescentes en el momento de referirse a las características que ellas y los demás (desde la percepción de ellas) consideran atractivas es la distinción que señalan entre el aspecto físico y psicológico, ya que refieren que una persona atractiva no sólo debe poseer determinados atributos externos sino que también internos.

Por otro lado, se establece una distinción entre la percepción sobre sí mismas -y sobre el ideal cultural- que tienen las adolescentes respecto de la atracción, y entre la percepción de los demás (especialmente el sexo opuesto) respecto de las propias características consideradas atractivas, y respecto a lo que los demás consideran como el ideal de belleza. Por tanto, surgen cuatro categorías: características psicológicas para ser atractiva, características físicas para ser atractiva, percepción psicológica de los otros respecto a la atracción y, finalmente, percepción física de los otros respecto a la atracción. De éstas surgen características-contenidos declarativos- relacionadas con cada una de las categorías, lo que constituye las subcategorías. Se procederá a describir lo anterior, en el orden de frecuencia mencionado.

### **1. Categoría Características Psicológicas para ser Atractiva**

Engloba a aquellas características de personalidad que son percibidas por las entrevistadas como necesarias para que una adolescente de sexo femenino sea considerada atractiva, acercándose a su modelo de belleza.

➤ **Valores**

*“Más que nada que tenga buenos sentimientos, que sea bonita por dentro y por fuera es lo mas importante; una persona solidaria también es una persona hermosa, cachay; que pucha, entrega sin esperar recibir nada y que le dolió lo que entregó, eso para mí es una persona hermosa, por dentro obviamente”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

*“Para ser atractiva hay que tener valores”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Hay gente que es bonita por dentro y que por fuera se le nota que es bonita”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Lo atractivo no va por el aspecto físico, va más por lo de adentro, el físico y el cuerpo me da lo mismo, si es flaco, es delgado o es gordo”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

➤ **Simpatía**

*“Una persona que es linda, una mina linda tiene que mínimo tratar bien a los demás. Tiene que ser simpática, no te sirve de nada ser linda si erís una pesá”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Yo creo que tiene que ser simpática y agradable estar con ella”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

➤ **Inteligencia**

*“Una mujer atractiva es la que puede pensar más allá de las cosas que están a su alrededor, que se interese por lo que pase en Chile y el mundo, que pueda hablar de todo, que se interese por conocer cosas nuevas”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ **Naturalidad**

*“Alguien es atractiva siendo natural; siendo súper natural, ”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Pero igual te veí más bonita natural!, como soy realmente, mostrando lo que tú tení y todo eso ”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

## **2. Categoría Características Físicas para ser Atractiva**

La gran mayoría de las adolescentes declaran aspectos físicos cuando se hace referencia a características necesarias para considerar a una mujer atractiva. La valoración que las entrevistadas le otorgan al modelo de belleza está influenciado por las relaciones heterosociales, y especialmente, por el sexo opuesto.

➤ **Delgadez**

Esta característica hace referencia a poseer bajo peso corporal. Dicha característica es valorada por la gran mayoría de las adolescentes, quienes consideran que el ser delgada constituye un modelo de belleza física, especialmente aquellas que no presentan esta contextura, siendo éste un ideal a alcanzar. Este atributo es de gran

importancia entre los pares, de acuerdo a las creencias de las entrevistadas, ya que expresan que las mujeres delgadas son aquellas que logran con mayor facilidad la aprobación entre éstos.

*“Porque a la mayoría de los niños no les gustaría andar ¡con una goorda así! Y ellos estupendos, no sé poh, se ve feo”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Los que les gusta, por ser, es ser delgada; un hombre igual puede decir ¡oh, media mina! cuando uno es delgada...”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“No se poh, una cinturita de 20 centímetros, eh... no sé, es que más que nada una persona regia físicamente sería una persona flaca, entonces las flacas son como más lindas a los ojos de las personas”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

*“Los hombres son como súper fijones en ese sentido. Ellos quieren a una niña perfecta, que tiene que ser delgada...”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Porque si tú vas a Reñaca y estás pasadita de peso te van a tomar siempre como una amiga, pero si erís flaca, ahí ¡ya!, quizás puede que sí, eso sí que llama la atención”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ ***Prototipo de modelo***

Hace referencia a todas aquellas características corporales que posee el ideal de belleza sociocultural, el cual es elaborado por las entrevistadas en torno a lo que ellas perciben que es valorado en una mujer atractiva por los medios de comunicación, especialmente en las revistas, modelos de televisión, películas, anuncios comerciales, entre otros.

*“Como 90-60-90; yo creo que eso es lo perfecto”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Me estoy dando cuenta que tengo el prototipo de modelo, de esas minas de pasarela y cuestiones, las minas que son del modelaje y que son súper lindas pero es que es la sociedad la que te ha marcado que las minas lindas son ésas”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Físicamente una mujer tiene que ser flaca obviamente, ehh...o sea, ser bonita físicamente, la cara tostadita, cachay, ese es como el prototipo de la mujer linda”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ ***Bonitos rasgos***

*“Que tenga una linda nariz, ojos lindos, eso... pequeños detalles que otras personas no tienen”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“La belleza es como...ehh, ser bonita de cara, como que implica más porque todo entra por los ojos”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ **Linda**

*“Muchos me dicen: persona físicamente atractiva... que sea bonita, tiene que ser linda no más”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

➤ **Contextura media**

Para algunas de las adolescentes el poseer un cuerpo equilibrado en torno al peso, es decir, “no ser ni gorda ni flaca” constituye atributo de atracción en una mujer.

*“No encuentro que tenga que ser tan, pero tan flaca, así como en los huesos. Igual gorditas atractivas hay. Yo creo que lo más importante es ser mediana, ni tan gorda ni tan flaca”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“El cuerpo a mí gusto normal, ni muy flaca... ni muy gorda, que tenga forma, que sea estéticamente agradable, a la vista bonita. Ni tan gorda, aunque hay mujeres que son medias rellenitas, pero son bonitas, es acorde el cuerpo con el rostro”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

### **3. Categoría Percepción Psicológica de los otros respecto de la atracción**

Desde las adolescentes surgen contenidos declarativos en torno a lo que los otros consideran que es la atracción. Se agrupan en esta categoría las características psicológicas que valoran los demás tanto de ellas como en las otras adolescentes, desde

la percepción de las entrevistadas; referido especialmente a la valoración que realiza el sexo opuesto.

➤ **Madurez**

*“Es que no sé como explicarle, porque a algunos hombres les gusta la madurez. Por ejemplo, en mí no se han fijado en la físico; yo pienso que no, yo soy más, no sé, como algo más psicológico; que le gusta como pienso, como hablo”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Que ellos para tener una relación, para conocer a una persona o para entregarse a alguien, se fijan en las niñas que están como más centradas, que son grandes, que no piensan en lo físico y que piensan en lo que hay más adentro, las que son más maduras”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ **Valores**

*“Igual ellos se fijan en otras cosas; en cómo es la persona por dentro”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Depende del hombre en que se fije. Porque yo conozco hartos jóvenes que se preocupan de conocer cómo es la persona, su interior”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Cuando los hombres quieren pasarla bien se fijan en las niñas superficiales; pero cuando ellos quieren conocer a alguien más allá, se fijan en las demás, en como son de adentro”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ ***Simpatía***

*“El ser simpática, es como súper importante porque a los niños no les gusta mucho las niñas amargadas y que anden con la cara larga. En mi caso, yo creo que tengo carisma, atraigo a las personas, cachay, entonces eso es lo que creo que hace que vengan a mí, me conozcan y a lo mejor, como pasó con mi pololo, le guste”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ ***Sociabilidad***

*“A las que sacan a bailar tienen como muchas curvas, bailan súper bien, se ponen en frente de los hombres, les hablan, son sociables, entonces al tiro las sacan a bailar”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“A nadie les gusta ellas, porque son como aburridas, como que no se apegan mucho, como que no comparten mucho, por eso”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

#### **4. Categoría Percepción física de los otros respecto a la atracción**

En esta categoría se destaca el gran número de contenidos declarativos referentes al aspecto físico, principalmente la delgadez, de las adolescentes; dando cuenta de la valoración sociocultural que se le atribuye a la contextura física. Se agrupan las

características físicas que valoran los demás tanto de ellas como de las otras adolescentes, desde la percepción de las entrevistadas; referido especialmente a la valoración que realizan los pares, y especialmente, el sexo opuesto.

➤ *Delgadez*

*“Para ellos el ser delgada y atractiva es lo fundamental”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Son como súper fijones en ese sentido. Ellos quieren a una niña perfecta, que tiene que ser delgada”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Porque si tú vas a Reñaca y estás pasadita de peso te van a tomar siempre como una amiga, pero si erís flaca, ahí ¡ya!, quizás puede que sí”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“¡Sí!, influye el ser flaca para que se fijen en ti, si influye, así eres atractiva para ellos”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Yo tengo una compañera que es súper bonita, que tiene una gemela y las dos son súper flacas y siempre, toda la vida están a dieta, dice: "que estoy gorda", "quiero ser más flaca", más y más flaca, y todo para los demás...Yo creo que ellas piensan que para los hombres son más atractivas las mujeres flacas, como ven a las modelos tan, pero tan delgadas que ellas quieren ser así”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Entonces las flacas son como más lindas a los ojos de las personas”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ ***Apariencia física***

Las entrevistadas señalan que los demás consideran como atributos atractivos el que una mujer se preocupe por la apariencia corporal, que se “arregle”, que se maquille y que se vista a la moda; refiriendo que esto guía la primera impresión en torno a una persona.

*“Por eso siempre andan pintándose, se fijan por cómo se visten”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Yo paso con ellos no más, lo paso re bien y allá sí que me arreglo, allá me pinto, me visto bien y todo eso, porque sé que eso les gusta a los hombres”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Uno no va a una fiesta a ver cómo es una persona por dentro, sino que uno va a bailar y dice “éste me gusta” y se fija en el físico, no si es inteligente, porque uno no lee la mente. Uno se fija si baila bien, si tiene bonito cuerpo, es la primera impresión,”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ ***Características físicas sensuales***

*“Que tengan unas buenas pechugas y un buen poto”, así me dicen siempre”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Pero hay otros que miran el poto, las pechugas, el cuerpo, todo eso; se fijan sólo en lo de afuera. Y lo peor es que éstos son la gran mayoría”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Mis amigas, pucha tienen gomas, tienen poto, eso es como lo más importante para poder, en algunos casos, ser aceptadas por los niños, por los hombres, por los minos...”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“En general yo cacho que los niños andan mirando los potos, que sean flacas, pechugonas y toda la cuestión...”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Bonitos Rasgos**

*“Bueno, que tengan el pelo largo, siempre y siempre los ojos claros”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Físicamente yo cacho que los hombres se fijan en los ojos, en la cara”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ **Linda**

*“Pero la mayoría me dice que para que les guste una niña ¡tiene que ser bonita!, linda entera a los ojos de los demás”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

**Ver figura 3 en cd**

**Tabla 3:** Frecuencias de la Importancia de la delgadez en la Atracción

<b>1. Características Físicas para ser atractiva</b>	<b>Frecuencias</b>
Delgadez	36.1 %
Prototipo de modelo	19.4 %
Bonitos rasgos	19.4 %
Linda	13.9 %
Contextura media	11.2 %

<b>2. Características Psicológicas para ser atractiva</b>	<b>Frecuencias</b>
Valores	43.3 %
Simpatía	36.7 %
Inteligencia	10.0 %
Naturalidad	10.0 %

<b>3. Percepción Física de los otros respecto a la atracción</b>	<b>Frecuencias</b>
Delgadez	41.2 %
Apariencia física	26.5 %
Características físicas sensuales	17.6 %
Bonitos rasgos	11.8 %
Linda	2.9 %

<b>4. Percepción Psicológica de los otros respecto a la atracción</b>	<b>Frecuencias</b>
Madurez	35 %
Valores	25 %
Simpatía	20 %
Sociabilidad	20 %

### **EJE 3: IMPORTANCIA DE LA DELGADEZ PARA EL ÉXITO PERSONAL**

Este eje temático referido a las situaciones asociadas al éxito personal, se agrupa en cinco categorías -rendimiento escolar, carrera profesional, situación de competencia, ser delgada y citas-; las cuales surgen en base a metas –presentas o futuras- que refieren las adolescentes como importantes de lograr en sus vidas. Luego se reflejan diversos aspectos y/o características personales que han sido necesarias o serán necesarias para alcanzar el éxito, en las metas propuestas por ellas; constituyendo éstas subcategorías de las situaciones para alcanzar éxito. Es interesante mencionar que ésta es la temática con menos cantidad de contenidos declarativos al respecto, por lo que ha resultado un tanto dificultoso la codificación y análisis de los mismos. A continuación se presentarán estos resultados, de acuerdo al criterio de frecuencia ya señalado.

#### **1. Categoría Rendimiento Escolar**

Constituye una situación en la que a la mayoría de las adolescentes les gustaría alcanzar éxito, es decir, obtener notas satisfactorias en el colegio. Para lo cual es necesario poseer determinadas características que hacen referencia al ámbito psicológico.

*“¡A mí me estaba yendo súper mal!, y yo quería mejorar las notas igual, y entonces dije ¡ya, voy a estudiar, voy a estudiar y voy a estudiar!” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

➤ **Perseverancia**

*“Las características que influyeron en que me fuera bien, en subir mis notas, es el lograr lo imposible yo creo, el lograr que se haga posible, igual en tener la fuerza de voluntad!, y todo eso”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Psicológicamente sí me he preparado, yo digo ¡ya bueno, voy a querer esto más de mí, quiero esto para mí!, así”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ **Tener metas**

Se comprende el que las adolescentes se planteen un objetivo en algún área específica, lo cual guiará sus conductas; y les permitirá proyectarse hacia el futuro.

*“Para subir mis notas me propuse una meta, tener promedio sobre seis...”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“El que, no sé poh; el querer algo y tratar de conseguirlo, y si lo consigo mejor poh . Por ejemplo yo me propuse algo y lo hice poh y me fue bien.”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

➤ **Flexibilidad**

Comprende la capacidad de adaptación a los distintos contextos, pensamientos y situaciones.

*“No ser tan cerrada, porque cuando no entiendo, no entiendo, no me cabe nada y ¡no me va a caber nunca!; y no me cabe porque tengo metido en la cabeza que no me va a caber”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ **Valores**

*“En el logro de subir las notas le pedí al Señor que también me ayudara”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

## **2. Categoría carrera profesional**

Corresponde a distintas situaciones en las cuales las adolescentes aspiran a alcanzar logros en el ámbito profesional (especialmente carreras universitarias) y laboral. Para ello requieren de determinadas características tanto psicológicas como físicas.

*“Sacar mi carrera y... es que quiero estudiar literatura y que la gente conozca mis libros. Y eso me gustaría más...”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Tengo una meta que es llegar a ser profesional, me gustaría ser una abogada”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

➤ **Inteligencia**

*“Son carreras que hay que estudiar harto, entonces, ponerle el mayor empeño posible”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

*“También me preocuparía de qué voy a hablar, o si no me van a hacer las preguntas y no voy a saber que contestar”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Para que me salga bien tengo que estudiar harto y estar tranquila, porque si estoy nerviosa no me va a resultar, por supuesto que ser estudiosa también, porque hay que aprenderse tantas leyes y esas cosas”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Hay que ir preparada sabiendo, por ejemplo si te preguntan tecnicismo del teatro o cosas así, ir con conocimientos”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ **Perseverancia**

*“Me esfuerzo mucho para llegar, si yo quiero algo me la juego, me empeño mucho”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Puedo lograr éxito esforzándome cada día en ser mejor, en hacer bien las cosas y bueno...”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Valores**

*“El amor también, porque si tengo amor por lo que hago, va a ser como más fuerte el estudiar cada día”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ ***Apariencia física***

*“Físicamente hay que ir arreglada a un examen, no voy a ir toda desordenada porque estoy en la universidad, pero tampoco tan, tan arreglada...”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Yo creo que ir bien presentable, porque como que esas cosas las miran hartito, porque lo veo por mi hermana cuando fue a la universidad, tenía que ir formal porque si no le bajaban la nota, entonces yo creo que una entrevista debe ser igual, tenía que ir bien presentable, pa' que tengan una buena percepción de ti, porque en ese momento no te conocen, entonces te ven físicamente. Me preocuparía de verme bien, arreglarme bien y de elegir una ropa adecuada”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

### **3. Categoría Situación de competencia**

Corresponden a situaciones en la cual las adolescentes deben probar sus capacidades, por ello requieren de ciertas características que les permitan lograr alcanzar sus metas en forma exitosa.

*“Por ejemplo yo soy scout, entonces el año pasado o principios de este año había como una elección dentro del grupo”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Me pidieron ser del equipo de coordinación, cachay, entonces ese fue como mi mayor éxito entre las cosas que yo hacía”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Perseverancia**

*“Entonces yo me preocupé de todo, de llegar hasta el final sin achacarse, de estar contenta, de estar dispuesta hacia las niñas y por eso me eligieron”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Logré éxito siendo perseverante también”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Inteligencia**

*“Las personas que votaron por mí decían que yo estaba mejor preparada para asumir una responsabilidad, estaba más capacitada”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ **Simpatía**

*“Siendo simpática también, porque yo ando bien con la gente y toda la cuestión, porque no podían elegir a una persona que se llevara mal con todo el mundo”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Valores**

*“Más que nada teniendo las ganas de servir y servir a Dios sobre todo, que es lo que se nos pide en el equipo de pastoral”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

#### **4. Categoría ser Delgada**

Para una de las adolescentes el ser delgada constituye una meta a alcanzar y una fuente de éxito. Dicha categoría no presenta elementos asociados que permitan establecer subcategorías, ya que las características personales para alcanzar esta meta, han quedado plasmadas en otras categorías.

*“Sí, una situación en que me gustaría tener éxito es en físicamente ser delgada”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Como que se atribuye en todo, porque el ser bonita, el ser inteligente y el ser delgada es así como perfecto, yo creo que...que eso es lo que más importa”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

#### **5. Categoría Citas**

Para otra de las adolescentes una situación a la que le atribuye éxito es obtener la aprobación del sexo opuesto y lograr establecer relaciones de pareja.

*“Cuando he tenido éxito, o sea, cuando conozco a la gente, cuando me gusta alguien”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

##### **➤ Apariencia física**

*“Cuando le empiezas a gustar ¡es obvio que primero le gustas por cómo te ves!. Igual bien, me encontró bien por como soy físicamente, sin haber hecho otras cosas para que yo le gustara”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Le gusté por como yo me veía físicamente ¡altiro!”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

➤ *Simpatía*

*“Cuando conozco a la gente yo cacho que se debe a mi forma de ser también ¡yo creo!, les caigo bien”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

**Ver figura 4 en cd**

**Tabla 4:** Frecuencias de la Importancia de la delgadez para el Éxito Personal

<b>1. Rendimiento Escolar</b>	<b>Frecuencias</b>
Perseverancia	37.5 %
Tener metas	37.5 %
Flexibilidad	12.5 %
Valores	12.5 %

<b>2. Carrera Profesional</b>	<b>Frecuencias</b>
Inteligencia	33.2 %
Apariencia física	29.2 %
Perseverancia	29.2 %
Valores	4.2 %
Tener metas	4.2 %

<b>3. Situación de Competencia</b>	<b>Frecuencias</b>
Perseverancia	42.8 %
Inteligencia	28.6 %
Simpatía	14.3 %
Valores	14.3 %

<b>4. Ser Delgada</b>	<b>Frecuencias (%)</b>
	100 %

<b>5. Citas</b>	<b>Frecuencias</b>
Apariencia física	66.7 %
Simpatía	33.3 %

#### **Eje 4: FACTORES QUE INTERVIENEN EN LA IMPORTANCIA DE LA DELGADEZ**

En este apartado se intenta descubrir por medio de los contenidos declarativos la experiencia de las adolescentes, buscando develar los factores o contenidos a través de los cuales construyen sus creencias actuales en torno a la delgadez, identificando elementos comunes o diferenciadores en cada una de las entrevistas, en el cual se incluyen los factores, situaciones o personas de influencia en éste.

Los factores que intervienen en la importancia de la delgadez se establecen en base a aquellas situaciones que las adolescentes mencionan como importantes en sus vidas y que han influido en ellas, generado una valoración hacia la delgadez. Es así que surgen las siguientes categorías: familia, conductas para adelgazar, necesidad de aprobación social, comienzo de las relaciones heterosexuales, limitaciones en tareas del desarrollo, comparación con pares, desaprobación social de la gordura, medios de comunicación, cambios físicos en la pubertad, baja autoestima y bromas en torno al peso.

Se debe recordar que si bien, la mayoría de las entrevistadas le atribuyen un papel importante a la delgadez en diversos ámbitos de sus vidas, en algunas de las adolescentes estas creencias no presentan una significación especialmente importante; identificándose ciertas situaciones que han contribuido a restarle importancia a la valoración de la delgadez, surgiendo así la categoría: factores protectores.

Es necesario tener en consideración que sólo en algunas de las categorías se describen elementos asociados a una temática en particular, desde donde surgen las subcategorías.

Se procederá a describir las categorías y subcategorías, presentadas según el criterio de frecuencia antes señalado.

## **1. Categoría Familia**

Se comprende todas las situaciones en que la familia – padre, madre, hermanos, entre otros – contribuye a que las adolescentes le asignen más importancia a la delgadez, como ideal de belleza.

### ➤ *Comparación con familiares*

Hace referencia a la comparación que realizan las adolescentes con los padres o los hermanos en torno a características físicas. La mayoría se confronta o se quiere parecer a sus hermanas, o éstas a ellas.

*“Mi hermana no se parece nada a mí, es alta, es morena, bien proporcionada, la cara súper diferente a mí”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Noooo, mi papá es flaco, ¡él dice que es de raza fina!”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Mi hermana se quiere parecer a mí, desde chica siempre me imitó, pero ahora en estos momentos me dice ¡yo estoy tan gorda!; yo siempre le digo a ella ¡estás tan bonita Javi y ella me dice ¡mentira! tú estay bonita, entonces es una relación donde yo la alabo a ella y ella me alaba a mí. Ella es flaca también, pero quiere ser como yo, pero ella es*

*más niña todavía y está en toda la edad de querer ser más mujer, dice "me gustaría tener las caderas más anchas!" (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).*

➤ ***Actitudes y conductas familiares respecto al peso***

Se percibe que en la mayoría de las adolescentes existen actitudes de desagrado por parte de la familia hacia la gordura, destacando y reforzando la delgadez como ideal de belleza.

*"A veces me molestan por el peso, pero no lo hacen de pesados, me dicen ¡gordita, chancha...! me carga que me digan gordita o chanchi, pero no les digo nada, sólo me enojo. No me gusta que me digan así, porque como que baja la autoestima"*  
(Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*"Cuando era más chica mi sobrina, mis primos me decían: si tú soy flaquita te vas a poder poner toda la ropa que tú quieras, vas a poder mostrar todo lo que tú quieras"*  
(Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*"La mamá siempre le decía que estaba gorda: ¡estás gorda!, entonces como que a ella le atormentaba porque cómo tu mamá te puede decir que estas gorda, si se supone que la mamá es siempre la que te encuentra más bonita. Ella me decía: "si mi mamá me encuentra gorda ¿cómo me encontrará el resto entonces?" y ahí empezaba a no comer"*  
(Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

## 2. Categoría Conductas para Adelgazar

Las adolescentes hacen mención a ciertas conductas realizadas con el objetivo de bajar de peso, producto del descontento con su figura. Es interesante destacar que las relaciones sociales – familia y amigos – facilitan el inicio de estos comportamientos.

### ➤ *Dietas*

Incluye diversas conductas de disminución de alimentos, por determinados períodos de tiempo. Se percibe que la mayoría de las adolescentes las realizan junto a amigas o familiares.

*“Sí, antes si hacía cosas para bajar de peso, pero como del año pasado; porque antes yo no era tan gorda tampoco”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media)

*“¡Sí!, de dietas. De hecho la mayoría del curso anda con una botellita con agua. No hay bulímicas en mi curso ¡yo lo sé!, pero sí hay personas muy preocupadas de las dietas”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

### ➤ *Nutricionista*

Alguna de las adolescentes han asistido a nutricionistas, como forma de contrarrestar el aumento de peso que les desagrada.

*“Igual yo estuve yendo a la nutricionista... estuve un tiempo en que bajé en un mes cinco kilos, pero yo decía: ¡ya, bien, bien en la nutricionista!”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Yo soy una persona súper activa, me gusta el deporte y hay cosas que no puedo hacer, porque soy un poco gorda, entonces tengo que estar constantemente yendo al nutricionista”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Deporte**

Lo constituye la gimnasia y el trotar, como forma de bajar de peso.

*“Empecé a adelgazar de a poco, pero en quinto me puse a hacer gimnasia artística; y eso ayudó a que yo adelgazara”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

➤ **Purgas**

Estas son otras conductas utilizadas por una adolescente para contrarrestar su aumento de peso, que principalmente incluye vómitos.

*“Porque igual yo vomitaba y todo”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“¡Porque igual me sentía mal!, porque yo decía: ¡pucha, mi mamá y mi papá se sacrifican por tener algo para nosotras y yo lo vomito! Y ¡na' que ver que les haga*

*esto!. Igual me estoy haciendo daño a mí al estar vomitando, y también me estoy haciendo daño al estar engordando” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

### **3. Categoría Necesidad de Aprobación social**

Se percibe un significativo acuerdo en las adolescentes, en que el ser aceptado por los pares es uno de los mayores deseos de ellas; donde el ser bonita, popular y delgada constituyen un importante medio de aceptación social.

*“Yo me empecé a preocupar por ser más delgada de las otras amigas, porque yo antes pasaba puro jugando, pero habían otras amigas que pasaban puro arreglándose y preocupándose del cuerpo ¿me entiende? Entonces ahí me di cuenta que ya había pasado la etapa de andar puro jugando y había que preocuparse de uno también, porque es súper importante preocuparse de uno, por lo tanto, del peso” (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).*

*“Porque cuando chica yo no era gordita, no era... ahora sí. Y al ver a mis amigas más flacas, yo me empecé a preocupar del arreglarme y del cuerpo” (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).*

*“A ser popular y que te pidan la opinión a ti. Como el ser popular porque igual el ser flaca influye caleta, porque así todos te toman en cuenta” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

*“Que tenís que ser delgada. A parte igual ser delgada es algo fundamental para tu salud y todo, pero igual yo he visto caleta de personas que son gordas y que igual van a fiestas y toda la cuestión, igual la pasan bien. Pero igual al ser delgada te pescan más yo creo”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Igual hay gente que, por ser, compañeras que me dicen, hay una compañera que siempre me dice: ¡oye, pero porqué no bajai de peso si igual te vei mal así!”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

#### **4. Categoría Comienzo de las Relaciones Heterosexuales**

Se comprende todas aquellas situaciones en donde las entrevistadas se encuentran expuestas a la aprobación, formación o mantención de las relaciones con el sexo opuesto; es en esta interacción donde se le atribuye especial importancia al aspecto físico. Constituyendo las fiestas, las citas, relaciones de pareja, entre otros, una significativa etapa de cambios para las jóvenes.

*“Cuando yo era chiquitita y estaba en cuarto, tercero, segundo; igual como que a la niñita gordita la encontraban bonita, tierna y todo; pero cuando te empiezan a gustar los niños, cuando te empiezan a atraer, desde ahí comenzó, desde séptimo básico más o menos”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“Íbamos ya como en séptimo u octavo y casi todas estábamos pololeando y ella no, entonces ella veía que las niñas flacas estaban pololeando y que ella era como media gordita”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

## **5. Categoría Limitación en tareas del desarrollo**

Para muchas de las adolescentes el exceso de peso limita el desarrollo óptimo para diversas actividades propias de los jóvenes, como por ejemplo el acceso a la moda actual. Ellas se perciben en situación de desventaja e injusticia con respecto a las personas de contextura media o delgada.

*“Porque cuando me coloco poleras siempre la guata se ve, todo eso, entonces ¡se ve feo!. Y peor ahora que viene el verano, debería haberme puesto a dieta antes, pero siempre al final yo me coloco a dieta”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“No me gusta la ropa apretada porque parecería prieta, además se te salen los rollos pa' fuera; eso más que nada. Entonces si andai apretada, apenas te podrías subir a la micro. Y a veces me da vergüenza salir a la calle. El ir a comprar ropa me da vergüenza. No sé poh, porque al ser flaca, tú podís mostrar de todo; al ser gorda igual, pero al ser gorda tú tenís que estar un poco más tapadita y todo”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

## **6. Categoría Comparación con pares**

Hace mención a aquellas características físicas que las entrevistadas admiran de sus amistades, constituyendo éstas una fuente de comparación en torno a la belleza y a la delgadez.

*“Tengo una amiga que es como me gustaría ser, en realidad tengo hartas amigas, pero la que las tiene todas es la Ornella, ella es mi mejor amiga, ¡las tiene todas, ella es regia, es estupenda! y se podría decir, pucha, que la envidio...y a mí me gustaría ser como ella, pero físicamente...”*

*Pero entonces, ¿cómo te gustaría ser físicamente? ¿cómo es ella?*

*“Ella es alta, es morena, pucha tiene el pelo castaño claro, tiene los ojos verdes, ehh, pucha tiene gomas, tiene poto, tiene unas buenas piernas, tiene una guata estupenda, o sea, plana. Eso” (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).*

*“Pero físicamente es súper linda, y a mí me gustaría ser como ella, pero físicamente”*  
(Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

## **7. Categoría Desaprobación Social de la Gordura**

Para muchas de las adolescentes la gordura constituye una importante fuente de desagrado y desaprobación por quienes las rodean, siendo esto motivo de descalificaciones, comentarios, actitudes, entre otros.

*“Siempre la gente te mira, te molestan y dicen ¡mira la gordita!” (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).*

*“Porque igual yo he conocido gente, no sé poh, y cuando van para algún lado y alguna dice: ¿puedo ir? le dicen ¡ya!, pero invitan a la más bonita y a la más flaquita de las mejores amigas. Y dicen: no invitís a la Zaida porque no le gusta nada, porque lo va a*

*pasar mal y porque todos se van a burlar de ella” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

*“Yo creo que no, que no aceptan por igual a las flacas o a las gorditas, onda, estamos en una sociedad súper discriminantes” (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).*

## **8. Categoría Medios de Comunicación**

Incluye revistas, programas de televisión juveniles, spots, modelos de pasarela, figuras televisivas, diarios, moda, entre otros; que brindan un papel primordial a las características físicas de las personas. Se percibe que estos medios poseen una alta influencia en las adolescentes en torno a la valoración de la delgadez como ideal de belleza. Se debe considerar que para la mayoría de las entrevistadas estos cánones de belleza actuales constituyen metas que ellas denominan como inalcanzables.

*“Tú veí una revista y veí una galla que está modelando ropa interior o la mina regia cachay, la media cintura” (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).*

*“Encuentro que, por ser la Marlen Olivari es como la mujer ideal para los hombres” (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).*

*“Por ejemplo a una gorda, a una gordita no te la van a aceptar en una escuela de modelaje, eh...no la van a aceptar para ir a Rojo por ejemplo y Mekano tampoco cachay, entonces en eso también entra, bueno pasando a otro tema, en eso también*

*entra un poco la obsesión de las más gorditas por ser flacas, ¡porque yo quiero ser como ella, yo quiero ser como ella, yo quiero ser como ella!”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

## **9. Categoría Cambios Físicos en la pubertad**

Se comprende como los cambios corporales ocurridos en las adolescentes al iniciar la pubertad, pasando de características físicas infantiles a características de mujer adulta (senos, altura, caderas, entre otros); para algunas constituye una etapa de aumento de peso generando esto una constante ansiedad y preocupación en las adolescentes.

*“Me gustaría mucho se más delgada, como antes, cuando era más niña”* (Alexandra, 15 años, colegio municipal, contextura media).

*“Fue en quinto básico cuando empecé a desarrollar mi cuerpo, las niñas empezaron a ser más de mi porte, entonces empezó a nivelarme. Y a mí se me empezaron como a notar las curvas un poco más grandes que las demás”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

## **10. Categoría Baja Autoestima**

En algunas de las adolescentes se percibe un descenso de las características positivas que las definen, lo que constituye una disminuida estima hacia sí mismas.

*“Yo en octavo básico tenía muy baja la autoestima, pensaba que poco menos nadie me pescaba”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Cuando chica yo era súper insegura, porque yo era la más alta del curso y yo me encontraba súper fea, yo me encontraba muy fea; y mis compañeras siempre me decían ¡tú eres fea!, ¡tú eres fea! Y yo me sentía súper mal, mi autoestima cuando chica era súper mala”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

## **11. Categoría Bromas en torno al peso**

Comprende comentarios y burlas por parte de familiares y pares hacia el aumento de peso presente en las adolescentes. Lo anterior es percibido con desagrado por las entrevistadas, generando sentimientos de ofensa y discriminación, afectando la autoestima de éstas.

*“¡Hace mucho tiempo!, desde que la persona tiene la capacidad de pensar; desde cuando la gente te empieza a discriminar, a veces los niños son súper crueles y no te aceptan como eres. Igual yo creo que debería de aceptar a la gente como es y aceptarme a mí también. Eso es lo primero”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

*“No, porque yo le he dicho a mis papás ¡oye, tienen que aceptarme como soy! ¡yo soy gorda!. Pero igual me molestan caleta, me dicen ¡chancha, ballena!; no sé, caleta de cosas; igual me molesta esa cuestión pero ¡qué le voy a hacer si son mis papás!. Yo una vez conversé con ellos y les dije ¡miren me molesta esto! Y me puse a llorar delante de ellos y ellos te agarran como pa'l leseo y dicen ¡estay loca, estay loca!.”* (Zaida, 14 años, colegio municipal, contextura gruesa).

## 12. Categoría Factor Protector

Engloba aquellas situaciones o experiencias en las historias de vida de las adolescentes que contrarrestan la valoración por la delgadez. Esta categoría ha sido presentada al final de este eje temático debido a que estos factores intervienen en un sentido inverso a las categorías anteriormente presentadas, constituyendo una categoría emergente en este estudio, avalada por una gran cantidad de contenidos declarativos por parte de las entrevistadas.

### ➤ *Estilos de vida saludables*

Hace mención a cuidar la salud del cuerpo mediante ejercicios o hábitos adecuados de alimentación. Lo anterior es facilitado por los estilos de vida saludables que poseen las familias y son transmitidas a las adolescentes.

*“Igual las dietas no me gustan, pero sí la comida sana, yo como sano y no es que esté a dieta, sino que me gusta alimentarme bien”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Mi hermana se preocupa, hace ejercicios, hace cosas sanas para mantener un cuerpo sano”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Mis papás también están preocupados por la salud, ellos son los que me dicen: Carolina, anda al nutricionista, Carolina esto, esto otro, hácete el examen, pero más que nada por la salud”* (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).

➤ **Familiares**

Se refiere a todos los pensamientos, emociones y conductas que fortalecen la autoestima de las adolescentes, referidos por los familiares; reforzando en ellas las características positivas y logros.

*“Igual, como ya dije, yo soy más cercana que mis hermanas y a mí me le sean y pueden decirme cosas; a sí que aunque sea gordita o esté pasadita de peso o tenga algún defecto, la buena onda que tengo con ellos siempre la voy a tener”* (Karina, 15 años, colegio particular, contextura delgada).

*“Ahí me puse a llorar; mi mamá me hacía cariño y me decía ¡pucha y tan linda mi chiquitita!, mi mamá siempre como que me sube la autoestima, nadie de mi familia me echa para abajo, nunca”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

➤ **Religión**

Se refiere a que las adolescentes perciben a grupos relacionados con alguna religión como un sistema de aceptación incondicional, donde se sienten acogidas y comprendidas; constituyendo esto una red de apoyo.

*“Porque antes no salía mucho. Sólo empecé a ir a la iglesia el año pasado”* (Poullette, 14 años, colegio municipal, contextura delgada).

*“Yo estoy en un equipo pastoral en el colegio Salesiano, cachay; y para mí es rico ver a tantos jóvenes que están haciendo cosas por otras personas, en vez de estar en una*

*plaza drogándose, cachay, entonces eso es como bien importante también” (Carolina, 14 años, colegio particular, contextura gruesa).*

➤ ***Experiencia cercana de trastornos alimentarios***

En una de las adolescentes, el presentar la vivencia cercana de alguna amiga o familiar con síntomas de un trastorno alimentario, constituye una fuente de protección, inhibiendo conductas desadaptativas en torno a la alimentación.

*“Porque he conocido muchas amigas que han tenido problemas de anorexia, entonces yo las veo sufriendo, tan obsesivas y todo el día solamente piensan en no comer, en tomar agua, en hacer ejercicio, en cómo tirar la comida la próxima vez para que no se den cuenta que no están comiendo, Y al final yo he visto el proceso de cómo se van demacrando....yo las encontraba tan bonitas y al finan quedan tan feas, tan...”*  
(Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

*“Como a dos amigas cercanas, una tenía anorexia y la otra tenía bulimia. Y a mí no me gustaba, yo creo que por eso yo tengo como un rechazo a todas esas cosas”* (Daniela, 15 años, colegio particular, contextura media).

**Ver figura 5 en cd**

**Tabla 5:** Frecuencias de los factores que intervienen en la importancia de la delgadez

<b>Categorías</b>	<b>Frecuencias</b>
1. Familia*	21.8%
2. Factores Protectores*	16.8%
3. Conductas para adelgazar*	12.6%
4. Necesidad de aprobación social	10.9%
5. Comienzo de las relaciones heterosexuales	7.5%
6. Limitaciones en tareas del desarrollo	7.5%
7. Comparación con pares	6.7%
8. Desaprobación social de la gordura	5.0%
9. Medios de comunicación	4.2%
10. Cambios físicos en la pubertad	2.5%
11. Baja autoestima	2.5%
12. Bromas en torno al peso	1.6%

<b>1. Familia</b>	<b>Frecuencias</b>
Comparación con familiares	53.8 %
Actitudes y conductas familiares respecto al peso	46.2 %

<b>2. Factores Protectores</b>	<b>Frecuencias</b>
Estilos de vida saludables	35.0 %
Familiares	30.0 %
Religión	25.0 %
Experiencia cercana de trastornos alimentarios	10.0 %

<b>3. Conductas para adelgazar</b>	<b>Frecuencias</b>
Dietas	53.4 %
Nutricionista	20.0 %
Deporte	13.3 %
Purgas	13.3 %

\* Sólo estas categorías presentan subcategorías.

# CAPÍTULO V

## CONCLUSIONES

A lo largo de la investigación llevada a cabo sorprende cómo el ideal de belleza ha incorporado cada vez más el papel de la delgadez como un atributo físico a alcanzar, lo cual no se aleja de nuestro contexto particular, puesto que las entrevistadas del presente estudio muestran una clara tendencia a la valoración de la delgadez en distintos ámbitos de sus vidas. De esto es que se deduce la relevancia que adquiere esta primera aproximación al conocimiento de uno de los factores de riesgo de los trastornos alimentarios, el Esquema de Delgadez, situándose en la tarea de prevenir dicha problemática.

Es en este contexto que las investigadoras describirán las relaciones surgidas a partir de la información obtenida en las distintas entrevistas, y realizarán inferencias en torno a la temática abordada; las cuales, sin duda, no son determinantes, ya que es preciso recordar que éste es un estudio exploratorio que intentó familiarizarse con un fenómeno relativamente desconocido, en población sin riesgo; proporcionando un sustento teórico-empírico, que facilite la continuación de próximas investigaciones que describan y expliquen este factor de riesgo.

Para tal efecto se hace necesario responder a los objetivos que se han planteado: explorar los contenidos declarativos en relación con los componentes del esquema de delgadez –importancia de la delgadez en la autodefinición, atracción y éxito personal- en población adolescente, analizar éstos según la propuesta de Smolak y Levine y, finalmente, explorar los factores que intervienen en dichos componentes.

Con respecto al primer objetivo, es preciso señalar que las adolescentes realizan una separación entre los aspectos psicológicos y físicos en cada uno de sus relatos. De acuerdo a esto, es posible mencionar que, en lo que refiere a la importancia que las adolescentes le otorgan a la delgadez sobre la definición de sí mismas, es esencial para ellas autodefinirse en base a sus características psicológicas, destacando entre éstas el ser simpática, cariñosa, inteligente y sociable. Se debe mencionar que junto a esto, la percepción que tiene los demás sobre ellas va configurando la forma en que éstas se autodefinen, destacándose que la percepción de los otros está referida principalmente a aspectos corporales.

Por otra parte, en lo referente a las características físicas, las adolescentes se definen, especialmente por la contextura física, la altura y el color de piel; mostrando la mayoría, una clara tendencia a la insatisfacción corporal relacionada con el sobrepeso.

El que las adolescentes se definan a sí mismas principalmente considerando los aspectos psicológicos por sobre los físicos, junto a los contenidos implícitos de los relatos –lenguaje no verbal y contradicciones-, percibidos por las investigadoras, hace hipotetizar que en la información entregada estarían interviniendo, en algún grado, variables como la deseabilidad social, ya que las propias entrevistadas mencionan que el valorar atributos externos es relacionado con un rasgo de inmadurez y superficialidad.

En contraste con lo anterior, en lo que refiere a la importancia de la delgadez sobre la atracción, priman fundamentalmente las características físicas para considerar a una mujer atractiva; adquiriendo la delgadez un rol primordial por la gran cantidad de contenidos declarativos expresados por las adolescentes en torno a considerar a ésta como un atributo necesario para ser atractiva, especialmente por ellas y por el sexo opuesto.

*“No sé poh, una cinturita de veinte centímetros, eh...más que nada una persona regia físicamente sería una persona flaca, entonces las flacas son como más lindas a los ojos de las personas”.*

*“Los hombres son como súper fijones en ese sentido; ellos quieren a una niña perfecta, que tiene que ser delgada”.*

Es en esta temática en que las investigadoras observan el valor sociocultural que se le atribuye a la delgadez, lo cual es absorbido con mayor fuerza por las adolescentes al ser éstas más vulnerables, puesto que se encuentran en un proceso de búsqueda de identidad, donde se intensifican los roles de los pares y sexo opuesto, cobrando las actitudes de éstos vital importancia en las adolescentes, que aún no poseen criterios y valores propios, por tanto, son más susceptibles a las opiniones y evaluaciones de los demás, tal como lo señalan las teorías del desarrollo.

Frente a este contexto, en el que es privilegiada la apariencia física, se percibe en las adolescentes un intento por rescatar características psicológicas –al considerar atractiva a una mujer- valorando aspectos internos de las personas con el propósito de disminuir el valor que se le otorga al modelo estético imperante. Entre estas cualidades, las más valoradas son: valores, simpatía y madurez. Reflejando en las adolescentes, una “lucha” entre lo que es privilegiado por el sistema sociocultural y lo que ellas creen que debería valorarse.

Cuando nos situamos en el conocimiento del esquema de delgadez en el contexto local, se observa que la valoración de la delgadez no es un tema que revista importancia en el logro del éxito personal para las adolescentes de este estudio. Las situaciones que para las adolescentes constituyen una meta a alcanzar corresponden a poseer un alto

rendimiento escolar, acceder a futuro a una carrera profesional, situaciones de competencia con los pares, y en menor grado las citas y el ser delgada. Ahora bien, las características que ellas definen como importantes para lograr el éxito son principalmente el ser inteligente, perseverante y el proponerse una meta, todos ellos aspectos psicológicos, siendo éste una excepción respecto de los demás componentes, en donde el físico y la delgadez son altamente valorados. Por tanto, desde los discursos de las informantes se desprende que la delgadez no facilitaría el acceso a las situaciones de éxito propuesta por ellas, como lo plantea la definición del esquema de delgadez propuesto por Smolak y Levine; sino que, se privilegian las habilidades sociales en las relaciones interpersonales.

En relación al segundo objetivo propuesto, analizar los contenidos declarativos obtenidos según la propuesta de Smolak y Levine en torno al esquema de delgadez, el cual es definido como “una red cognitiva que interrelaciona las creencias de la importancia de la delgadez sobre la atracción, el éxito personal y su influencia en la autodefinición”, es que de acuerdo a los resultados obtenidos, es posible señalar que la mayoría de las entrevistadas poseen creencias en torno a la importancia de la delgadez, especialmente en temáticas relacionadas con la atracción y la belleza, y no con el éxito personal. En relación al papel de la delgadez en la autodefinición, los resultados no permiten considerar a la delgadez como un aspecto fundamental en la definición que la mayoría las adolescentes realizan de sí mismas; sin embargo, resulta interesante dar cuenta de los contenidos declarativos de una de las adolescentes, en quien la delgadez adquiere una significación especial en la configuración de su autodefinición, presentando creencias esquemáticas que brindan un valor exagerado a la delgadez en los

diferentes ámbitos en la vida de ésta (autoestima, relaciones familiares, heterosociales, relaciones con el sexo opuesto), produciendo limitaciones para lograr una adecuada adaptación a las exigencias propias de su etapa de desarrollo.

*“Me dicen en el colegio ¡ya, descríbete como eres!, lo primero que empiezo es: soy gorda...yo creo que el ser bonita y delgada es así como perfecto...”*

*“En mi vida yo creo que es fundamental el ser delgada...”*

*“Yo le he dicho a mis papás ¡oye, tienen que aceptarme como soy! ¡yo soy gorda!. Pero igual me molestan caleta, me dicen ¡chancha, ballena!...”*

*“Porque a la mayoría de los niños no les gustaría andar ¡con una gorda así!...”*

Lo anterior lleva a pensar que en la medida en que estas creencias sobre el peso – delgadez- sean consideradas como fuentes primarias de autodefinición, se estaría frente al esquema de delgadez, propuesto por Smolak y Levine. Por tanto, las investigadoras consideran que el definirse en torno a la delgadez constituye un elemento necesario para presentar el esquema, por ende, no sólo poseer cogniciones o creencias que valoren la delgadez, como lo declaran la mayoría de las entrevistadas.

Antes de continuar, y situándonos en las características de la muestra, resulta necesario señalar que otro de los hallazgos que adquiere relevancia dentro del estudio es que las adolescentes que tienen sobrepeso presentarían mayor riesgo, ya que poseen una mayor cantidad de contenidos declarativos en torno al peso corporal y la delgadez- evidenciando una insatisfacción corporal-, confirmando lo descrito en la literatura al respecto. Por otro lado, no se perciben diferencias significativas en torno a la valoración de la delgadez en adolescentes de establecimientos municipales y particulares, por tanto, el factor socioeconómico no tendría mayor incidencia.

En cuanto al tercer objetivo planteado, explorar los factores de influencia que participan en la formación de los componentes del esquema de delgadez antes señalados, los resultados develaron situaciones y/o experiencias que dan cuenta de cómo las adolescentes construyeron las creencias actuales en torno a la delgadez –y los grados de importancia que éstas le asignan-. Estos hallazgos son comparables a los factores de riesgo propuestos en el modelo para el desarrollo de los trastornos alimentarios de Smolak y Levine. Entre ellos cabe mencionar al sistema familiar, como una de las principales fuentes de influencia en la valoración que se le atribuye a la delgadez, junto con las conductas para adelgazar, el comienzo de las relaciones heterosexuales, necesidad de aprobación social, cambios físicos en la pubertad, medios de comunicación, entre otros.

*“Cuando era chiquitita y estaba en tercero o cuarto básico, igual como que a las niñitas gorditas las encontraban gorditas, tiernas y todo; pero cuando te empiezan a gustar los niños, cuando te empiezan a atraer, desde ahí comenzó el problema...”*

*“La mamá siempre le decía que estaba gorda: ¡estás gorda!, entonces como que a ella le atormentaba porque cómo tu mamá te pude decir que estás gorda, si se supone que la mamá es siempre la que te encuentra más bonita. Ella me decía: si mi mamá me encuentra gorda ¿cómo me encontrará el resto entonces?”*

*“Por ejemplo a una gorda, a una gordita no la van a aceptar en una escuela de modelaje, no la van a aceptar para ir a Rojo por ejemplo o Mekano, entonces en eso entra la obsesión de las más gorditas por ser flacas, ¡porque yo quiero ser como ellas, quiero ser como ellas...”*

En las situaciones que intervienen en las creencias en torno a la delgadez, surge una categoría emergente –factores protectores- en los discursos de las adolescentes, la cual hace referencia a experiencias y/o eventos que disminuyen el grado en que las entrevistadas generan creencias esquemáticas que valoran la delgadez y hacen que estas cogniciones no adquieran una significación especialmente relevante para éstas, debilitando de esta forma, que el modelo estético corporal predominante en la sociedad, influya en las adolescentes, impidiendo el surgimiento de cogniciones y conductas desadaptativas en torno a alcanzar este ideal de belleza -delgadez-.

*“Igual las dietas no me gustan, pero sí la comida sana, yo como sano y no es que esté a dieta, sino que me gusta alimentarme bien. Por ejemplo mi hermana se preocupa de hacer ejercicios, hace cosas sanas para mantener un cuerpo sano...”*

*“Ahí me puse a llorar; mi mamá me hacía cariño y me decía ¡pucha y tan linda mi chiquitita!, mi mamá siempre como que me sube la autoestima, nadie de mi familia me echa para abajo, nunca”*

*“Tengo dos amigas cercanas, una tenía anorexia y la otra tenía bulimia. Y a mí no me gustaba, yo las vi sufrir, creo que por eso yo tengo como un rechazo a todas esas cosas”*

Lo anterior hace pensar a las investigadoras que estas situaciones o experiencias protegen a las adolescentes de que las creencias que poseen en torno a la valoración de la delgadez, se consoliden en fuentes primarias de autodefinición. Es decir, estarían impidiendo la formación del esquema de delgadez.

Cuando se comparan los hallazgos descritos con el modelo de riesgo de los trastornos alimentarios de Smolak y Levine (ver pág. 32), surgen diversas reflexiones en

las investigadoras, en torno al papel que desempeña el esquema de delgadez en el inicio de un trastorno alimentario, ya que las situaciones o eventos que influyen en la formación de las creencias en torno a la delgadez son similares, en su gran mayoría, a los factores de riesgo –predisponentes y precipitantes- para el desarrollo de estos trastornos.

Es así que las investigadoras hipotetizan acerca de la formación del esquema de delgadez, sustentándose en los resultados obtenidos en el presente estudio, proporcionando las siguientes interpretaciones:

Las adolescentes en sus vidas –desde la infancia- han sido influenciadas por diversas circunstancias que las han llevado a generar creencias que brindan importancia a la delgadez (especialmente los mensajes del modelo estético corporal presentes en la cultura), constituyendo éstos, factores de riesgo para el desarrollo de dichas cogniciones. Ahora bien, se puede llevar a cabo la siguiente pregunta: ¿por qué para algunas adolescentes estas creencias que valoran la delgadez pueden llegar a transformarse en cogniciones desadaptativas, es decir, a constituirse en fuentes primarias de autodefinición?

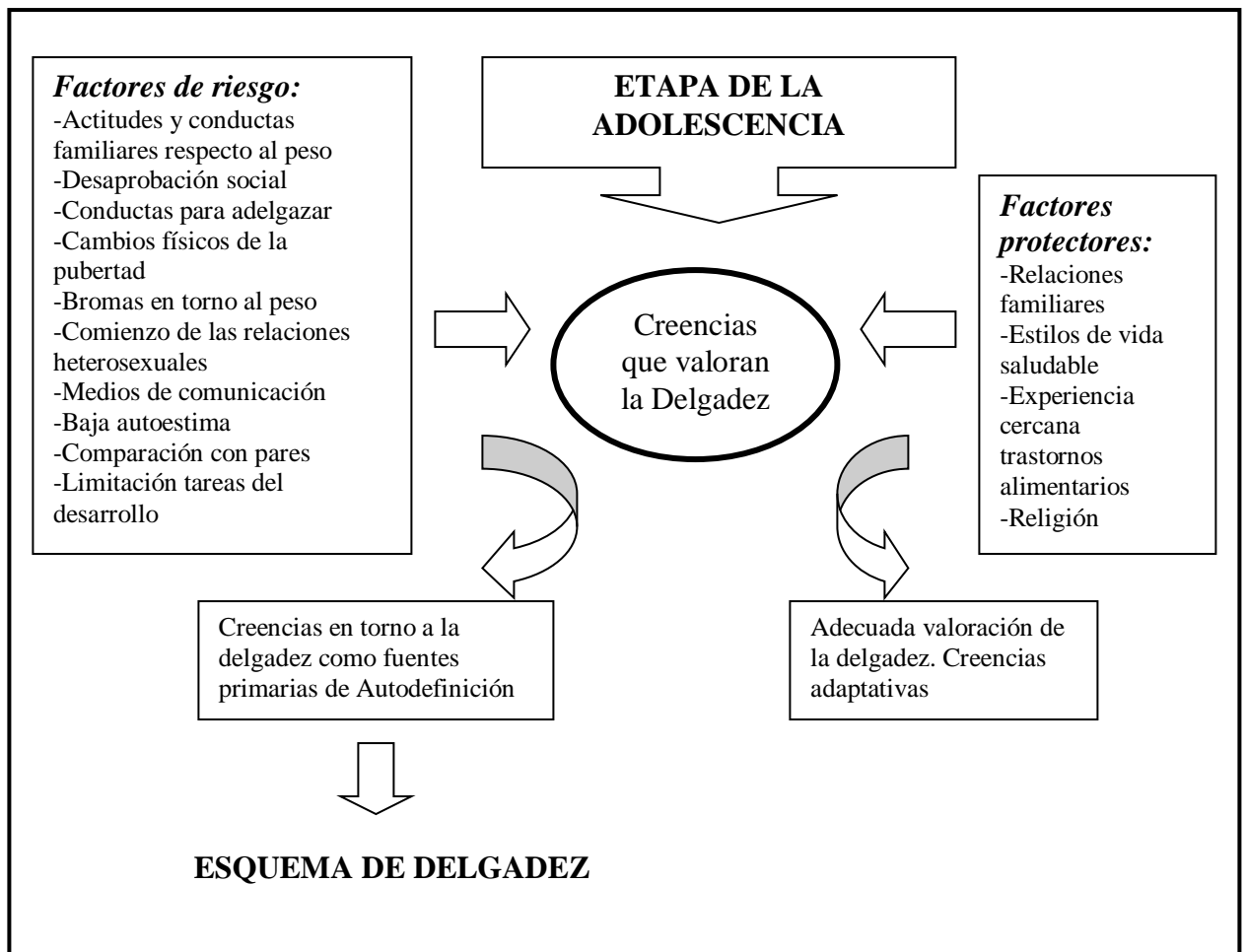
Es en este momento en el cual adquieren relevancia los factores protectores antes mencionados, siendo éstos un obstáculo para que estas creencias en torno a la delgadez se arraiguen en las cogniciones de las adolescentes, disminuyendo la probabilidad de que éstas se autodefinan en torno a la delgadez, es decir, impidiendo el desarrollo del esquema de delgadez.

Por tanto, muchas de las personas que viven en esta cultura en la que se privilegia la delgadez, presentarían –como señalan Vitousek y Hollon- estructuras cognitivas que codifican información sobre lo que significa ser gordo o flaco, generando

en mayor o menor medida, una valoración hacia la delgadez. No obstante, no todas llegarían a presentar creencias esquemáticas que sobrevaloren la delgadez o se autodefinan en torno a ésta (esquema de delgadez).

Para lo anterior, las investigadoras formulan la hipótesis de que ello se produciría cuando comienza la etapa de la adolescencia, ya que es en esta etapa y no antes (tal como lo señala Smolak y Levine), donde cobran sentido los factores de riesgo y de protección antes mencionados; es en la disputa entre éstos, lo que generará que las adolescentes se autodefinan en base a la delgadez o bien, desarrollen creencias que valoren la delgadez adaptativamente, como se esquematizará a continuación.

**Figura 6.**



Todo lo anterior, hace reflexionar en torno a si este esquema de delgadez sería un factor de riesgo más entre muchos otros predisponentes, como es planteado en el modelo de Smolak y Levine; o más bien constituiría una especie de “mediador” entre los diversos factores de riesgo y el inicio de un trastorno alimentario. Por tanto, las investigadoras proponen que se debería considerar al esquema de delgadez como un factor más “específico” entre los otros factores de riesgo para el desarrollo de un trastorno alimentario.

En este sentido, se corrobora y comprende lo descrito por Smolak y Levine en torno al esquema de delgadez, quienes consideran que éste “puede representar la esencia de los trastornos alimentarios, en particular, de la anorexia y la bulimia nerviosa, y favorecer los trastornos subclínicos, las dietas restrictivas y los ejercicios físicos compulsivos” (cit. en Vandereycken et al, 2000).

## SUGERENCIAS Y REFLEXIONES

Basándose en los fundamentos actuales en el ámbito de la salud que privilegian y promueven líneas de prevención, y que los resultados del presente estudio brindan importancia al esquema de delgadez como un factor de riesgo en el inicio de los trastornos de la conducta alimentaria, es que se considera relevante esta primera aproximación al conocimiento de dicho constructo en nuestro contexto local y se propone la continuación de investigaciones, que describan y expliquen a cabalidad este constructo. De forma que desde la psicología se generen conocimientos teóricos y prácticos, que aporten a la disminución de los trastornos de la conducta alimentaria.

Se cree necesario continuar con la profundización del esquema de delgadez mediante un estudio descriptivo, tomando en consideración los hallazgos antes mencionados, ya que este estudio corresponde a un primer nivel de análisis en el proceso de aproximación al esquema de delgadez. Para tal efecto, se debe incorporar a población adolescente en riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria, de forma de acercarse a las creencias esquemáticas en torno a la delgadez que posee este grupo de adolescentes, de manera de establecer descripciones de éstas, tomando en consideración aquellas situaciones en que la delgadez resulta importante para las adolescentes.

En relación a la metodología utilizada en el presente estudio cabe mencionar que ésta facilitó el acceso a las experiencias subjetivas de las adolescentes en torno a la valoración de la delgadez, obteniendo gran riqueza en los resultados, permitiendo

acercarse al conocimiento de estas creencias, lo cual, al parecer, resultaría dificultoso mediante metodologías cuantitativas (cuestionarios autoaplicados).

No obstante, las investigadoras consideran que no se logró la profundización óptima en las entrevistas, por lo cual se recomienda realizar un mayor número de entrevistas por informantes, y potenciar el establecimiento de una relación interpersonal más próxima con las entrevistadas, donde variables como la empatía y el vínculo faciliten la obtención de la información, disminuyendo aspectos como la deseabilidad social y el oposicionismo, propios de la etapa de la adolescencia.

Para finalizar, sería interesante prestar mayor atención a los factores protectores, de forma que las intervenciones en prevención primaria otorguen un mayor énfasis al fortalecimiento de éstos, interviniendo en aquellos contextos en los que las adolescentes están expuestas a altos riesgos, como son la familia, pares y escuelas.

## REFERENCIAS

- Amezcua, J. A., Fernández, E. (2000). La Influencia del Autoconcepto en el Rendimiento Académico. Universidad de Granada. España. Disponible en:  
<http://fs-morente.filos.ucm.es/publicaciones/iberpsicologia/iberpsi8/amezcua/amezcua.htm>
  
- Andrade, M., Zacarías, I. (1998). Estilos de Vida y Conducta Alimentaria del adolescente. Ministerio de Educación, Programa MECE Media. Universidad de Chile. Santiago. Disponible en: [http://biblioteca.mineduc.cl/documento/est\\_vida\\_y\\_condu.pdf](http://biblioteca.mineduc.cl/documento/est_vida_y_condu.pdf)
  
- Arguelles-Galván, Y. (2002). Insatisfechos con Nuestro Cuerpo. Diario la Prensa, Suplemento Caleidoskopio. Disponible en [www.saludpanama.com](http://www.saludpanama.com)
  
- Badillo, H., Gajardo, O. (2002). Prevalencia de Factores de Riesgo para Trastornos de la Conducta Alimentaria en Adolescentes. Pontificia Universidad Católica. Santiago.
  
- Bravo, F., Marín, M., Molinari, A., Reyes, P., Soto, M.G. (2004). Adaptación Transcultural y Validación del Mcknight Risk Factor Survey IV, en población Adolescente de la Provincia de Valparaíso. Universidad de Valparaíso. Valparaíso.
  
- Brodsky (2004). Los Consejos para Prevenir la Anorexia y Bulimia. Diario La Tercera. Disponible en [http://www.mujierschile.cl/para\\_imprimir.php?opc=141](http://www.mujierschile.cl/para_imprimir.php?opc=141)

- Campanario, J.M., (2002). La Enseñanza de las Ciencias en Preguntas y Respuestas. Universidad de Alcalá. Madrid. Disponible en: <http://www2.uah.es/jmc/webens/79.html>
- Cervera, M. (1996). Riesgo y Prevención de la Anorexia Nerviosa y la Bulimia. Ediciones Martínez Roca. Barcelona.
- Chacón, L., Jiménez, K., Peña, D., Rain, C. (2004). Aproximación al Modelo del Autoconcepto en los Trastornos Alimentarios: Un Estudio Psicométrico del Esquema de Delgadez en Población Adolescente. Universidad de Valparaíso. Valparaíso.
- Chinchilla, A (1995). Guía Teórico-Práctica de los Trastornos de la Conducta Alimentaria: Anorexia Nerviosa y Bulimia Nerviosa. Masson. Barcelona.
- Chinchilla, A. (2003). Anorexia y Bulimia. Revista trabajadores de la enseñanza N° 243, p. 14.
- Crispo, R., Abrehan, S., Duker, M., Toro, J. (2004). Anorexia: ¿Enfermedad Social o Condicionamiento Genético? . Disponible en:  
[www.saludenfamilia.com.ar/vernoticias.php?sec1=Anorexia.tex](http://www.saludenfamilia.com.ar/vernoticias.php?sec1=Anorexia.tex)
- Delgado, J., Gutiérrez, J. (1995). Métodos y Técnicas Cualitativas de Investigación en Ciencias Sociales. Síntesis Psicológica. Madrid.
- De Vega, M. (1990). Introducción a la Psicología Cognitiva. Editorial Alianza. Madrid.

- Fabelo, J. (2001). Los Valores y los Desafíos Actuales. Buap. México.
  
- Félix G.A., Nachón M.G., Hernández T.G. (2003). Anorexia Nerviosa: Una Revisión. Revista Psicología y Salud, Vol. 13, Nº 1, p. 1405-1109.
  
- Fernández, F., Turón, V. (1998). Trastornos de la Alimentación. Guía básica de tratamiento en anorexia y bulimia. Masson. Barcelona.
  
- Fredes, D., Vicencio, C., Villanueva, G. (2004). Proceso de individualización de jóvenes universitarios de las ciudades de Viña del Mar y Valparaíso. Universidad de Valparaíso. Valparaíso.
  
- Gagné E. (1991). Psicología Cognitiva del Aprendizaje Escolar. Visor. Madrid.
  
- García, E. (2003). Anorexia y Bulimia: Fenómenos Poco Comprendidos que tienen Solución. Una Investigación Documental. Universidad Nacional Autónoma de México. México. Disponible en <http://www.psiquiatria.com/interpsiquis2003/9875>
  
- González, L., Hidalgo, M., Hurtado, M., Nova, C., Venegas, M. (2002). Relación entre Factores Individuales y Familiares de Riesgo para Desórdenes Alimenticios en Alumnos de Enseñanza Media. Revista de Psicología de la Universidad de Chile, Vol. XI, Nº 1

- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (1998). Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill. México.
- Hernández, F. (2004). Anorexia y Dinámica Familiar. Universidad Nacional Autónoma de México. México. Disponible en:  
<http://www.psiquiatria.com/articulos/tralimentacion/15137/>
- Krause, M. (1996). Métodos de Investigación Cualitativa. Minsal. Chile.
- Lemus, A., Rodríguez, C. (2003). Actitudes hacia la Promoción de la Delgadez en la Televisión y Trastornos de la Conducta Alimentaria: Un Estudio Correlacional en Estudiantes Universitarios. Universidad de Valparaíso. Valparaíso.
- Levine, M., Piran, N., Steiner-Adair, C. (1999). Preventing Eating Disorders a Handbook of Interventions and Special Challenges. Ediciones Brunner Mazel.
- López, C., García, A., Migallón, P., Pérez, A., Ruiz, C. & Vásquez, C. (1999). Nutrición Saludable y Prevención de los Trastornos Alimentarios. Disponible en:  
[www.mec.es/cide/publicaciones/textos/inn1999ns/inn1999ns00a.pdf](http://www.mec.es/cide/publicaciones/textos/inn1999ns/inn1999ns00a.pdf)
- López-Ibor, J., Valdés, M. (2002). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales: DSM IV TR. Masson. Barcelona.

- Marcó, M., de Gracia, M., Trujano, P., Turro, O., Olmo, R. (2004). Imagen Corporal, Autoestima y Actitudes Alimentarias en Preadolescentes. Universidad Nacional Autónoma de México. México. Disponible en:  
<http://www.psiquiatria.com/articulos/tralimentacion/15176/?++interactivo>
- Marín, V (2002). Trastornos de la Conducta Alimentaria en Escolares y Adolescentes. Revista chilena de nutrición. Vol.29, N°2, pp.86-91. Disponible en:  
[http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071775182002000200002&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071775182002000200002&script=sci_arttext&tlng=es)
- Medina, J.L. (2002). Guía de uso del Programa ATLAS ti. Documento policopiado. Universidad de Barcelona. Barcelona.
- Ministerio de Salud. (2001). Plan Nacional de Salud Mental y Psiquiatría. Gobierno de Chile. Santiago.
- Morandé, G. (1999). Conductas de Riesgo en Adolescentes. Trastornos por hacer Dietas. Anorexias y Bulimias Nerviosas. Revista Psykhe, Vol 8- N° 2.
- Muñoz, E., Vargas, M. (2004). Proceso de Construcción de Identidad de Adolescentes enfermos Crónicos: Un relato de vida. Universidad de Valparaíso. Valparaíso.
- Pastor, Y., Balaguer, I. (1999). Relaciones entre Autoconcepto, Deporte y Competición Deportiva en los Adolescentes Valencianos. Universidad de Valencia. España. Disponible en: <http://www.psicología-online.com/ciopa2001/actividades/57/>

- Polivy, J., Herman, P., (2002). Causes de Eating Disorders. Revisión Anual de la Psicología. Vol. 53: 187-213 Universidad de Toronto. Canadá. Disponible en: [http://arjournals.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.53.100901.135103;jsessionid=ogwq\\_FTIEg55?cookieSet=1](http://arjournals.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.53.100901.135103;jsessionid=ogwq_FTIEg55?cookieSet=1)
  
- Pozo, J. (1989). Teorías Cognitivas del Aprendizaje. Editorial Morata. Madrid.
  
- Raich, M. (1994). Anorexia y Bulimia: Trastornos Alimentarios. Editorial Pirámide. Madrid.
  
- Rumelhart, D., McClelland, J. (1986). Introducción al Procesamiento Distribuido en Paralelo. Alianza Editorial. Madrid.
  
- Stein, K., Nyquist, L. (2001). Disturbance in the Self: A Source of Eating Disorders. Article from Eating Disorders Review Vol. 12, Nº 1. The University of Michigan. Estados Unidos. Disponible en: [http://www.gurze.net/site12\\_5\\_00/newsletter18.htm](http://www.gurze.net/site12_5_00/newsletter18.htm)
  
- Taylor, S. (1996). Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación: La Búsqueda de Significados. Paidós. Barcelona.
  
- Valdés, M., Arroyo, M. (2004). Las Creencias Irracionales y la Autoestima como Estrategias de Afrontamiento en Anoréxicas y Bulímicas. España. Sevilla. Disponible en: <http://www.psiquiatria.com/articulos/tralimentacion/14718/>

- Vandereycken, W; Noordenbos, G. (2000). La Prevención de los Trastornos Alimentarios. Editorial Granica. Barcelona.

- Viken, R., Treat, T., Nosofsky, R., McFall, R., Palmeri, T. (2002). Modeling Individual Differences in Perceptual and Attentional Processes Related to Bulimic Symptoms.

Journal of Abnormal Psychology Vol. 111, No. 4, Universidad de Indiana: Estados Unidos.

Disponible en: [http://www.warwick.ac.uk/~psrcaj/Viken%20et%20al.%20\(2002\).pdf](http://www.warwick.ac.uk/~psrcaj/Viken%20et%20al.%20(2002).pdf)

# **APÉNDICE A**

## **Guión de Entrevista**

## 1) INFLUENCIA DE LA DELGADEZ EN LA AUTODEFINICIÓN.

• Cuando te piden hablar de ti misma, ¿cuáles de las características son más importantes al momento de definirte?

- Si tuvieras que definirte, ¿qué dirías de ti?
- ¿Cómo crees que te ven los demás?
- ¿En qué aspectos de ti misma crees que se fija el sexo opuesto?
- ¿Qué aspectos crees que tus amigos valoran más de ti?
- ¿Cuáles son las características que tu familia valora más de ti?
- ¿Cuáles de tus características mejorarías?

## 2) ATRACCIÓN – DELGADEZ

- ¿Qué características debería poseer una mujer de tu edad para que fuese atractiva?
- ¿Cómo es para ti una mujer atractiva? Descripción.
- ¿Qué aspectos de una mujer son importante para conquistar al sexo opuesto?
- ¿Cuál de esas posees tú?
- Si tuvieras que elegir tus mejores características, ¿cuáles serían?
- ¿Cuáles características de las que hemos hablado tiene tú?
- ¿Qué características te agregarías o te quitarías?
- Si no aparece la delgadez, preguntar por el aspecto físico, reflejándola.
- ¿Cómo sería un físico atractivo?
- Para ti ¿en que consistiría la belleza?

- ¿Por qué para ti no es importante el aspecto físico?

### 3) ÉXITO PERSONAL – DELGADEZ.

- Preguntar por una situación que le gustaría tener éxito.
- ¿Qué características tuyas crees que te servirían para desempeñarte con éxito en lo que te propongas?
- Cuando has tenido éxito, ¿a que crees que se ha debido?
- Si no aparece delgadez, reflejar.

### 4) FACTORES DE INFLUENCIA

- ¿Siempre te has descrito de la misma forma?
- ¿Cuándo podrías decir que empezó esto que me has contado?
- ¿En que momento de tu vida?
- ¿A que edad empezó a ser importante?
- Si tuvieras que volver atrás, como una línea de tiempo ¿en primero básico (otros)?
- ¿Dónde lo aprendiste? (televisión, revistas, amigos, etc).
- ¿Qué personas influyeron?
- ¿Qué situaciones influyeron?
- ¿Sucedió algún hito importante?

# **APÉNDICE B**

## **Entrevistas en Profundidad**

## Entrevista N° 1

### Paullette, contextura delgada, colegio municipalizado

E: Paullette, cuando te piden hablar de ti misma ¿qué características dirías que son más importantes al momento de definirte?

P: Ehh,, (duda) ¿en qué sentido? ¿físicamente o sentimentalmente?, ¿cuál de las dos?.

E: Las dos.

P: Ah, sentimentalmente me considero una persona que sé escuchar a los demás, me sé poner en el lugar de los demás, eh; trato de llegar a los demás y comparto mucho con todos, con todos; no le niego el espacio a nadie; eh eso...

E: ¿y físicamente?

P: O sea, yo me miro al espejo y me considero linda.

E: ¿qué es lo que encuentras lindo de ti?...

P: Eh, no sé; mi cara, mis ojos, mi boca, mi pelo; en eso; pero no me gusta el físico que tengo porque soy muy flaquita, soy muy delgada... eso es lo que no me gusta de mí.

E: No te gusta ser tan delgada.

P: Claro...

E: y ¿alguna otra característica que tú pudieras dar de ti misma?

P: Mmm. Que soy un poco deprimida. Me gusta como, en mi casa me gusta estar sola, en mi pieza. Pero cuando salgo me gusta estar con gente, con amigos... con gente.

E: Paullette, volviendo al tema de que cuando te miras al espejo te encuentras linda y además te encuentras muy delgada, entonces ¿cómo te gustaría ser?

P: No sé poh, un poco más gordita, es que soy muy delgada y me compran poleras apretadas pero me quedan sueltas, entonces eso es lo que me incomoda un poco... pero no, no me acomplejo, pero soy muy delgada, eso no me gusta; pero igual me pongo falda, normal.

E: y ¿cómo crees tú que te ven los demás?

P: Me ven como... algunos me ven como una persona, una niña súper madura, porque tengo catorce años y mi hermana tiene 16, y ella hace cosas que yo no hago; que debería de ser lo contrario. Me consideran madura, y eso...

E: Pero ¿qué cosas ella hace y tú no?

P: Haber, que ella está riéndose como todo el rato, es como súper buena pa' la talla; anda saltando y esas cosas. Tiene 17 y... yo no; estoy sentada, converso, esas cosas.

E: ¿Qué otra cosa más?

P: y bueno, que me dicen ellos que me consideran como una persona súper culta porque conversamos; con mis amigos conversamos de todo..., de la sexualidad, de la drogadicción, de historia. Conversamos de todo y... y yo me considero como una persona bien culta.

E: ¿y qué otra característica te gustaría tener?

P: ¿tener a mí?. Ninguna porque yo me siento bien como soy

E: Y físicamente ¿cómo te ven los demás?  
P: Me... me considero una persona, como yo soy; me dicen que soy bonita y que soy delgada, nada más; como yo me considero.  
E: Y ¿te gusta cuando te dicen que eres delgada?  
P: En parte me gusta pero en parte no... porque soy muy delgada, pero de repente hay gente que es como... haber como me explico...  
E: Con tus palabras...  
P: Es que hay gente que es gordita y no sabe cómo bajar de peso y yo no sé cómo subirlo, entonces digo ¡ya! Yo quiero subir pero después no voy a saber cómo bajar; entonces hay veces que prefiero quedarme así... delgada.  
E: O sea que de alguna forma igual te gusta ser delgada  
P: Claro  
E: Es más complicado bajar de peso...  
P: Claro  
E: ¿Qué características crees tú que debería tener una mujer de tu edad para que sea atractiva?  
Silencio prolongado.  
P: ¿Cómo? ¿cómo? ¿qué tendría que tener una niña de mi edad para ser atractiva?  
E: Mm  
P: No sé, siendo natural; siendo súper natural.  
E: ¿Algo más?  
P: Mmm no, nada más  
E: ¿Ninguna característica más?  
P: Que sea natural, que sea simpática, que no, que no ande cargoseando a los demás; o sea, que sea natural y simpática.  
E: y ¿cuál crees tú que de estas características tendrías?  
P: El ser natural  
E: O sea que te consideran natural...  
P: si  
E: ¿qué es ser natural?  
P: No fingir ser alguien que uno no es, o sea yo soy así y en todos lados soy así; yo no me meto con nadie, no peleo con nadie y... No por ejemplo: yo aquí voy a ser una persona y en otro lado otra, y en otra parte otra, no. O sea, soy la misma en todos lados  
E: O sea que eres coherente en tu forma de comportarte. ¿Y físicamente tendría que haber algún rasgo para considerarte atractiva?  
P: No necesariamente, no necesariamente. Porque hay gente que prefiere que las personas sean naturales a que sean atractivas; porque hay personas que no son naturales, que son cínicas. Y esa gente, al menos a mí esa gente me cae mal... que es cínica.  
E: Tú consideras que para ser atractiva hay que ser natural; pero físicamente ¿tendría que haber algo que acompañe a esa otra característica?  
P: Mmm, no.  
E: Y si tú tuvieras que elegir entre tus características. ¿Cuáles serían las mejores? ¿Cuál elegirías tú?  
P: ¿En cuánto a qué?  
E: A todas las características que me has descrito  
P: El ser capaz de escuchar a los demás... en eso más que nada.  
E: ¿Los demás ven bien el que tu los escuches?

P: Sí.  
 Risas  
 E: Es algo valorado  
 P: Claro  
 E: ¿y en todas partes se valora o en algunas partes no?  
 P: En la mayoría de las partes  
 E: ¿y hay alguna característica que te gustaría tener?  
 P: No  
 E: ¿y alguna que te gustaría quitar?  
 P: ¿quitar?... que... soy como un poco rencorosa, eso  
 E: ¿Cómo sería para ti una persona físicamente atractiva?  
 P: una persona físicamente atractiva... que sea bonita  
 E: y ¿cómo es ser bonita para ti?  
 P: para mí (silencio prolongado) no sé, que tenga lindo físico, que tenga una linda nariz, ojos lindos, eso... pequeños detalles que otras personas no tienen  
 E: Mm; pero haber... lindos ojos, linda nariz, ¿qué más?  
 P: una persona linda entera  
 E: haber, trata de describirme algo más  
 P: Una persona que tenga lindos ojos, una linda nariz, linda boca, lindo físico  
 E: y ese físico ¿cómo sería?  
 P: Es que no sé, no necesariamente ser delgada, porque hay gorditas que son bonitas... entonces el físico, no sé.... Tiene que ser linda no más. Tiene que ser más linda de cara que de cuerpo.  
 E: Eso es lo que tú percibes, pero los demás ¿cómo percibirían a una persona atractiva?... tú tienes amigos, ¿cómo ven ellos a una persona atractiva?  
 P: Son como súper fijones en ese sentido. Ellos quieren a una niña perfecta, que tiene que ser delgada, con buenas pechugas y con buen trasero; y bonita de cara.  
 E: ¡Exigentes!, ¿y tú crees que a parte del físico ellos se fijan en otras cosas?  
 P: Sí, igual se fijan en otras cosas; en cómo es la persona por dentro.  
 E: ¿y se fijarán en ambos aspectos en la misma medida? ó ¿en un aspecto más que en otro?  
 P: Es que algunos se fijan en las dos cosas; en cómo es por dentro y en el físico. Unos se fijan en unas y otros se fijan en otras. Algunos sólo se fijan en cómo es por dentro; otros se fijan sólo en el físico. ¡Está todo mezclado!  
 E: tus compañeras ¿qué hablan entre ellas? ¿se fijan en lo de adentro o en lo de afuera?  
 P: en lo de afuera  
 E: ¿en el aspecto externo?  
 P: Como dicen ellas, tiene que ser mino, tiene que ... no sé, tiene que estar en el Eduardo de la Barra, porque si no, no se acercan a ellos. Son como un poquito “huequitas”, no sé...  
 E: y físicamente ¿cómo debe ser la contextura física de los hombres?  
 P: No sé, tiene que ser rico, o sea, yo no sé lo que quiere decir ¡ah el mino rico!; yo no sé, yo no estoy muy de acuerdo con el término que usan ellas.  
 E: ¿qué es para ti un mino rico?  
 P: No sabría decirte, porque un mino rico no sé; ellas deben imaginarse un rubio, alto, ojos azules y ¡na’ que ver! Para mí un mino rico no existe, es como cualquier otro no más, porque puede haber uno igual o mejor que él, no sé poh.

E: Entonces, ¿tú dirías que el aspecto físico es importante para las niñas de tu edad?

P: Para mí no, o sea, el físico y el cuerpo me da lo mismo, si es flaco, es delgado o es gordo.

E: te da exactamente lo mismo...

P: me da igual

E: ¿Hay alguna situación en la que te gustaría tener éxito o lograr algo?

P: no

E: ¿tienes alguna meta a futuro?

P: o sea sí, a futuro sí, muchas...

E: ¿Cómo cuál por ejemplo?

P: Sacar mi carrera y... es que quiero estudiar literatura y que la gente conozca mis libros. Y eso me gustaría más... escribir libros.

E: ¿dónde quieres estudiar literatura?

P: en la Universidad, en cualquiera, me da lo mismo.

E: esa es una meta para ti a futuro, pero ¿existe alguna meta que desees lograr en forma más inmediata?

P: Es que aquí en el colegio yo no me pongo metas, yo me pongo más metas afuera, a futuro... porque cuando yo estaba más chica, no sé, me ponía metas; es que soy una persona que se pone una meta y siempre las cumplo, siempre las hago y eso es lo bueno. Yo considero que digo algo y lo cumplo y por eso soy la envidia en el curso; y a la mayoría del curso les caigo mal.

A la mayoría las conozco de primero básico, pero nunca se dan el tiempo de saber porqué soy así y yo tampoco me doy el tiempo de saber porqué son así conmigo.

E: ¿y a ti te va bien en el colegio, en las notas...?

P: Sí, se podría decir que sí

E: Tú dices que todas las cosas que te has propuesto las has logrado ¿podrías decir que eres una persona exitosa?

P: En lo que yo me proponga

E: ¿y qué características tuyas crees que te han servido para lograr estas cosas?

P: Me esfuerzo mucho para llegar, si yo quiero algo me la juego, me empeño mucho en eso.

E: ¿Podríamos decir entonces que eres una persona perseverante?

P: claro, de repente me pongo metas y me salen más allá de lo que yo quería.

E: y además de ser perseverante ¿qué otras características han ayudado a que logres lo que quieres?

P: (silencio). No, yo creo que eso no más. Porque si yo no fuera perseverante las cosas no van a funcionar. Porque si... si es una meta para mí, soy yo la que tiene que hacer las cosas porque ninguna otra persona las va a hacer. Si es una meta mía la tengo que alcanzar porque yo me lo propuse así poh; más bien es perseverancia.

E: Y ¿alguna vez te has propuesto como meta conquistar a algún niño?

P: sí

E: y ¿Cómo te ha ido?

P: Bien

E: Cuéntame un poco ¿qué has hecho?

P: Es como volver a lo mismo, o sea... ser natural, conversar con él; no sé poh, cosas así

E: Y... te acercas, lo ubicas... ¿cómo lo has hecho?

P: No, no lo ubiqué. Es que tenemos un grupo de amigos y de ahí...

E: Era del grupo. Y ¿cómo te acercaste a él?

P: No sé, nos pusimos a conversar, eh; como yo era nueva en ese grupo. Porque están juntos como del '99 y yo me acerqué recién el año pasado; entonces me empezaron a conocer y empezaron a hacer algunas preguntas acerca de cómo era yo; y yo empecé a hacerles preguntas a ellos y así...

E: ¿y resultó?

P: Sí, si resultó

E: Que bueno

(Risas)

E: Volvamos al paso en que te lo propusiste y resultó ¿qué pasó ahí? ¿Qué características tenías tú que resultó a parte de la perseverancia?

P: Por ejemplo arreglarme un poco más, conversar con él eh... y no sé

E: ¿Qué te habrá ayudado? ¿ayudó tu físico, tu cuerpo, tu pelo, tu inteligencia?

P: Es que este niño es mayor que yo, tiene 18. Como yo tenía 13, a él le gustó la madurez que yo tenía, eso le gustó.

E: ¿Te lo dijo él?

P: Sí, él pensaba que yo era la mayor, como estaba con mi hermana, ella tiene 17 y pensó que yo era la mayor debido a cómo yo me comportaba y a cómo ella se comportaba; entonces eso le gustó, mi madurez

E: y así como él se fijó entre todas tus características personales en la madurez ¿los demás niños en qué fijan de ti?

P: Es que no sé como explicarte, porque a algunos les gusta la madurez, a otros les gusta que soy espontánea, a otros les gusta la apariencia, eso.

E: ¿Tienes suerte con los niños?

P: Sí

E: ¿No te ha sido difícil?

P: No

E: ¿El aspecto físico jugará a favor?

P: Ahí no sé, no sabría decirte

E: Pero uno sabe más o menos...

P: No, yo pienso que no, yo soy más, no sé, como algo más psicológico; que le gusta como pienso, como hablo

E: Ése es tu fuerte

P: Claro (risas)

E: Ahí llegas bien. Pero tú me decías que cuando te miras al espejo te encuentras (interrupción)

P: Claro

E: ¿Eso influye o no?

P: Sí porque una vez me dijeron que era una mezcla de una persona linda con una persona madura, y que eso les gustó (risas)

E: Entonces ¿influye de alguna manera el ser linda?

P: Claro

E: ¿Influyen las dos cosas?

P: Sí

E: ¿Cuándo te arreglas qué haces?

P: Me delíneo los ojos, me los pinto con rimel, me pinto la boca, nada más

E: ¿Qué ropa te pones? ¿te pones una ropa especial o siempre la misma?

P: Es como... de repente me visto de negro, ando de mezclilla  
E: Pero ¿qué tipo de ropa usas? Por ejemplo jeans ajustados, anchos...  
P: De todo un poco  
E: ¿Prefieres la ropa ajustada o más suelta?  
P: Ajustada  
E: ¿Por qué te gusta más la ropa ajustada?  
P: No sé, encuentro que se ve más linda que la suelta  
E: ¿Por qué crees que se ve más linda? ¿cuál es la diferencia?  
P: A mi gusto, la suelta es como..., es que eso también va en la persona que se la ponga, o sea, yo tengo blue jeans sueltos y apretados; y al menos yo encuentro que me quedan bien.  
E: ¿la ropa apretada tendría que usarla alguien a quien se le vea bien?  
P: Mm sí, que se le vea bien  
E: Pero ¿cómo se ve bien?  
P: Es que no es que se vea bien, es que hay personas que se les ve mal la ropa porque son...(piensa) no sé, tienen otro estilo; por ejemplo las trachers con pantalones apretados yo encuentro que les queda mal, porque se los ponen muy exagerados, lo usan apretado, muy apretado  
E: Ya  
P: Entonces... hay pantalones bien ajustados, ajustados y otros que no  
E: ¿Qué aspectos crees tú que tiene que tener una mujer para conquistar al sexo opuesto?  
P: ¿Cómo?  
E: ¿Qué características debiera tener una mujer para conquistar a un hombre?  
(silencio) O ¿qué aspectos en una mujer son importante para poder conquistar?  
P: Es que yo creo que eso va en cómo es cada uno, porque yo no puedo decirle a otra persona: sabís que tú tenís que hacer esto, esto y esto otro. No sabría como poner nota porque si a una amiga le dijera que fuera natural, que tuviera personalidad; pero ella no es igual que yo; entonces tal vez le va a costar un poco más t en mi caso no  
E: En tu caso dijiste que era importante el ser natural, además que era importante el aspecto físico. Por ejemplo si tú fueras a una fiesta con una amiga y te encontraras con alguien ¿qué harías?  
P: No sé, me pondría a conversar, es que primero me doy tiempo de conocer a la persona; y no es llegar y darle un beso, o sea, en una fiesta yo no lo hago... me pongo a conversar, tiene que haber como una especie de conocimiento de la otra persona y después ahí veo.  
E: Y si están todas tus amigas juntas en un grupo ¿los hombres a quién sacan a bailar?  
P: A mi hermana y a mí  
E: Y ¿cuántas mujeres son en el grupo más o menos?  
P: Es que estoy en dos grupos; en el grupo de confirmación y en otro grupo a parte, en éste son seis hombres y tres mujeres  
E: ¿Son tres mujeres?  
P: O sea, las que nos juntamos más somos tres mujeres. Mis dos hermanas y yo, y otra amiga que a veces va conmigo  
E: Y a tu amiga ¿no la sacan a bailar?  
P: Es que ella trabaja y sale con el pololo, por eso  
E: ¿Tienes más hermanas?  
P: Son tres más, somos cuatro

E: Pero ¿sales con ellas?, ¿qué edades tienen?

P: Una tiene 22 y la otra 17

E: dijiste que sacan a bailar a tu hermana y a ti ¿esa hermana es la de 22 o la de 17?

P: A las tres, es que cuando vamos a fiestas; mi hermana de 22 son pocas oportunidades en las que ella baila

E: y en el otro grupo ¿también estás con tu hermana?

P: Es que con mi hermana somos súper pegadas y dos amigas más

E: ¿Y salen con ellas a bailar a las fiestas? De este grupo ¿quiénes son las que tienen más popularidad o a quiénes sacan más a bailar?

P: Mi hermana y yo también (risas), es que los otros se conocen. Es un grupo de amigos; a confirmación iba un grupo de amigos y nosotras estábamos ahí, entonces ahora nos juntamos; y como entre ellos se conocen, ahora nos quieren conocer más

E: ¿Qué pasa con ustedes dos? ¿por qué las quieren conocer? ¿qué otras características tienen?

P: La Nina les cae bien, porque es como súper loca, es como todo lo contrario a mí. Ella tiene más edad y es como desordenada, más alegre. Yo también soy alegre, pero aquí en el colegio me da lo mismo, les caigo mal. Es que la mayoría de las personas, para la edad que yo tengo me consideran madura, eso les llama la atención de mí; porque en confirmación hay una niña que es mi amiga y tiene la misma edad que yo y es como súper gritona ¡como que hay!

E: a las niñas que no las sacan a bailar ¿por qué no las sacarían?

P: Porque son como aburridas, como que no se apegan mucho, como que no comparten mucho

E: ¿Cómo consideras el físico de tu hermana?

P: Es delgadita

E: ¿Son todas delgaditas?

P: Sí

E: Y si fueran gorditas ¿las sacarían a bailar?

P: Sí, porque no va por el aspecto físico, va más por lo de adentro

E: Pero al parecer a ti te gusta ser delgada...

P: Silencio. Claro. Si en ese caso es distinto, porque hay delgadas como que no piensan, no sé, son como.... Uno les pregunta algo y contestan otra cosa, andan hablando de las fiestas o del mino y eso a mí... Yo hablo de eso, pero también hablo de todo, o sea, con mis compañeras hablo de política, así como de todo un poco: de economía, de la onda... Pero en el caso de que si fuesen gorditas yo cacho que igual.

E: ¿Qué aspectos crees tú que tus amigos valoran más de ti?

P: Silencio. Que soy alegre, es una mezcla de alegría, o sea, para pensar me dicen que soy madura, pero igual comparto con ellos, me río con ellos, todo con ellos.

E: O sea una persona madura no tiene porqué ser seria.

P: ¡Claro! Hay que ser madura, pero en una fiesta uno no puede estar seria, en una fiesta yo me río, comparto. Cuando conversamos cosas tristes estoy seria, cosas así.

E: ¿Qué es ser madura para ti?

P: Es como saber comportarse, ubicarse en el caso que uno está.

E: ¿Qué aspectos tuyos crees que tu familia valora más de ti?

P: Que soy de esas personas que me gusta sentir a los demás, o sea, yo amo tanto a la gente que me gusta andar abrazándola, tocando, conversan con ellos, andar dándoles besos, así.

E: ¿Algo más valoran de ti, a parte de ser cariñosa?

P: La perseverancia que tengo. Mi papá me dijo que yo era la persona que daba menos problemas en la casa, de que yo era la herramienta para ayudar a todos. Si estamos todos mal, yo ayudaba a que no estuvieran tan mal.

E: ¿Cómo te sientes con eso?

P: Me siento bien porque soy así. Porque a mí no me gusta ver a la gente deprimida, no me gusta. Como dije me gusta tratar de escuchar y ayudar; en mi familia hago eso, trato de ayudar con lo más mínimo para que la otra persona se sienta bien.

E: ¿Quién hace algo para que tú te sientas bien?

P: Silencio. Yo pienso que toda la gente que me rodea.

E: Supongamos que a ti te gusta mucho un niño y tienes una cita ¿qué aspectos tuyos hacen sentirte segura en ese momento?

P: Yo soy una persona que me siento muy segura de todo lo que hago. Que lo haga bien o lo haga mal me siento muy segura de mí misma, me apoyo mucho en mí.

No sé, como que se supone que yo estoy esperando el momento, poniéndome a conversar de cualquier cosa, es como más en conversación. Es como lo que me dijo usted, yo no puedo llegar a una fiesta y decir: sabes que me gusta este mino y me lo pincho, no porque si no lo conozco no sé a quien le voy a dar un beso; pero si lo conozco de antes...

E: Pero no necesariamente en una sola salida puedes darle un beso a una persona, tal vez vas haciendo en más salidas el camino para conocerlo.

P: Claro.

E: ¿Qué aspectos en esas salidas te hacen sentir que vas bien?

P: Yo pienso que mi seguridad. Porque una amiga iba a salir, pero no pasó nada, porque decía que no estaba segura, yo le decía ¡anda!, al final fue, pero no hizo nada.

E: ¿Qué aspectos tuyos te dan seguridad?, ¿te preocupas de algunas características en especial?

P: Es que no planifico nada. A veces digo: ya, vamos a dar una vuelta y puede que ahí... ¿pero segura de qué aspectos?, yo misma, nada más.

E: Por ejemplo hoy día para esta entrevista habrían muchas chiquillas que se sentirían nerviosas, y yo a ti te veo muy tranquila, ¿a qué se debería esta tranquilidad?, ¿qué características tienes tú que te sientes tan cómoda aquí?

P: No sé, porque como que sé que puedo responder, porque yo me conozco bien, entonces eso es lo que me tiene más segura. Yo me doy cuenta que soy muy segura, los amigos o la gente que me conoce dice que yo soy muy segura, eso.....como todo lo que he dicho ahora.

E: Hace un rato hablamos de las metas... bueno tú quieres estudiar en alguna universidad, para que tú fueras exitosa en ello ¿de qué te preocuparías tú, si tuvieras unas entrevista oral o personal?

P: De ir bien presentada, porque también la presentación influye; de hablar bien, de sentarme bien, como de tener buenos modales, de ser bien educada, eso.

E: ¿Cómo describirías ir bien presentada?, ¿cómo te prepararías para ello?

P: No sé, me pondría un pantalón de tela, una blusa, un blazer, me arreglaría.

E: ¿Cómo te arreglarías?, ¿te maquillarías?

P: Lo mínimo. También me preocuparía de qué voy a hablar, o sino me van a hacer las preguntas y no voy a saber que contestar.

E: Tú nos señalabas que eras muy natural, espontánea, perseverante, segura y madura; ¿siempre te has descrito de esta misma forma?

P: Silencio. No

E: ¿Desde cuando empezaste a describirte así?

P: Del año pasado, porque el año pasado como que empecé a salir más; yo antes era como toda aburrída, me daban las cinco y ya estaba con pijama, me acostaba , como que era bien de mi casa. Pero el año pasado no.

E: ¿Qué motivo este cambio?

P: Donde conocí gente, me di cuenta como me podía comportar con ellos, como era yo con ellos; y ellos también se dieron cuenta como era yo, me lo fueron diciendo.

E: ¿Tú dijiste en algún momento: me voy a juntar con tal grupo o ellos llegaron a ti?

P: Silencio. No, a ver yo salí de mi casa y fui a la iglesia, porque yo participo en la iglesia; y ahí empecé a conocer de a poco, y después ellos llegaron a mí.

E: ¿Por qué esto no había pasado antes?

P: Porque antes no salía mucho. Sólo empecé a ir a la iglesia el año pasado.

E: ¿Por qué no salías antes?

P: Porque eran mi hermana mayor, con x (nombre), mis hermanas eran como muy juntas, ellas salían y yo me quedaba en casa, como yo soy la menor de las hermanas me quedaba en la casa los sábados, veías tele, ¡ahora no!

E: Entonces antes de ese momento no te describías como lo haces ahora.

P: No

E: ¿Cómo te describías entonces?

P: Como una persona fome, aburrída, apagada, así.

E: En el aspecto físico, ¿siempre te has sentido así como ahora?

P: ¿Delgada?, sí. Silencio. O sea no siempre, siempre; cuando entré al colegio me puse delgada.

E: ¿Cuándo más chiquitita eras.....?

P: ¡Gordita!, era gordita.

E: ¿Cómo adelgazaste?

P: Empecé a adelgazar de a poco, pero en quinto me puse a hacer gimnasia artística; y eso ayudó a que yo adelgazara.

E: ¿Hiciste dieta alguna vez?

P: No.

E: ¿Adelgazaste como solita con la gimnasia o tú te preocupaste?

P: Claro, no me preocupé. Yo entré al colegio y comencé a adelgazar, adelgazar.... Con la gimnasia quede como delgada.

E: Volviendo atrás, cuando tú no salías, ¿te preocupabas del aspecto físico?

P: No, porque yo me acepto como soy, flaca o gorda.

E: ¿Has realizado intentos para engordar?

P: No.

E: ¿Comes normal?

P: Sí, como las cuatro comidas del día, que son desayuno, almuerzo, once y cena también en la noche; de repente me como algo, pero no sé, no engordo.

E: Entonces es como tu contextura, al igual que tu hermana.

P: Sí. Pero mi otra hermana era delgada hasta antes del embarazado, pero como que con el embarazo empezó a engordar; pero ahora se va caminando al instituto, ¡y ahí empezó a adelgazar!

E: ¿Ella quiere adelgazar?

P: ¡Claro!, y todos queremos, porque ella es baja, no es muy alta, entonces no se vería muy bien si fuese gorda. Entonces todos le dijimos que se vaya caminando, que haga ejercicios. El caminar le ha dado harto resultado.

E: ¿Ustedes le dicen que se ve gordita?

P: Sí, risas.

E: Entonces ustedes no la quieren ver gordita.

P: ¡Claro que no!

E: Si tú engordaras ¿crees que te dirían lo mismo en tu casa?

P: Silencio. Duda. No. Porque a mí me quieren ver más gorda; pero mi mamá me dice que va a ser difícil que yo engorde, porque yo soy e contextura así.

E: De lo que nos has contado sobre tu pensamiento, donde lo psicológico es mas importante que lo físico, ¿qué crees tú que ha influido en ello?, ¿alguien o algo?

P: Silencio. Piensa. No lo vi en nadie.

E: ¿Tú familia?

P: No, lo que pasa es que con mi papá no tengo mucha comunicación, él es marino y lo veo dos meses al año, entonces es re poco. Y con mi mamá yo no tenía mucha comunicación, pero yo este año comencé a confiar más en ella en eso; pero no...como que las decisiones las tomo yo sola.

E: ¿Cómo te diste cuenta que era más importante la madurez que lo físico?

P: En mis compañeras. Porque es como típico que en todos los cursos hay esas que se creen minas y ellas se creen así, pero de pensamiento como que no piensan. Me di cuenta de eso, entonces yo dije: ¡son bonitas!, pero yo quiero ser bonita, pero no hueca. Entonces por eso me puse a ser así.

E: ¿De qué hablan tus compañeras por ejemplo?

P: No sé. Hablan de la tele, del Mekano, pero súper... (pausa), que para mí no tiene sentido. No se preocupan de pucha, de lo que esta pasando aquí, está pasando allá; como que no hablan de lo que esta pasando en la realidad. Hablan más de la tele, del Mekano, de las fiestas.

E: Nos contabas que algunas compañeras no te tienen muy buena, ¿a qué crees que se debería?

P: Porque cuando yo me propongo algo..., esto viene de chica, como yo hacia barras en gimnasia, era como la más importante: me abría de piernas, hacia la araña, todo eso. Entonces como que a mí me daban más importancia que al resto, entonces por ahí les empecé a caer mal, a parte que mi meta es como resaltar, es decir, hacer las cosas bien.

P: No sé porque les caigo mal, si yo no me meto con ellas (enojada). Haber yo me junto con cuatro o cinco personas en el curso.

E: ¿Tienen un grupo?

P: No, solo converso.

E: ¿Qué características tiene esas compañeras con las cuales conversas?

P: Que yo sé que con ellas voy a poder conversar de todo, no como con las demás, no como con las otras. Porque si yo, no sé, hablase de economía o de cualquier otra cosa, que no fuese de fiestas, de Mekano, del mino, que yo pinché con este, que pinché con otro; me considerarían así como tonta; pero yo no me considero tonta, las considero más tontas a ellas.

## Entrevista N° 2

### Alexandra, contextura mediana, colegio municipalizado.

E: Cuando te piden describirte ¿qué dirías de ti?

A: ¿Física o psicológicamente?

E: Los dos.

A: Psicológicamente soy amistosa, me gusta reírme y a veces soy enojona, pero en mi casa, afuera siempre ando tirando la talla ¡me gusta reírme! Y físicamente... no se poh, usted me está viendo.

E: ¿Me interesa saber cómo te ves tú?

A: Bueno, yo... cuando me miro al espejo no sé po, a veces me siento bonita, a veces fea y gordita, eso.

E: ¿Algo más?

A: Mi pelo no me gusta mucho, la cara no la cambiaría mucho. Yo soy ni tan alta ni tan baja.

E: Ahora ¿cómo crees que los demás te ven a ti?

A: Bueno cuando dicen hazlo con ella dice “que soy chistosa tú”, siempre me dicen eso o que a veces les levanto el ánimo. Y físicamente no sé, depende a quién le pregunten.

E: ¿Cómo así?

A: Depende si son hombres o mujeres.

E: Cuéntame.

A: Las mujeres no se po, me encontrarán, o sea ¡todos! Me encontrarán así gorda, porque ¡soy gorda!, no sé que más, eso.

E: Es decir, si dirían algo de ti sería que eres gordita.

A: Si tuvieran algo que decir de mí sería que soy gorda.

E: ¿Has escuchado algún comentario al respecto?

A: Sí, porque a veces mis compañeros del año pasado me molestaban, los del otro colegio, allá en Placilla. El otro colegio era de básica y me cambie; allá todos me molestaban, a veces cuando alguien me andaba buscando decían “ahí está, esa gordita que está ahí!

E: ¿Estabas en colegio mixto?

A: Sí, ahora el liceo es de puras mujeres.

E: ¿Desde que curso estuviste ahí?

A: Desde kinder, desde siempre con el mismo curso.

E: ¿Qué características crees tú que debería tener una mujer de tu edad para que fuese atractiva?

A: ¿Para los hombres?...No sólo tiene que ser bonita, yo creo que tiene que ser simpática y agradable estar con ella. Y...para ser atractiva hay que tener valores; porque por ejemplo yo he visto acá niñas que son bien bonitas, pero son ordinarias y esas cosas. No sirve tanto lo de afuera, son bonitas, pero son súper tontas.

E: Y físicamente ¿cómo tendría que ser para que fueses atractiva?

A: No encuentro que tenga que ser tan, pero tan flaca, así como en los huesos. Igual gorditas atractivas hay. Yo creo que lo más importante es ser mediana, ni tan gorda ni tan flaca.

E: De estas características ¿cuales tienes tú?

A: Simpática, igual tengo valores, que soy inteligente.

E: ¿Te va bien en el colegio?

A: Sí, yo encuentro que sí.

E: ¿Y físicamente que características tienes de una mujer atractiva?

A: Ehhh, yo creo que sí soy atractiva, porque igual no me va tan mal con los “cabros”... no me va tan mal con ellos, me molestan mucho, me dicen de leseo o me dicen “¿quieres pololear conmigo?”. Lo que pasa es que cuando vengo para acá no me arreglo, pero allá donde vivo voy a la iglesia; yo paso con ellos no más, lo paso bien y allá sí que me arreglo, allá me pinto, me visto bien y todo eso. Pero acá no me gusta venir a pintarme, porque a veces acá en la sala están todas pintándose, no sé para que, si acá hay puras mujeres; claro que no por eso van a andar todas desordenadas, pero se pintan mucho, mucho, si estamos puras mujeres no más.

E: Alexandra ¿qué características tuyas te gustaría quitar?

A: Psicológicamente me gustaría que se me quitara ser tan enojona a veces con mi mamá, porque a veces le contesto. Y me gustaría ser un poco más humilde, no siendo tan soberbia, porque a veces cuando mi mamá me reta, yo no le hablo más, claro que después de un rato se me pasa. Y físicamente me gustaría ser más delgada, y esto trabajando para eso.

E: ¿Qué estás haciendo?

A: Estoy haciendo dieta; es que yo soy buena... no tanto para los dulces, sino que para la comida, entonces como que mi mamá me está sirviendo poca comida. Yo soy gorda por la comida, me encanta comer y comer, me gusta almorzar y el pan.

E: ¿Cuándo te empezaste a preocupar por bajar de peso?

A: Es que yo siempre pensaba ¡ya! Mañana voy a empezar y siempre no falta el que te dice “quieres esto o te traje esto...”. Entonces no puedo decir que no, me falta fuerza de voluntad.

E: ¿Ahora cuándo empezaste con la dieta?

A: Desde ayer nos pusimos con mi hermana a dieta, las dos.

E: ¿Tú hermana es parecida a ti?

A: Mi hermana está preocupada por bajar, pero ella no es tan gorda. Bueno, no es que yo sea tan, tan gorda tampoco, es que lo que a mí me importa es bajar la guata.

E: ¿Cuantas hermanas tienes tú?

A: Una más, tiene 26 años, igual es harta la diferencia y un hermano más chico.

E: ¿Porqué ella también quiere adelgazar?

A: Ella también quiere adelgazar la guata, lo demás no. Solamente que las dos somos muy guatonas, lo demás no es tanto, ¡somos muy guatonas!, entonces queremos bajar las dos la guata.

E: ¿Cómo es tu mamá?

A: ¡Gorda!

E: ¿Ella hace algo por adelgazar?

A: Mi mamá también quiere colocarse con nosotras a dieta, pero ella no puede dejar de comer tan bruscamente, porque ella tiene diabetes.

E: Tú papá Alexandra ¿también es de la misma textura?

A: Noooo, mi papá es flaco, ¡él dice que es de raza fina!

E: Cómo, explícame eso.

A: Es que mi hermano chico tiene 11 años, también es flaco, come y come y es flaco, igual que mi papá; mi hermano come más que todos en la casa ¡me da tanta envidia!...eso...ellos son distintos.

E: ¿Por qué quieres bajar la guatita?

A: Porque cuando me coloco poleras siempre la guata se ve, todo eso, entonces ¡se ve feo!. Y peor ahora que viene el verano, debería haberme puesto a dieta antes, pero siempre al final yo me coloco a dieta.

E: ¿Antes habías hecho algo para bajar de peso?

A: Sí, antes si hacia cosas para bajar de peso, pero como del año pasado; porque antes yo no era tan gorda tampoco. Solamente que mi mamá puso un negocio, entonces ahí empezamos todos a comer más, porque como había hartas cosas, por eso. Pero ahora como ya no lo tiene, ya hemos dejado de comer tantas cosas. Por ejemplo para el pan siempre había fiambre, palta, huevo, siempre, siempre. Ahora ya no comimos tanto de esas cosas.

E: Alexandra ¿qué otras características te gustaría tener?

A: (silencio), no sé, nada, sólo quitarme.

E: Con mi compañera nos hemos dado cuenta que en las otras entrevistadas aparece mucho el tema de la delgadez y del peso, me llama la atención que ti no tanto ¿por qué crees que es así?

A: Yo creo que a muchas le importa la delgadez por la televisión, donde ven esas modelos quieren ser como ellas; pero yo no quiero ser como esas modelos, pero si quiero adelgazar un poco, porque se ve feo igual.

E: ¿Por qué se ve feo?

A: Es que yo tengo casi puras amigas delgadas, yo soy como la única más gorda ¿me entiende?, entonces la gente igual mira mucho y todo eso, como que se fijan en el cuerpo.

E: ¿En tu alrededor se fijan mucho?

A: En mi familia no más se fijan harto del cuerpo, por ejemplo mi papá siempre me molesta, pero no así tan pesado, si no que me dice “gordita o chancha”.

E: ¿Siempre te ha dicho así?

A: No, sólo me empezó a molestar cuando empecé a engordar, como hace dos años.

E: ¿Cómo eras antes?

A: Yo antes era mediana, tenía un buen cuerpo, tenía buena cintura, todos me decían “me gustaría tener tu cintura” o “que tienes lindo rostro”.

E: ¿Qué ha significado para ti este cambio?, ¿te ha afectado?

A: No, o sea no tanto, bueno sí un poco. Tuve que dejar alguna ropa, tuve que regalar algunas y las otras las tengo guardadas esperando poder volver a usarlas, sobre todo la ropa que más me gusta.

E: ¿Crees que volverás a usar esa ropa?

A: No sé, yo creo que sí, ojalá.

E: Cambiando de un poco de tema ¿hay alguna situación en tu vida en que te hayas propuesto salir con éxito?, ¿recuerdas alguna?

A: Sí, yo me propuse subir mis notas. Es que el año pasado... y siempre había tenido buenas notas, siempre... pero el año pasado en octavo me tiré para abajo, porque pasaba puro leyendo; entonces me propuse que el primero medio lo tenía que hacer bien, que tenía que subir mis notas.

E: ¿Cómo te preparaste para ello?, ¿cómo lo hiciste?

A: Me propuse una meta, tener promedio sobre seis y ¡lo logre! ¡lo logre!, le pedí al Señor que también me ayudara.

E: ¿Participas en alguna religión o iglesia?

A: Sí, los mormones, estoy en esa iglesia desde que nací, casi toda mi familia es de esa iglesia, menos mi papá.

E: Alexandra ¿lograste lo que querías?

A: ¡Sí! Y ni cuesta mucho.

E: ¿Que tienes tú que lo pudiste lograr?

A: Yo tengo una meta, tengo una meta que es llegar a ser profesional, me gustaría ser una abogada.

E: ¿Que características tienes que tener para llegar a ser abogada?

A: Ser honrada, no sé po...estudiosa también, porque hay que aprenderse tantas leyes y esas cosas; por eso creo que hay que ser honrada, porque hay algunos abogados que son muy mentirosos.

E: En este logro de metas ¿el aspecto físico ayudará en algo?

A: No, el aspecto físico no ayudará a tener buenas notas, más la inteligencia. Porque todos pueden sacarse buenas notas si están constantemente estudiando, porque yo tengo unas compañeras que no están ni ahí con el estudio y eso no sirve, después no van a ser nada.

E: Pasando a otro tema ¿en qué aspecto de ti crees que se fija el sexo opuesto?

A: Los hombres se fijan en que soy simpática, que tiro la talla y... ¡no me encuentro tan fea!, yo creo que tan fea no soy, porque si ellos me molestan y tantas cosas.

E: ¿Cómo te molestan?

A: Ríe. Me da vergüenza, ehh... por ejemplo a veces le dicen a mi mamá “suegra” o a mi hermano “cuñado”.

E: ¿De donde son los chiquillos que te molestan?

A: De la iglesia y de donde vivo. Pero donde vivo hay puros “picantes”, pero en la iglesia es distinto. A mí me gusta uno de la iglesia que lo conocí el sábado no más (ríe), es que es de Villa Alemana; lo que pasa es que en la iglesia hacen una actividad entre dos barrios, el barrio de Placilla y el de Villa Alemana se juntan y hacen actividades para los jóvenes. Quizás cuando lo veré de nuevo.

E: ¿Has tenido pinches, andante o pololo?

A: Sólo he pinchado algunas veces, la verdad fueron puros juegos no más.

E: ¿Juegos?

A: Es que afuera a veces nos poníamos a jugar a la escondida, pero fue hace tiempo, cuando tenía como 12 años y jugábamos al semáforo ¡a esos juegos tontos! Y ahí...ahí pinchábamos. Recuerdo que la pensé en participar al tiro, primero empezaron a jugar y después me metí; y me fue bien, nadie se negó.

No he pinchado más porque me da vergüenza, como que me pongo nerviosa, siempre me pongo nerviosa... cuando un amigo se empieza a acercar yo me corro.

E: ¿Qué es lo que más se fijan los hombres cuando ven a una mujer?

A: Depende del hombre en que se fije. Porque yo conozco hartos jóvenes que se preocupan de conocer cómo es la persona, su interior. Pero hay otros que miran el pote, las pechugas, el cuerpo, todo eso; se fijan solo en lo de afuera. Y lo peor es que estos son la gran mayoría.

E: ¿Vas a fiestas?

A: Sí, solamente a la de la iglesia, porque las de afuera no me gustan, siempre me invitan pero no voy, porque ahí hay como puro alcohol, entonces no me gusta ese ambiente. Yo no tomo ni fumo... mi papá si fuma.

E: En una fiesta ¿en que se fijan los hombres para sacar a bailar a las mujeres?

A: Duda. No sé, a veces sacan a cualquiera, les sirve cualquier “micro”.

E: ¿Qué aspectos crees que tus amigos valoran más de ti?

A: Piensa. Que yo soy... es que yo siempre los hago reír, soy chistosa y yo creo que ellos, mis amigos, me quieren. No me cuesta hacer amigos.

E: ¿Tienes muchos amigos?

A: Tengo amigos, pero no tanto; porque o sea a la que yo le cuento todo es una. Tengo mas amigas, pero mis cosas más íntimas se las cuento a ella, ella es mi mejor amiga desde siempre, desde chica, tiene un año menor que yo.

E: ¿Acá en el colegio tienes amigos?

A: Amigos no. Nos juntamos seis, pero somos compañeras no más, amigas no. Tenemos un grupito y con ellos hacemos los trabajos, todo juntas. Pero yo no las considero amigas, porque el concepto para mí de amiga es diferente, con todo lo que es: alguien que te ayuda y que siempre trata de hacer lo mejor para uno, o sea no porque yo voy a hacer algo malo, te apoyen en eso malo, sino que me saquen de eso.

E: ¿Te gusta tu curso, te sientes bien en él?

A: No me gusta mi curso. Es que hay muchas lesbianas, en realidad no sé si son lesbianas o parece que están como confundidas: y se besan en la sala y eso a mí no me gusta. Y mi grupo es como anti eso; eso es nuevo para mí, porque en el otro colegio no era así. Me gustaría cambiarme de curso, parece que en el próximo año van a sacar las mejores y las van a colocar en otro curso. Van a echar también y la mayoría se va porque quieren colegio mixto.

E: ¿Son pretenciosas tus compañeras?

A: Sí, andan pintándose y preocupándose de adelgazar todo el día; otras no, porque comen y comen y no engordan nada.

E: ¿Quiénes son las más populares?

A: Son dos las que la llevan y todas hacen lo que ellas hacen; las dos lesbianas y cuando llegan las aplauden. Pero ellas dos son como hombres, porque una se corta el pelo como hombre, vive igual que un hombre, hace todo como un hombre.

E: Si tu familia tuviera que definirte ¿Cómo lo haría?

A: Lo mismo que le dije, que soy chistosa, que los hago reír, que soy buena para comer y a veces también soy enojona y gritona, que a veces soy cariñosa. Bueno que también soy gorda; igual a veces me molestan por el peso, pero no lo hacen de pesados, me dicen “gordita, chancha...”.

E: ¿Te gusta que te digan así?

A: No, me carga que me digan gordita o chanchi, pero no les digo nada, solo me enojo. No me gusta que me digan así, porque como que baja la autoestima.

E: ¿Eres segura de ti misma?

A: ¿Qué es ser segura de uno mismo?

E: (Se le explica).

A: Yo soy segura frente a tareas o pruebas, en esas cosas. Pero cuando me dicen te presento a un amigo, yo soy súper insegura, porque pienso que no le voy a gustar, porque ¿cómo le van a gustar las gordas?

E: ¿Qué características tuyas te hacen sentirte más segura de ti misma?

A: Que soy buena para el estudio, eso.

E: Alexandra pensemos en que entras a estudiar derecho y tienes que hacer una presentación oral ¿Cómo te prepararías para ello? ¿De que te preocuparais?

A: Para que me salga bien tengo que estudiar mucho y estar tranquila, porque si estoy nerviosa no me va a resultar. Y físicamente hay que ir arreglada, no voy a ir toda desordenada porque estoy en la universidad, pero tampoco tan, tan arreglada.

E: Y si tuvieras que postular a algún trabajo y tienes un entrevista ¿de que te preocuparías?

A: Ahora por ejemplo me gustaría trabajar en el supermercado, para ello me preocuparía de lo que voy a decir, tratar de parecer lo mas normal posible e ir bien presentado.

E: Y lo físico ¿crees que importa algo para esa entrevista?

A: (Piensa). Ehh para lo que yo quiero trabajar que es en un supermercado no creo que se preocupen tanto del físico. Pero para otras cosas sí, por ejemplo una compañera me contó que iba a postular para ser promotora y creo que las miraban entera primero, le miraban la cara y el cuerpo, ahí si que influye mucho el físico.

E: ¿Siempre te has descrito de la misma forma que me has contado?

A: Yo creo que siempre he sido así desde chica. Eso si que antes no tenía la oportunidad de describirme, que alguien me preguntara así como ahora ¡descríbete!, Ahora si, me han hecho test y cosas y ahí he tenido la oportunidad de describirme.

E: Pero igual uno siempre tiene una imagen de cómo es ¿Cómo eras antes? ¿eras igual que ahora?

A: Es que yo no me preocupaba de verme, de mirarme al espejo así como ahora. Antes yo pasaba puro jugando y después crecí, ahora me importan los jóvenes, me importan los cabros.

E: ¿Cuándo cambiaste?

A: El año pasado, hubieron muchos cambios

E: ¿Te gustaron esos cambios?

A: Si y no, me gustaría mucho ser más delgada, como antes. Pero de las otras cosas no me cambiaría nada.

E: Alexandra te lo vuelvo a preguntar ¿Para que quieres ser más delgada?

A: Me gustaría ser mas delgada porque siempre la gente te mira, te molestan y dicen ¡mira la gordita!, cuando veo eso entonces me gustaría ser de otra manera, mas delgada. A veces voy con mi mamá a comprar ropa, y están haciendo pura ropa para flacas; por eso me gustaría usar otras ropas, para no sentirme tan avejentada.

E: Te gustaría ser más delgada ¿para sentirte bien contigo misma o para los demás?

A: Me gustaría ser mas delgada para sentirme bien conmigo misma, ¡porque yo me siento bien así!

E: ¿De donde surgió la idea de querer ser más delgada?

A: Yo me empecé a preocupar por ser más delgada de las otras amigas, porque yo antes pasaba puro jugando, pero habían otras amigas que pasaban puro arreglándose y preocupándose del cuerpo ¿me entiendes? Entonces ahí me di cuenta que ya había pasado la etapa de andar puro jugando y había que preocuparse de uno también, porque es súper importante preocuparse de uno, por lo tanto del peso.

E: ¿A que edad empezó a ser importante esto?

A: Ahora, porque cuando chica yo no era gordita, no era... ahora si. Y al ver a mis amigas más flacas, yo me empecé a preocupar del arreglarme y del cuerpo.

## Entrevista N° 3

### Zaida, contextura gruesa, colegio municipalizado.

E: Zaida, cuando te piden hablar de ti misma ¿cuáles son las características más importantes al momento de definirte?.

Z: Mi edad, cómo soy psicológicamente y físicamente, mi personalidad también

E: ¿Hay algo más que sea importante al momento de definirte?

Z: En lo que creo, en lo que pienso y cuales son mis metas a seguir.

E: ¿Cómo crees tú que te ven los demás?

Z: No sé, igual mis amigos me ven como buena onda, la típica que a lo mejor tira puras tallas y la pasai bien, y no sé poh; mis padres me ven como su hija, la regalona, pero la demás gente no sé como me ve.

E: Pero, ¿qué características crees tú que ven los demás de ti principalmente?

Z: Como lo que yo sé y por lo que me han dicho, que soy buena onda.

E: Que eres buena onda

Z: Sí

E: ¿Esa sería la principal característica?

Z: Mm

E: y ¿qué características tuyas mejorarías?

Z: Eh, ¿físicamente o psicológicamente?

E: Psicológicamente...

Z: Eh, mi actitud, porque a veces soy muy pesada (risas) y, ¿qué más, a ver? ¡Ah! El tratar de aceptar a los demás, cómo piensan y todo.

E: El aceptar como piensan los demás, ¿tú crees que eso no lo haces?

Z: Yo creo que no

E: ¿Y por qué dices que eres muy pesada?

Z: Es que a veces me cuesta porque igual cuando me... cuando me molestan mucho, entonces yo me enojo y ahí empiezan las peleas y toda la cuestión.

E: Y eso pasa en tu casa, acá en el colegio, con tus amigos...

Z: En el colegio más que nada, porque igual como que somos diferentes, igual como que hay opiniones que na' que ver y hay cosas que... no se juntan

E: Y físicamente ¿qué mejorarías?

Z: Mi físico

E: Tu físico, ¿por qué tu físico?

Z: Igual yo encuentro que, igual yo no soy el tipo de mujer bacán, pero igual me gustaría mejorarlo para la demás gente. Yo no quiero adelgazar porque igual me siento bien; pero igual para que la otra gente se sienta bien, encuentro que a lo mejor siendo yo así la gente no se siente bien y entonces por eso me gustaría cambiar mi físico.

E: Tú quisieras bajar de peso para que los demás se sientan bien

Z: Sí

E: Y tú ¿te sientes bien con tu físico?

Z: Yo igual un poco, pero no tanto

E: Explícame un poco más

Z: Que igual a veces me siento bien al ser diferente a los demás, ser yo misma; pero igual yo sé que si adelgazara no sería la misma porque cambiarían caleta de cuestiones en mí y todo, eso.

E: Cuando hablas de una mujer bacán, ¿a qué te refieres?

Z: A ser popular y que te pidan la opinión a ti. Como el ser popular porque igual el ser flaca influye caleta, porque así todos te toman en cuenta.

E: ¿O sea que tú crees que no te toman en cuenta por no ser flaca?...

Z: Igual me toman en cuenta pero... como que en otras opiniones no.

E: ¿Cómo en qué opiniones por ejemplo?

E2: Como en, “oye ¿qué ropa crees que me venga bien? Y ¿cómo creís que me venga este color?”

E: En eso a ti te gustaría que te pidieran la opinión

Z: Sí, igual me piden la opinión pero me la pide gente como mi mamá, mi sobrina; pero a mí me gustaría que me pidiera la opinión otra gente.

E: ¿Cómo que gente?

Z: Como mis compañeras, mis amigas...

E: ¿Y tú crees que ellas no te consideran mucho en ese aspecto?

Z: Es que igual me consideran, pero es que igual si yo les dijera ¡ya, ponte esto!, igual a ellas no les va a gustar. Van a decir ¡ah como tú te vestís!, ¡a mí no me gusta como tú te vestís!

E: ¿Y por qué crees que a ellas no les gusta como tú te vistes?

Z: No sé poh, porque al ser flaca, tú podís mostrar de todo; al ser gorda igual, pero al ser gorda tú tenís que estar un poco más tapadita y todo.

E: ¿Por qué crees que tendrías que estar un poco más tapadita?

Z: Porque encuentro que..., ¡la verdad, la verdad!, como que encuentro que una gorda y con una falda corta así, y con las medias piernas y que se te vea la celulitis y todo; como que encuentro que se ve fea, igual encuentro que a mí también se me ve. Por eso yo siempre me ando bajando la falda, no la ando usando por arriba y todo.

E: ¿Te acompleja un poco?

Z: Sí, igual

E: ¿Qué características crees tú que debería tener una niña de tu edad para que sea atractiva?

Z: El ser bonita, el ser delgada, igual el ser inteligente, el ser buena onda, el comprender a los demás. Igual el tener una actitud que no le caiga mal a toda la gente.

E: ¿Cómo describirías el ser bonita?

Z: Ser bonita físicamente, yo encontraría que tiene que tener bonitos ojos. Igual hay gente que no tiene bonitos ojos pero igual es bonita, porque, a veces, hay gente que es bonita por dentro y que por fuera se le nota que es bonita.

E: Define una mujer atractiva

Z: Bonitas piernas, buenas pechugas, buen poto, bonita cara, bonito pelo.

E: ¿Cuál crees tú que tienes de esas características que me has nombrado?

Z: ¡Igual yo creo que ninguna!. No igual, igual yo no me encuentro fea, pero tampoco me encuentro bonita; pero no así ¡la más bonita, la más regia de todas, no!

E: ¿Qué faltaría para que te encontraras la más regia?

Z: El ser delgada yo creo.

E: El ser delgada. Y si tú tuvieras que elegir entre tus mejores características ¿cuáles serían?

Z: Características de mí, a ver. El que soy buena onda yo creo (risas), y... que soy un poco inteligente, no sé que más.

E: ¿Y por qué un poco inteligente?

Z: No sé poh, porque igual no sé mucho, porque igual me saco malas notas; pero igual me esfuerzo por no quedar atrás poh. ¿Me entendís?. En que si te preguntan algo de alguna persona, de qué pasó en ese año, de la historia de una persona, me gustaría saberlo y todo...

Y hago lo posible por no quedar mal delante de la gente, para no quedar como una ignorante, y eso.

E: ¿Qué características te agregarías si pudieras hacerlo?

Z: ¿Física y psicológicamente?. Como ya te decía, el aceptar las opiniones de los demás. El ser flaca, el (piensa)..., el no ser tan pesada, ser más inteligente, ser popular también, eso no más.

E: ¿Y cuáles te quitarías si pudieras hacerlo?

Z: Eh, el ser pesá, lo otro que me quitaría el ser gorda, el... el siempre decir ¡yo, yo y yo!, como que yo y yo; es que yo opino esto y tenís que aceptar lo que yo opino y punto. El amar a los demás también me gustaría tener.

E: El amar a los demás...

Z: Sí

E: ¿Por qué crees que esa característica no está en ti?

Z: Porque yo igual creo, a lo mejor no está en todos, pero igual como que es algo fundamental el amar a la gente, el amarla como es, lo que tiene, lo que piensa y todo.

E: ¿Te sientes amada tal como eres?

Z: Igual yo me amo. Igual yo creo que me amo un poco porque todos los días me baño eh, me lavo el pelo, me peino, me cambio de ropa; pero así ¡amarme, amarme, amarme! No. Y el sentirme amada sí, igual siento que hay gente que me quiere caleta y otra gente que no.

E: ¿Y por qué tú crees que hay gente que te quiere y hay gente que no?

Z: Porque hay gente como mi familia, igual yo creo que me quieren; porque me lo han dicho, amigos y todo eso... pero igual hay gente que me tiene mala y que lo único que quiere es ¡ándate de aquí!, y no sé poh. Lo único que quieren es verme destruida

E: ¿Y por qué crees que quieren verte destruida?

Z: No sé poh, porque a lo mejor encontrarán... porque igual yo tengo gente a si como amiga. Amigas que eran amigas porque yo soy evangélica poh, y entonces el amar sobre todas las cosas a dios y el entregarle mi vida a él, como que les molesta que yo no vaya a fiestas, que no pinche con uno y con otro, y todas esas cosas... les molesta de mí.

E: ¿Habría otra cosa que a ellos les pudiera molestar?

Z: ¿Otra cosa? Que a veces me saco mejores notas que ellas, y se ponen envidiosas

E: ¿Tú dices entonces que a ellas les gustaría que fueras a fiestas?

Z: Que fuera igual que ellas.

E: Pero ser igual que ellas, ¿qué implica?

Z: Implica el que (piensa) te drogues, te tomís cualquier cuestión, en que estés con uno y con otro... el que tenís que gritarle a tus papás y toda la cuestión, el que tenís que decir garabatos, esas cosas.

E: Y físicamente ¿qué implica?

Z: Que tenís que ser delgada. Aparte igual ser delgada es algo fundamental para tu salud y todo, pero igual yo he visto caleta de personas que son gordas y que igual van a fiestas y toda la cuestión, igual la pasan bien. Pero igual al ser delgada te pescan más yo creo.

E: ¿Tú crees que te pescan más siendo delgada?

Z: Sí igual

E: ¿Y por qué tú crees eso?

Z: Porque a la mayoría de los niños no les gustaría andar ¡con una goorda así! Y ellos estupendos, no sé poh, se ve feo.

E: ¿Tú crees que el ser gordo está asociado a ser feo?

Z: No, igual por un lado sí y por otro no.

E: Explícame

Z: Que igual el ser gordo, igual como que te pone como más feita, como que vai desfigurando tu cara, tu cuerpo y todo; y como que la cara que tenías cuando niña no la tenís ahora. Igual uno cambia, pero como que no te ves tan bien como antes... y el ser flaca igual implica porque como que te forma, y como que te muestra a la mujer ideal y toda la cuestión.

E: ¿Y cuál es la mujer ideal?

Z: ¿La mujer ideal?

E: ¿Cómo es la mujer ideal?

Z: ¿Cómo la que yo querría ser?. Encuentro que la mujer ideal tiene que ser inteligente, tiene que ser delgada, tiene que ser buena onda, tiene que ser ¡todo poh! Como que todos los atributos y todas las virtudes en ella.

E: ¿Y tú conoces a alguna mujer ideal?

Z: No, no he conocido a nadie así, como a alguien ideal; pero igual tengo compañeras que igual son bonitas pero nada inteligentes, son así como tontas. Lo único que saben es decir puras tonteras; como que conocer a la mujer ideal, es como imposible.

E: ¿Pero te imaginas a alguien que se acerque a ese ideal? o ¿conoces a alguien que se acerque a ese ideal?

Z: La verdad, a nadie. No he conocido a nadie.

E: Tal vez a alguien de la televisión...

Z: No, encuentro que, por ser la Marlen Olivarí es como la mujer ideal para los hombres, pero igual como que encuentro que ¡nooo!. No la encuentro la mujer ideal porque igual yo creo que tiene que tener algún defecto, igual todos tienen algún defecto. Igual como que tiene algo que na' que ver.

E: Y tú ¿cómo podrías describirme a alguien que sea bella?

Z: La belleza es como...ehh, ser bonita de cara, como que implica más porque todo entra por los ojos. Igual yo he conocido caleta de gente que a veces se enamora de, no sé poh, de gente a si que es fea, que es fea pero que con el tiempo la va conociendo. O que tenga algún defecto, pero que con el tiempo la va conociendo y se va enamorando de la persona, pero igual hay gente bonita. Lo que implica ser bella es tener ojos bonitos, que te arregles, el tener un bonito pelo, así.

E: ¿El que te arregles?

Z: Sí, igual me arreglo, pero hay veces en que no me gusta arreglarme porque igual como que a veces me dicen ¡sé natural!, como soy no más; pero igual a veces me pinto.

E: ¿Qué importancia tiene para ti el ser natural?

Z: Sí, porque hay gente que a veces se pinta pero para disimular lo que tiene y todo, pero hay veces que dice ¡ya, igual te veí bonita pero igual te veí más bonita natural!, como soy, mostrando lo que tú tení y todo.

E: ¿Sería importante entonces el aspecto físico para ti?

Z: Sí

E: ¿Y qué grado de importancia le das tú en tu vida?

Z: Igual yo no me preocupo tanto por mi aspecto físico, pero igual yo creo que lo mayor que uno hace para sentirse bien, a parte de otras cosas, igual es estar bien con la salud del cuerpo, para que la gente no te critique, no sé.

E: ¿Tú te has sentido muy criticada?

Z: Igual hay gente que, por ser compañeras que me dicen, hay una compañera que siempre me dice: ¡oye, pero por qué no bajai de peso si igual te veí mal así!. Como que te achacan al tiro; igual mi mamá, mi papá y todos como que ellos creen que no ofenden, pero igual ofenden ¡caleta!, y como que uno se guarda las cuestiones igual.

E: Te hacen sentir mal

Z: Sí

E: Zaida ¿hay alguna situación en la que a ti te gustaría tener éxito?

Z: Si

E: ¿En cual?

Z: En la inteligencia, yo creo. En el colegio

E: ¿Hay alguna otra situación?

Z: (Silencio). Físicamente el ser delgada.

E: ¿Y alguna otra situación en la que te gustaría tener éxito?

Z: No, igual en esas cosas no más.

E: ¿Por qué el ser delgada para ti sería una situación de éxito, o el ser inteligente?

Z: Porque como que atribuye en todo; porque el ser inteligente, el ser bonita y el ser delgada es así como perfecto, yo creo que... que eso es lo que más importa.

E: ¿Qué características crees que te podrían servir para desempeñarte con éxito?

Z: Eh, eh, mi bondad yo creo, el ser humilde, el no ser envidiosa y todo eso.

E: ¿Nada más?

Z: Nada más

E: ¿Te acuerdas de alguna situación en la que hayas dicho ¡sí, esto me resultó bien y he tenido éxito!?

Z: Cuando, cuando; igual como que no es tan importante porque igual fue algo del colegio. ¡A mí me estaba yendo súper mal!, y yo quería mejorar las notas igual, y entonces dije ¡ya, voy a estudiar, voy a estudiar y voy a estudiar!. Es que igual yo lo hacía por otra cuestión, porque yo no lo hacía por pasar de curso sino porque quería dejar a mis compañeras como picadas porque ¡¿cómo tú vas a sacarte un siete?! ¡si tú soy terrible de porra! Y toda la cuestión. Pero igual yo me propuse algo y lo hice poh y me fue bien.

E: ¿Qué características tuyas crees que influyeron en que te fuera bien?

Z: El lograr lo imposible yo creo, el lograr que se haga posible.

E: EL lograr que se haga posible, pero ¿qué características tuyas sirvieron para que esto se hiciera posible?

Z: El... (duda)

E: ¿O qué cualidades tuyas?

Z: El que, no sé poh; el querer algo y tratar de conseguirlo, y si lo consigo mejor poh, pero igual en tener la fuerza de voluntad! Y todo eso.

E: Y esa fuerza de voluntad ¿la tienes siempre?

Z: Nooo, por ser; eh psicológicamente sí, yo digo ¡ya bueno, voy a querer esto más de mí, quiero esto para mí!. Pero cuando hablamos de fuerza de voluntad de adelgazar, yo no la tengo.

E: ¿Por qué tú no la tienes?

Z: ¡Porque igual es como algo difícil! ¡y yo siempre he tratado!. Igual yo estuve yendo a la nutricionista y toda la éste y yo encuentro que la nutricionista te baja más porque si tú, ya fuiste un día, y bajaste tantos kilos ya; y después bajaste menos, entonces te dicen: ¡¿y por qué?! ¿y por qué el primer mes? ¡mira cómo estai! ¡mira! ¡estai gorda!. Como que te tratan súper mal y entonces eso ¡influye caleta!

E: ¿Y cómo influyó en ti esto?

Z: Yo estuve yendo igual, y toda la éste; pero igual como que me sentía mal porque igual mi mamá ¡ya!, igual mi mamá y mi papá me apoyaron todo el primer mes ¡ya, viste que vai a adelgazar y todo!, como que para ellos es importante, porque mi mamá me dice: ¿y cómo no te vai a poner ropa bonita y todo?. Pero yo estuve un tiempo así, y yo dije ¡ya, bueno! Y mis hermanas me decían: ¿y por qué no vomitas? Y después que comís ¿por qué no vomitas? Porque cuando uno nace así como gorda, es como imposible adelgazar. Sobre todo cuando tu familia, igual tu papá es de contextura gruesa y tu mamá igual, es como difícil pero no imposible.

E: ¿Y tus hermanas cómo son?

Z: Igual mi hermana chica es delgada, mi hermana grande también, y mi otra hermana era gorda pero ahora es delgada; pero porque ella vomitaba todos los días.

E: Y ellas te proponían que vomitaras

Z: Sí

E: Y tú ¿qué opinas respecto a eso?

Z: No, ¡porque igual me sentía mal!, porque yo decía: ¡pucha, mi mamá y mi papá se sacrifican por tener algo para nosotras y yo lo vomito! Y ¡na' que ver que les haga esto!. Igual me estoy haciendo daño a mí al estar vomitando, y también me estoy haciendo daño al estar engordando.

E: O sea que tú crees que te estás haciendo daño de las dos formas...

Z: Eh

E: Pero ¿tú lo has hecho alguna vez?

Z: ¿Lo de vomitar?

E: Sí

Z: Sí, igual estuve un tiempo en que bajé en un mes cinco kilos, pero yo decía: ¡ya, bien, bien en la nutricionista! Y la doctora yo creo que, no sé poh, decía: me felicito yo por ayudar a una niña a bajar de peso; y me decía: ¡viste, la receta que te di sirvió!, pero eso era mentira porque igual yo vomitaba y todo.

E: ¿Y cómo te sentías cuando ibas a la nutricionista y bajabas de peso?

Z: Igual cuando me decía: ¡mira, bajaste cinco kilos!, igual yo me sentía bien ¡pero también me sentía mal porque sabía que no era por la nutricionista, sino que era porque estaba vomitando. Pero el saber que bajaste, y no importa cómo lo hiciste, te sentís bien.

E: O sea, podríamos decir que en algún momento una meta tuya fue bajar de peso...

Z: Sí

E: Y ¿todavía es una meta?

Z: Todavía es una meta, pero como que no lo puedo hacer realidad

E: Zaida ¿en qué aspectos de ti crees que se fija el sexo opuesto?

Z: En ser delgada, aunque igual he pololeado, he estado con alguien, igual he pololeado pero como lo más sano así. Pero igual la persona que me quiso, me quiso como era y todo. Pero igual yo creo que influye mucho el ser delgada.

E: O sea que tú crees que el sexo opuesto se fija en si la persona es delgada o no.

Z: Hay hombres que se fijan en si la persona es delgada y hay otros que no

E: ¿Y qué aspectos consideras tú que son importantes de una mujer para conquistar al sexo opuesto?

Z: Por ser, el ser delgada. Un hombre igual puede decir ¡oh, media mina! Cuando uno es delgada, pero igual hay gente que es delgada, que es bonita, perfecta y los hombres dicen que no es na' bonita o que les cayó mal. ¿Me entendís?

E: Cuando tú me dices: bonita, perfecta, delgada ¿es por que crees que son características importantes en una mujer?

Z: Sí, como 90-60-90; yo creo que eso es lo perfecto

E: ¿Qué crees que tus amigos valoran de ti?

Z: El que estoy siempre con ellos, que soy leal, que nunca les fallo, eso...

E: ¡Hartas características lindas! Volviendo un poco a los aspectos importantes para conquistar al sexo opuesto ¿qué hacer tú para conquistar a los niños?

Z: Igual todos me han dicho ¡soy súper coqueta!. Yo no me encuentro coqueta, pero igual me lo han dicho. Yo creo que hablo con la persona y a lo mejor no la puedo conquistar por la vista, por los ojos; pero sí siendo amiga de la persona y eso. O diciéndole ¡oye sabí que me gustai!, porque una vez lo hice no más, pero ya no lo voy a volver a hacer más porque una vez me dijeron ¡sabís, me gustai! Y a mí no me gustaba porque era menor que yo; era un año menor que yo y eso no me gustaba. Y además era como mal hablado, era como bien torrante él. Pero como que me di cuenta que él siempre me molestaba y siempre me hablaba y como que siempre me coqueteaba, entonces me empezó a gustar ¡y no sé porqué!. A mí no me gustaba pero igual me empezó a atraer; yo encuentro que empecé a hacer lo mismo yo.

E: ¿Y por qué dices que ya nunca más lo harías?

Z: No porque yo lo hice; le dije a la persona que me gustaba para sentirme bien conmigo misma, porque igual como que me sentía mal por no poder decirle y por no poder estudiar a veces porque él estaba siempre en mi mente y no podía hacer nada y no lo podía olvidar. Entonces quería sacarlo de mi mente por un tiempo, para que me dejara tranquila. Aunque él no tenía la culpa pero yo jamás le dije: ¿oye sabís que? ¡tú me gustai y quiero pinchar contigo! ¡no!. Yo igual le dije que me gustaba porque necesitaba sacarlo de mi cabeza, por eso no más.

E: ¿No seguiste con él?

Z: No. Igual todavía me gusta pero, pero ahora estoy más despejada; siento que me quitó una carga de encima

E: Pero cuando resultó ¿cómo te sentiste?

Z: ¿De haberle dicho?

E: Sí

Z: Súper bien. Se supone que yo había tenido un pololo antes, igual él me quería caleta y todo. Yo me acuerdo que cuando le dije ¡oye te quiero! él me abrazó. Entonces cuando yo le dije a la otra persona ¡oye tú me gustai! Y sentí que él me abrazó, entonces sentí como un alivio ¡así como que uff!, y boté todo, así como cuando te duele la guata y te

tranquilizas ¿entendís?. Y como que te sientes súper bien, ¡y te da gusto que la otra persona sepa!

E: ¿Qué crees que ellos valoraban de ti? Tanto este niño como tu pololo anterior...

E2: Que siempre estaba con él, que siempre fui leal, que jamás lo dejé solo, que en todo lo que quisiera lo ayudaba...

E: Tus amigos ¿por qué crees que se acercaron a ti? ¿por qué se hicieron amigos tuyos?

E2: Porque como que soy súper extrovertida. Porque igual cuando quiero conocer gente voy y le digo: ¿oye, cómo te llamas? ¿Cuántos años tenís?, ¡soy buena onda tú!. Y ahí empezamos a ser amigos. Porque llegaba alguien nuevo al colegio y yo le digo ¿cómo te llamai?

E: ¿Eres amistosa?

Z: Sí, y ahí empiezo a hacerme amigos. Igual me gusta tener hartos amigos; igual tú puedes tener hartos amigos pero igual siempre hay alguien que es tu amigo y otros no porque están contigo por juntarse con alguien.

E: ¿Tú crees que hay gente que está contigo por juntarse con alguien?

Z: Pa' no estar sola en los recreos, yo creo que sí.

E: ¿Tú crees que amigos tuyos hacen eso?

Z: Yo creo que amigo, ¡yo les digo por decir amigos!; o sea, es una palabra por decir; pero amigo, amigo es una persona que está contigo, que siempre te apoya, que te ayuda en todo.

E: Y eso ¿tú lo has sentido?

Z: Sí, igual yo tengo amigos que son súper buena onda y que están conmigo en las buenas y en las malas; pero igual hay gente que no poh, que cuando por ejemplo tú tenís plata están contigo y cuando no tení ¡ya chao!, se juntan con otra o te dejan botada.

E: Y con respecto a tu familia ¿qué aspectos tú crees que valoran de ti?

Z: El que soy una buena hija, que soy buena hermana, el que estoy con ellos, el que a lo mejor no los he decepcionado, que no les he fallado.

E: ¿Y cómo es una buena hija y una buena hermana?

Z: Eh, el ayudarle en todo a mi mamá, el respetarlos, el no gritarles. Igual a veces yo le he gritado, le digo ¡ay!, le cierro la puerta y todo, pero igual después le voy a pedir perdón.

E: ¿Y qué aspectos tuyos te gustaría que tu familia valorara?

Z: El que los quiero, el que trato de llevarme bien con ellos, el que me tomen atención, en que pueda aconsejarlos en lo que están mal.

E: ¿Qué aspectos tuyos te hacen sentir segura de ti misma?

Z: No me siento tan segura de mi misma, igual sé que lo que quiero lo puedo hacer; pero igual hay una parte de mí que no se siente segura, que por ser, al ir a un lugar no me siento segura conmigo misma, que pueda pasar algo.

E: ¿Y por qué no te sientes tan segura de ti misma?

Z: No sé, porque yo creo que la misma gente te mete miedo yo creo. Igual te dicen ¡no vayai por ese lado porque te puede pasar algo!. Eh, o a veces no confiar en uno mismo también, en que uno mismo no se da ni cuenta pero uno puede hacer cosas que no debería hacer y uno cree que no las va a hacer. Pero en el momento ni en la misma mente uno puede confiar.

E: ¿Qué te daría más seguridad? ¿Qué haría que te sintieras más segura de cómo eres?

Z: El valorarme, el amarme, el respetarme.

E: ¿Y por qué crees tú que no te valoras, no te respetas?

Z: Por el ser gorda.  
E: ¿Eso es muy importante para ti?  
Z: Sí  
E: ¿Tú crees que es importante para los demás?  
Z: Sí  
E: ¿Y qué tan importante tú crees que es para los demás?  
Z: Porque igual yo he conocido gente, no sé poh, y cuando van para algún lado y alguna dice: ¿puedo ir? le dicen ¡ya!, pero invitan a la más bonita y a la más flaquita de las mejores amigas. Y dicen: no invitís a la Zaida porque no le gusta nada, porque lo va a pasar mal y porque todos se van a burlar de ella.  
E: ¿O sea que tú te sientes, de alguna manera, discriminada por los demás?  
Z: Sí, me siento discriminada. Muchas veces.  
E: ¿Y por qué?  
Z: Porque no soy delgada  
E: ¿Tú crees que a las niñas de tu edad les importa el ser delgada?  
Z: Sí. El ser adolescente y el ser delgada y atractiva es lo fundamental  
E: ¿Y para los niños será lo mismo? ¿Será fundamental?  
Z: Para algunos sí, para otros no.  
E: Para tus compañeras ¿es fundamental?  
Z: Yo creo que sí. Igual casi todos me aceptan como soy, pero algunas no. Para algunas ser delgada es fundamental en la vida de ellas. En mi vida yo creo que también es fundamental ser delgada.  
E: ¿Cuáles son tus prioridades en este momento?  
Z: ¿Cómo lo que quiero obtener?. El proponerme todas mis metas, el salir adelante, el ayudar a los demás, el madurar, el pensar que a veces la gente a uno lo necesita.  
E: ¿Cómo crees que puedes conseguir estas cosas que me has dicho?  
Z: Yo creo que para poder hacer todas esas cosas yo necesito ser delgada. Encuentro que para sentirme segura e ir a un lado y hacerlo, necesito ser delgada.  
E: Me has hablado de las características que tienes ¿siempre te has descrito de la misma forma?  
Z: Sí, cuando me dicen en el colegio ¡ya, descríbete como eres!, lo primero que empiezo es: soy gorda pero soy muy buena onda, simpática y me gusta conocer a la gente, me gustaría aceptarla y quiero aprender a aceptarla también.  
E: Por ejemplo ¿a quién no aceptas?  
Z: ¿A quién no acepto?. Igual na' que yo diga esto, pero igual; no acepto a la gente que es enferma, y na' que ver que yo lo diga, pero ¡como que me da cosa!  
E: Pero ¿a qué te refieres con enferma?  
Z: La gente discapacitada... Igual na' que ver que yo lo diga ¡ay, me da pena!, igual da pena, pero uno debería quererlos y apoyarlos.  
E: Zaida, tú me has contado acerca de cómo te describes y que te gustaría ser delgada ¿desde cuándo tú has pensado esto? ¿desde cuándo te sientes así?  
Z: ¡Hace mucho tiempo!, desde que la persona tiene la capacidad de pensar; desde cuando la gente te empieza a discriminar, a veces los niños son súper crueles y no te aceptan como eres. Igual yo creo que debería de aceptar a la gente como es y aceptarme a mí también. Eso es lo primero.  
E: Tú crees que primero te tienes que aceptar para que los demás te acepten.  
Z: Sí

E: Y esto ¿desde hace cuánto tiempo pasa? ¿quinto básico, cuarto básico? ¿desde qué curso?

Z: Cuando yo era chiquitita y estaba en cuarto, tercero, segundo; igual como que a la niñita gordita la encontraban bonita, tierna y todo; pero cuando te empiezan a gustar los niños, cuando te empiezan a atraer, desde ahí comenzó, desde séptimo básico más o menos.

E: ¿Desde ahí te empezaste a sentir así?

Z: Sí

E: Y en tu casa ¿le has contado esto a tus papás?

Z: No, porque yo le he dicho a mis papás ¡oye, tienen que aceptarme como soy! ¡yo soy gorda!. Pero igual me molestan caleta, me dicen ¡chancha, ballena!; no sé, caleta de cosas; igual me molesta esa cuestión pero ¡qué le voy a hacer si son mis papás!. Yo una vez conversé con ellos y les dije ¡miren me molesta esto! Y me puse a llorar delante de ellos y ellos te agarran como pa'l leseo y dicen ¡estay loca, estay loca!.

E: ¿Y tus amigos?

Z: Mis amigos, no. Mis amigos como que son otra cosa porque al tener la misma edad, te hacen sentir igual a ti. Igual como que los niños que ya tienen dieciséis o pa' arriba te aceptan tal como soy porque son más maduros, no te molestan.

E: ¿Desde cuándo aprendiste que el ser delgada era importante, de dónde salió?

Z: Del mismo colegio, yo creo. Del curso, de la tele, del que mostraban a una chiquilla y todos la piropeaban y era flaquita, delgada y bonita. En el curso había una más bonita y era la que estaba pololeando o estaba pinchando.

E: O sea que tú dirías que de la televisión y del colegio...

Z: Sí

E: ¿Y alguna persona alguna vez te dijo algo?

Z: Cuando era más chica mi sobrina, mis primos me decían: si tú soy flaquita te vas a poder poner toda la ropa que tú quieras, vas a poder mostrar todo lo que tú quieras.

E: Y en cuanto a la ropa ¿qué usas, por ejemplo?

Z: Como que yo soy súper reservada. Igual no ando con cuellos hasta arriba y me dé calor ¡no!. Pero igual, no me gustan las faldas; no me gusta mostrar las piernas porque encuentro que no las tengo bonitas, uso poleras y pantalones.

E: Y la ropa que te pones ¿es la que te gusta?

Z: Sí. Me siento bien, me siento más cómoda. No me gusta la ropa apretada porque parecería prieta, además se te salen los rollos pa' fuera; eso más que nada.

E: ¿Encuentras que se ve feo? ¿qué te pasa con eso?

Z: No, porque igual hay gente que no se ve fea con la ropa apretada porque se le ve la silueta. Pero ¿qué voy a mostrar? si yo no tengo bonita silueta. Entonces si andai apretada, apenas te podrías subir a la micro. Si andas con ropa suelta puedes correr por todos lados, te sentís mejor.

E: ¿Y habría otra ropa que te gustaría usar?

Z: Sí, me gustaría usar blue jeans porque cuando me voy a comprar algo, por ejemplo blue jeans; a lo mejor no hay de mi talla, o puede haber de mi talla pero no me gusta. Entonces igual la gente te dice: ¡ah, es que pa' tu talla no tengo! ¡va a ser difícil, vas a tener que adelgazar niñita!. O si no mi mamá me dice: ¡viste, yo te dije! ¿por qué no adelgazas? ¡viste! ¡estoy perdiendo el tiempo!.

E: O sea que hay ropa que a ti te gustaría usar, pero que no encuentras en tu talla.

Z: Sí. Y a veces me da vergüenza salir a la calle. El ir a comprar ropa me da vergüenza.

## Entrevista N° 4

### Karina, 15 años, contextura delgada, colegio particular.

E: Karina, ¿qué características consideras que son importantes al momento de definirte?

K: ¿cuando me preguntan? ¿Física o psicológicamente?.

E: las dos.

K: O sea, yo cacho que lo más importante debe ser lo interior, aunque sea lo físico lo que se vea primero. Eso.

E: ¿tú crees que es más importante lo interior?

K: Sí, debería ser lo más importante, aunque para algunas personas no es así.

E: ¿Y por qué debería de ser lo más importante?

K: Porque de qué importa como te vistas, como hables o como te veas si una persona puede ser súper dulce y vestir mal y ¡qué tiene que influir eso!

E: y psicológicamente ¿cómo te describirías?

K: Yo o sea, por lo que yo creo, sociable, muy sociable, tengo hartos amigos y cosas así. Me gusta apoyar a mis amigos también, buena onda simpática pero también me enojo algunas veces, ¡o sea obvio! todos se enojan por algo y también soy idiota algunas veces. Puedo decir que muy idiota cuando me enojo. Pero en general soy bastante alegre y es una de las cosas que por lo menos mis amigos me dicen que como soy alegre me veo como más niña y no tan madura. Pero tampoco me considero una persona así como ¡ ah súper madura! Pero tampoco tan inmadura a si como ¡eres una niña, qué estás haciendo!

E: O sea que tú crees que lo demás te tratan así por cómo te ves pero realmente no eres así

K: Claro

E: Y físicamente ¿cómo te describirías?

K: ¿Sinceramente? O sea todas las personas se pueden encontrar algún defecto y cosas así. Realmente lo único que me gusta de mí son los ojos así, que los tengo verdes ¡es lo único bueno que tengo! No me gusta mucho mi apariencia física.

E: No te gusta mucho tu apariencia física ¿Y por qué no te gusta?

K: Porque pucha igual veo a mis amigas, que son más flacas o son más morenas, yo soy bastante más blanca, me molestan algunas veces.

E: ¿Por qué eres blanca?

K: Sí, porque soy blanca, me dicen harina como Karina ¡y la harina es blanca! Me molestan o porque soy baja me dicen enana, enanita o duende o cosas así. Y mis amigas son altas son todas regias. Según yo, las veo regias y ellas obviamente se encuentran defectos a ellas pero a mí no.

E: ¿Y qué características tienen tus amigas que son regias?

K: Ay, primero son flacas, la guata la tienen estupenda, ¡así toda plana así!, pucha son altas yo soy bastante baja comparadas con mis amigas, pucha tienen gomas, tienen potó, eso es como lo más importante para poder en algunos casos ser aceptadas por los niños, por los hombres, por los minos. Eso.

E: ¿Y tú no te encuentras flaca?

K: O sea (duda) sí, flaca, pero igual obvio me faltan abdominales, cosas que uno las puede hacer pero igual me da lata adonde tengo la guata fláaácida, como que me molesta y todas mis amigas hacen ejercicios y yo tampoco soy pa' eso porque me da lata.

E: Karina, si tuvieras que describirte ¿qué dirías de ti?

K: ¿Físicamente o psicológicamente?

E: Ambas

K: Físicamente me describiría como baja, con tez blanca, ojos verdes, pelo "rubio" (risa) ¡que no es rubio en verdad!, eh y eso. Y psicológicamente sociable, amable, simpática, buena onda, pero cuando me hacen enojar me enojo bastante.

E: ¿Y cómo crees que te ven los demás?

K: O sea, yo creo, sinceramente, que psicológicamente me ven buena onda o si no tampoco tendría tantos amigos y todo eso. Físicamente no creo que influya (duda), o sea sí, físicamente no sé como me ven. O sea, mis amigas típico que me dicen si eres linda y la cuestión, ay que estai regia, típico de tus amigas y de tus amigos también, pero muchas veces te lo pueden estar diciendo para que tú no te sientas mal, a si que en verdad no sé como me ven en realidad, porque tampoco le podría decir a una amiga, pucha que igual está pasaita de peso ¡ah, estay gorda!, ¡estay rellenita pero igual te veís bien!. Nunca le podría decir que está gorda porque me da pena, ¡pa' que la voy a hacer sentir mal!, yo creo que hacen lo mismo conmigo.

E: Tú crees que hacen lo mismo contigo, ¿pero cómo?

K: O sea, pucha, algunas veces estamos en los camarines cambiándonos en gimnasia y pucha me ducho y me veo y tengo las patas, los pies súper flacos, los tengo así ¿cachay? (los muestra). Te dicen: No, si igual no los tenís tan flaco, si igual te veís bonita, si igual están bien pa' tu altura y cuestiones así; en ese sentido. No dicen ¡no en verdad sí! ¡Si igual tenís flaca las piernas!, porque saben que me voy a sentir mal

E: ¿Y a ti te gustaría que te dijeran esas cosas?

K: Prefiero que me dijeran, para decir: ¡¿sabís qué?! ¡Me voy a poner las pilas y voy a comer más!

E: Pero tú me decías que no te encontrabas tan flaca

K: Pero los pies los tengo bastante flacos, ¡los tengo así!

E: Y entonces ¿cómo te gustaría ser?

K: Tengo una amiga que es como me gustaría ser, en realidad tengo hartas amigas, pero la que las tiene todas es la Ornella, ella es mi mejor amiga, ¡las tiene todas, ella es regia, es estupenda! y se podría decir, pucha, que la envidio, pero no a si como ¡ah te odio porque eres como yo quisiera ser! ¡Y tampoco la voy a seguir psicológicamente para llegar a ser como ella!. No, eso na' que ver, pero físicamente es súper linda, y a mí me gustaría ser como ella, pero físicamente.

E: Pero entonces, ¿cómo te gustaría ser físicamente? ¿cómo es ella?

K: Ella es alta, es morena, pucha tiene el pelo castaño claro, tiene los ojos verdes, ehh, pucha tiene gomas, tiene poto, tiene unas buenas piernas, tiene una guata estupenda, o sea, plana. Eso.

E: ¿Y cómo es? ¿es flaca, o más o menos?

K: Es que es flaca, pero está bien para como es ella, para su cuerpo. Porque yo no puedo ser tan flaca porque soy muy baja, tampoco puedo ser muy gorda.

E: ¿O sea que a ti te gusta como es ella porque crees que es proporcionada?

K: ¡Eeeso!, es proporcionada, bastante proporcionada.

E: Entonces ¿qué características tuyas mejorarías si pudieras hacerlo?

K: ¿Físicas?

E: Ambas

K: Físicas; lo blanca, es una cosa que ahhhh, es que soy muy blanca, me echo base, ¡hasta autobronceante! Tratando de oscurecer las piernas. A veces me preguntan: ¿te echaste algo?, y yo les digo, ¡no, es que es el sol! Eso es una cosa que más cambiaría. Y lo que también, ya hablé con mi papá, que cuando tenga 18 me voy a operar la nariz.

E: ¿Por qué? ¿qué tiene tu nariz?

K: ¡Porque es igual a la de todos mis familiares! Es grande, chata y gorda, ¡no me gusta!

E: ¿Qué características Karina, crees tú, que debería de tener una mujer para que sea atractiva?

K: Ah, pucha, regia, proporcionada como te decía; puede ser que sea chiquitita pero tiene sus cosas y se le nota que están bien. Porque yo soy chiquitita y no tengo nada, no se me nota. Tampoco es la idea que sea alta y tenga ahhh las medias cuestiones porque ¡tampoco es la idea!. El ser proporcionada, y también influye tu forma de ser, porque no te sirve de nada el ser, pucha, linda, si erís una pesada que te creís la muerte, que veís pasar a una mina no tan linda como tú y decís: ¡ah, qué onda, mira la mina fea! ¡mira como se viste!. Eso pasa muy seguido, porque hay algunas niñas que son lindas, o las catalogan como lindas y se creen el cuento; después miran en menos a las que no son como ellas y eso tampoco está bien. Una persona que es linda, una mina linda tiene que mínimo tratar bien a los demás. Tiene que ser simpática, no te sirve de nada ser linda si erís una pesa'. Eso.

E: Y ¿quién crees que cumple con esas características?

K: ¿Una de mis amigas?

E: Alguien que conozcas, que hayas visto en alguna parte...

K: O sea en la tele, la señorita Jeannette, la Lola y esas. En la tele se ven regias y simpáticas pero no sé como serán en otros lados, y caen bien en la tele también.

E: ¿Y alguien más cercano?

K: ¿Más cercano? A ver, es que todas mis amigas que son lindas se creen demasiado.

E: ¿Se saben lindas?

K: Sí, si les dices que son lindas te dicen: ¡ah, si sé! ¿cachay? No te podría decir cercana, cercana. Tengo una prima que es bastante linda y ella es simpática, a si como ¡no, tú también!, no te dice ¡ah, si sé! Pero mis amigas son todas como ¡ah, si igual ya lo sabía!, ése es como el rollo.

E: ¿Cuál de estas características que dices que debiera tener una mujer atractiva tienes tú?

K: A ver, lo simpática creo yo, yo me encuentro simpática; no sé como me verán los demás, puede sonar ególatra, pero insisto, o sino tampoco tendría tantos amigos si fuera mala onda, y eso no más creo en verdad. Porque proporcionada no soy, tampoco soy alta, no soy morena. "Rubia" puede ser, ¡no soy rubia en verdad! (risas), y los ojos claros que es lo primero que se nota y lo único que me hablan cuando me dicen que soy linda, eso es lo que me da más lata, que en lo único que se fijan es ¡qué lindo tus ojos!. En cambio a mis amigas les dicen: eres linda (hace un gesto con la mano indicando todo el cuerpo), que lindo tus ojos.

E: ¿Te gustaría que te dijeran otras cosas?

K: Claro, porque insisto, a mis amigas les dicen: eres linda, ¡pero lindas enteras!, a mí cuando me miran me dicen ¡oye, tienes lindo los ojos!, vale, gracias, listo, se acabó. Igual uno se siente bien cuando te dicen cosas, ¡oye te ves bien con esto!. Cuando me

pongo una polera celeste me dicen ¡oye te ves bien con esa polera porque combina con tus ojos! Nunca pueden decir ¡aah, que te veís linda!, sino ¡se te ven bien los ojos!, lata igual. Como que lo único que me encuentran son los ojos, ¡igual lata!

E: ¿Qué características te agregarías si pudieras hacerlo?

K: ¿Físicas?

E: Mm

K: Ahh, físicas muchas cosas, yo cacho que todas las minas quieren arreglarse todo, yo cacho que ponerse silicona, ponerse pechugas, ¡hasta ponerse potó!, yo en verdad haría eso, me respingaría la nariz, iría todos los días al solarium, me teñiría el pelo; en verdad, me estoy dando cuenta que tengo el prototipo de modelo, de esas minas de pasarela y cuestiones, las minas que son del modelaje y que son súper lindas pero es que es la sociedad la que te ha marcado que las minas lindas son ésas.

E: Entonces tú dirías que como el prototipo...

K: Claro. O quizás no tener todo lo del prototipo, pero más de una cosa, por ejemplo ser un poquito más morena, listo, ahí sería más feliz. Con una cosa que yo me quiero arreglar, ahí yo soy feliz, porque a veces, sinceramente, te sentís mal contigo misma, porque de todas las cosas que no te gustan te querís arreglar unas por lo menos, si me opero la nariz ahí ya soy feliz, me da lo mismo todo lo demás.

E: Karina, ¿qué es para ti la belleza?

K: ¿La belleza?, la belleza puede ser interior o física; la belleza puede ser como ¡ella es una mina linda!, o rica como dicen los gallos. Yo creo que la belleza física debe ir de la mano con la belleza interior, porque insisto, no te sirve de nada una mina linda si la mina es antipática, si la mina te mira en menos porque ¡pucha! tenís una espinilla ¡ua, te salió eso!. Tiene que ser una mina que debe saberse llevar y entender que es linda pero que tampoco por eso va a mirar en menos a los demás, porque como que muchas veces, más los minos que las minas, dejan como de lado a las niñas que no son el prototipo que ellos tienen en su cabeza y como que te excluyen de las cosas. Y a mí, no sé si a mí en general, pero tengo amigas que sí las han excluido por eso y da lata. No puede ser que sean así, si la persona no puede ser como tú querías que fuera, pero puede ser súper simpática y en verdad hay minos que no valoran mucho eso.

E: Y a ti ¿qué te gustaría que valoraran de ti?

K: Mi forma de ser, eso, porque insisto, no sirve de nada una niña linda si la mina es pesada. Pucha, porque yo tenga hartos amigos y no me importa cómo sean, si son flacos o son gordos, si son altos o son bajos ¡me da lo mismo!, me caen bien por cómo son. No tengo por qué decir: ¡tú eres feo, entonces no eres mi amigo!

E: ¿Y tú crees que las mujeres hacen eso?

K: La mayoría. La mayoría hace eso, pero las que se creen lindas, las que se creen lindas son como ¡ah, es que no puedes estar conmigo porque me van a mirar en menos! o incluso hay otras que son lindas y que tampoco se juntan con las lindas porque, porque no me van a mirar a mí, la van a mirar a ella. Hay un grupo súper variado aquí, por lo menos en el colegio, catalogan mucho a las niñas por cómo son, por cómo se visten, por como hablan, por todo.

E: Es importante...

K: Aquí es muy importante

E: Me imagino que será importante también el ser flaca...

K: Aquí sí es muy importante el ser flaca y también importa aquí tu forma de ser. Yo soy súper niña con mis amigas y pucha puedo ¡hasta gritar en el patio!; y si me ven gritando

las de tercero dicen: ¡ay, que pendeja la mina! ¡qué onda la mina, mira está saltando!. Acá es todo así, un día que te vistai mal ¡ay, la mina que se viste súper mal!, y no tiene plata poco menos dicen; te catalogan mucho, o pucha, yo me tiño el pelo ¡esa mina es una rubia teñida! ¡la Karina del primero A es una rubia teñida!, eso es mucho. ¡Es demasiado aquí!, a si que poco menos tenís que andar poco menos cuidándote de no hacer cosas para que no hablen de ti. A mí ya me está dando lo mismo. A mí, en verdad las niñas, las minas, la mayoría de segundo o tercero me tienen súper mala.

E: ¿Y físicamente también te tienes que estar cuidando?

K: No, físicamente no tanto. O sea igual sí, si te ven fea ¡ah, la mina fea, se arregla cuando vienen los gallos! O cuestiones así, pero igual sí.

E: Y si alguien está un poquito pasada de peso?

K: Altiro, ¡ah, esa mina es guatona!, ¡si hablan mucho!, se nota demasiado. Pasan al lado tuyo y te miran en menos. Cuando yo recién entré a primero, entraba al baño y las minas de cuarto empezaban a hablar al lado mío ¡mira esta pendeja, se está arreglando, se está pintando! ¡al lado mío!

E: ¿Hay alguna situación, Karina, en la que te gustaría tener éxito?

K: En mis estudios

E: En tus estudios...

K: En verdad sí, bueno, aparte de estar bien con mi familia, en mis estudios me gustaría estar bien.

E: ¿Y qué características tuyas te servirían para desempeñarte con éxito en los estudios?

K: ¿Sinceramente?

E: Mm

K: No ser tan cerrada, porque cuando no entiendo, no entiendo, no me cabe nada y ¡no me va a caber nunca!; y no me cabe porque tengo metido en la cabeza que no me va a caber. Porque físicamente no importa, no importa cómo seai.

E: Y cuando has tenido éxito en algo ¿a qué crees que se ha debido?

K: Pucha, cuando tengo éxito, o sea, cuando conozco a la gente yo cacho que se debe a mi forma de ser ¡yo creo!, y bueno cuando te empieza a gustar alguien y tú le empiezas a gustar ¡es obvio que primero le gustas por cómo te ves!. Igual bien, me encontró bien por como soy físicamente, sin haber echo otras cosas para que yo le gustara.

E: ¿Entonces le gustaste por cómo te veías físicamente?

K: Sí, le gusté por cómo me veía físicamente ¡altiro!

E: ¿Y en qué aspectos de ti crees que se fija el sexo opuesto?

K: ¿En qué aspectos de mí? ¿cómo en qué aspectos?

E: ¿En qué se fijan los hombres?

K: ¿De mí? En los ojos

E: ¿Y a parte de los ojos?

K: Físicamente yo cacho que en los ojos, en la cara y después empiezan ¡es plana, no tiene potto, es flaca, es baja! ¡es simpática y es buena onda! Y ahí recién empiezan a... yo creo.

E: Y de tus amigas ¿en qué se fijarán?

K: ¿En mis amigas?. Ah, es que ellas son regias. En el potto, en las gomas, en lo mismo que en mí ¡pero que es ella lo tienen!

E: ¿Y qué aspectos crees tú que son importantes, y que debería tener una mujer para conquistar a un hombre?

K: O sea, no se necesita ser tan linda para sacar tu belleza, porque podís ser no tan fea, no como las demás, pero tampoco podís estar dejadita de la mano de dios, como ¡me levanté, me hago el moño y listo! ¡no poh!, hay una cosa que te podís peinar, te podís lavar la cara y con eso estoy bien; tampoco tenís que pintarte, pero igual tenís que tratar de arreglarte, y ¡no si, si como estoy, estoy bien! ¿sucias? ¡no poh, qué onda!, tampoco es eso.

E: Y una niña que está un poco gordita o pasadita de peso ¿tú crees que atrae a los hombres?

K: Depende del niño, porque si ¿podemos nombrar sectores?, porque si tú vas a Reñaca y estás pasadita de peso te van a tomar siempre como una amiga, pero si erís flaca, ahí ¡ya!, quizás puede que sí.

E: Entonces tú dirías que, de alguna manera, influye el ser flaca para que se fijen en ti?

K: Sí, influye el ser flaca para que se fijen en ti, si influye.

E: Además de tus ojos, y de que eres simpática ¿qué valoran de ti los hombres como pareja, cuando te están conquistando o cuando andas con alguien?

K: Respecto de mi forma de ser, bueno, muchas veces me han dicho que les gusta que sea niña, porque la mayoría de las niñas de mi edad se hacen las maduras. Yo no, yo soy como soy; si quiero gritar, grito; si quiero saltar, salto. No tengo porqué sentirme mal porque los demás me están mirando y piensen que soy chica.

Me da lo mismo qué piensen de mí. Y en verdad eso me han valorado porque mi ultimo ex me decía siempre que le gustaba que fuera una niña porque él sentía que me podía cuidar, como que yo necesitaba estar con él porque era su niña. Él me decía que quería cuidarme, que era su niñita frágil y que nadie la podía tocar. Eso, que era una niña. Yo cacho que en verdad eso me valoran más, el que sea una niña.

E: Y tus amigos ¿qué valoran de ti?

K: Que como yo confío en ellos, ellos confían en mí. Les doy apoyo; si están mal voy a ver qué onda, qué les pasa. Incluso, a veces, no dicen nada, pero son sus acciones las que me dicen qué les pasa. Me dicen: pucha, yo no quería que nadie se diera cuenta ¡se nota que me conocís!. Que se den cuenta que yo estoy cuando ellos quieran, sea lo que sea.

E: ¿Y con los amigos es igual que con las amigas? ¿Hay alguna diferencia entre los sexos?

K: No, yo soy igual con mis amigos que con mis amigas. No tengo porqué cambiar mi forma de ser con amigas que con amigos.

E: No, yo me refiero a si tus amigos o tus amigas ¿hablarán lo mismo de ti?

K: No sé, pucha la Camila, con ella somos súper buenas amigas y pucha siempre hablamos y yo le he dicho que confíe en mí, que en verdad gracias por por hacerme confiar en ti, por apoyarme; y yo creo que sí, que todos valoran mucho eso.

E: ¿Y qué características crees tú que tu familia valora de ti?

K: Que soy cariñosa, porque yo tengo hermanas, la Feña, que tiene diecisiete, no es tan cercana en el fondo a mi mamá; nunca fueron muy unidas y cosas así. Yo con mi mamá no soy así ¡ultra amiguis tampoco!, pero soy una de las más cercanas a mi mamá. A mi papá no, a mi papá es la Valentina, la Valentina es la más chiquitita, es la niñita; él está chocho y quiere disfrutarla, no quiere que crezcamos tampoco. ¡Está bien!, pero en mi familia se repite mucho el que es la Karinita. Yo nunca voy a ser la Karina, Karinita, yo soy su niña. De las tres hermanas yo soy la más cariñosa, la más cariñosa, por lo que ellos me dicen. Si mi mamá está enferma, yo soy la que le da los remedios, yo soy la que hace la comida. O cuando mis papás salen, a la Fernanda yo le hago la comida, yo veo

que la Valentina se acueste o que se bañe. Cuando no hay nadie en la casa; mi abuela vive al lado y está sola, yo voy con mi abuela, converso con ella. Son cosas que mis hermanas no hacen, por eso me dicen que soy bastante cariñosa, y lo valoran mucho.

E: Además de describirte como cariñosa ¿de qué otra forma te describen?

K: Atenta, soy súper atenta, pero también dicen que cuando me enojo, me enojo mucho, demasiado. Me pueden molestar y yo me lo tomo en serio y me enojo mucho. Eso, es que soy muy enojona, bastante.

E: Y físicamente ¿cómo te ven ellos?

K: Yo sé que ellos nunca me van a decir cosas mala, nunca. Para mi tía es típico ¡entre nosotras, tú eres la más linda de todo el curso!. Obvio, todos me dicen lo mismo, me dicen rucia, porque cuando era chica era rubia, pero no sé que le pasó al pelo. Ahora se arregla, se puede arreglar. Me dicen rucia, pucha, mis ojitos verdes, mis ojitos de cielo, cositas así.

E: Pero, ¿hay alguna característica que les importe a ellos?

K: Sí, porque en mi familia, mi abuelo y mi abuela tienen los ojos claros y mi papá. Mis hermanas no los tienen de ese color, como que yo fui la única que salió con el detalle de los ojos de color de la familia de mi papá. Como que la Karina es de los Gil. Mi hermana no se parece nada a mí, es alta, es morena, bien proporcionada, la cara súper diferente a mí. Tú nos mirai en la calle y somos completamente distintas. Una cosa que hasta nuestros amigos nos dicen ¡todavía no les creo que son hermanas!. Y yo la encuentro súper linda a ella, pero yo sé que se siente menos cuando está conmigo. Porque en mi familia siempre se ha marcado, me da lata eso, siempre se ha marcado que yo soy más linda que mi hermana. Se nota mucho, onda cuando iba a las fiestas formales, porque ahora todos estamos cumpliendo quince y estamos en la onda de las fiestas formales. Ay, me dicen ¡te veí súper linda!, poco menos me dicen que me van a inscribir en una cuestión pa' modelos. Y cuando la Fernanda era de mi edad y también le tocó esto, la Fernanda era mucho más rellenita, ahora está súper flaca ¡no sé qué le pasó! ¡se ve muy regia!. Pero antes era coqueta, gordita, era como bien delgadita y como que ¡no, si te veí linda!, pero no le decían como a mí ¡Karina te veí espectacular!.

E: ¿O sea que es importante en tu familia el ser flaquita?

K: Sí, es importante ser flaca en mi familia. Igual me da lata con mi hermana porque no quiero que se sienta mal y tampoco me siento más linda que ella. El viernes pasado, hubo un matrimonio de un tío, y vino una tía de Santiago y estábamos tomando té y empezaron a preguntar por las notas, y a la Fernanda le va súper bien, tiene un seis cinco y va en cuarto medio, súper bien, científico humanista seis siete, excelente; y a mí ¡me va mal! No soy nada comparada con la Fernanda; se ha sacado diploma San Damián, mejor compañera, premio de notas; poco menos le dicen que se va a sacar el puntaje nacional. La Fernanda es excelente en lo académico, pero si me miran a mí ¡nada!, ni mejor compañera, ni premio de notas, ni padre Damián, ni siquiera por deportes, nada.

E: ¿Y eso es importante o no para tu familia?

K: Como que alguien tiene que sacar la cara por ese lado, porque mi tío empezó a preguntar los promedios y la Fernanda tiene un seis coma siete ¡ah, súper bien! y me preguntó a mí, yo le dije: "no, a mí me va súper mal!, entonces él dijo: "pero tú eres linda, no importa, a ti te dejamos tener promedio rojo". Y me dijo "alguien tiene que sacar la cara por las notas, por eso está la Fernanda; tú eres linda ¡no importa!".

E: Y si tú fueras gordita ¿qué crees que dirían los demás o cómo crees que te verían?

K: Yo creo que me sentiría mal si fuera gordita, pero los demás... Yo creo que cambiaría físicamente su forma de verme a mí, pero psicológicamente no creo, porque voy a seguir siendo la misma. Igual, como ya dije, yo soy más cercana que mis hermanas y a mí me le sean y pueden decirme cosas; a si que aunque sea gordita o esté pasadita de peso o tenga algún defecto, la buena onda que tengo con ellos siempre la voy a tener.

E: Pero ¿cómo te sentirías tú?

K: ¿Yo?, obviamente que siempre me voy a sentir mal, porque no es tanto por cómo me vean los demás, sino por cómo me siento yo. Yo nunca me voy a sentir bien porque, pucha, si estoy más pasada de peso o cualquier otra cosa, me voy a sentir mal yo, no por cómo me vean los demás ¡me da lo mismo!. Tú te sientes mal internamente porque podrías ser un poco más linda; pero para ti, no para los demás. Es súper importante que si te vas a arreglar algo, hacerlo por ti, no por los demás.

E: Con respecto a estas diferencias que tú me cuentas que se producen con tu hermana en tu familia ¿qué crees que piense ella?

K: Igual, todos se sentirían mal si se dieran cuenta que te toman más atención, porque según tu familia tu hermana es más bonita que tú. De verdad, que esto pasa hace tanto tiempo, que ya le está dando lo mismo; pero yo cacho que igual le afecta, ¿a quién no?. Voy a decir algo. Yo alguna vez encontré su diario y lo leí; ahí pucha, igual decía que se sentía mal porque siempre "la Karinita, la de ojitos claros, la rubiecita, la linda", y por eso se sentía un poco mal y como que yo siempre tengo amigos nuevos o pucha, estoy andando, luego filo con ése y aparece otro y después otro; y yo sé que ella tampoco es como pa' estar con niños. Igual es, pucha, a si como que "la Karina no está ni terminando con uno y ya tiene otro". Y hace cuatro días empecé a pololear ¡y estoy feliz!, y ella me dijo que se sentía mal porque tiene diecisiete y todavía no pololeaba, y me decía: "tú eres más bonita, por eso te pescan", y yo hablé con ella ¡no, na' que ver!; le dije que mi pololo me pescó porque me quiere, por cómo soy. Ella me dijo: "¡sí, pero a mí no me pescan ni por eso!"

E: ¿Tú crees que tu hermana haya bajado de peso para sentirse mejor?

K: No, si fue porque creció; porque igual pegó el estirón, después se dio cuenta ¡pucha estoy más flaca. me siento mejor!, eso fue.

E: ¿Qué aspectos tuyos te hacen sentir más segura?

K: ¿De mi forma de ser o físicos?. De mi forma de ser, yo cacho que la forma en cómo me involucro con otras personas. Yo valoro hartito eso, porque igual es fome estar con alguien y que esté callado.

E: ¿Y físicamente?

K: Físicamente no sé, no se me ocurre.

E: ¿No hay nada?. Algo que tú digas "esto me gusta de mí y me hace sentir segura".

K: Ah, puede ser un poco tonto, pero lo baja. Porque mis amigos o incluso mis amigas dicen "¡ah, la chiquitita!". Como que engancho con eso.

E: Si tuvieras que ser aceptada en algún grupo o tuvieras que dar alguna entrevista para postular a algo que te guste ¿en qué cosas crees que se fijarían de ti?

K: Para postular a algo, primero todo entra por la vista; por lo tanto, no podís ir desordenada, por lo menos verte bien. Porque siempre se entra primero por los ojos; bueno, después lo típico; ser amable, ser simpática, eso. Pero ahí, primero es la facha.

E: ¿Y qué harías tú, por ejemplo?

K: Depende al grupo que vaya a entrar. Porque yo tengo que adaptarme a cómo son esas personas. Si estoy en un trabajo, me pondría algo formal; si es a una cuestión juvenil, voy a vestirme como quiero.

E: Karina, ¿siempre te has descrito de la misma forma?

K: Sí, yo creo que sí.

E: ¿Desde cuándo empezaste a describirte, por ejemplo como la Karina cariñosa...?

K: Yo en octavo básico tenía muy baja la autoestima, pensaba que poco menos nadie me pescaba; mal, mal, mal, y ahora como que me estoy valorando más de lo que era. Mis amigas se dieron cuenta que yo me estaba sintiendo mal ¡me daba lata hasta estudiar!, y ahí hablamos y me di cuenta de que pa' qué me iba a sentir mal, si tengo amigas.

E: ¿Pero qué ocurrió para que tú cambiaras esto?

K: Simplemente el apoyo de mis amigas, me faltaba que me dijeran "Karina tranquila, tú eres bonita, si no te pesca un mino, es porque no es para ti". Eso me faltaba que me dijeran.

E: Y físicamente ¿siempre has sido igual?

K: Sí.

E: Si hubieses sido diferente ¿tú crees que tendrías el mismo arrastre con los niños?

K: Yo creo que, o sea (duda) sí. Es que si hubiese sido diferente me tendría que haber adaptado no más; y tendría que haber esperado que mis amigas me dijeran lo mismo para yo ser como ahora soy; pero sea como sea, yo creo que tendría que haber sacado lo mejor de mí, física e interiormente.

## Entrevista N° 5

### Daniela, contextura mediana, colegio particular.

E: Si tuvieras que hablar de ti misma, ¿qué características te definirían?, ¿Qué dirías de ti?

D: Ehh...que creo que ehh... realmente creo que empezaste con la pregunta más difícil, porque a mi me cuesta hablar de mi misma, porque a mi no sé, como que los autoanálisis no me gustan, pero sin hay que hablar yo digo que yo me considero como inteligente, yo me considero bien despierta, ehh... autoexigente, intolerante, (piensa) y me gusta mucho pelear por las cosas que quiero.

E: Luchar por las cosas que quieres

D: Si

E: ¿Y físicamente como te describirías?

D: Es que yo nunca me he considerado muy bonita, pero no sé...así más o menos alta, morena, rusia (risas), con los ojos grandes, así.

E: ¿Y de contextura cómo te consideras tú?

D: Normal.

E: ¿Y cómo te ven los demás?, porque a veces no es lo mismo a como uno se ve.

D: ¡Ya!, pero es distinto a como me ven las mujeres y los hombres

E: A ver cuéntame.

D: Las mujeres siempre me dicen eres regia y todo eso, y los hombres como se fijan, no sé...por ejemplo siempre me han dicho que tengo el pote grande, no me molesta pero siempre me lo han dicho, desde bien chica.

E: ¿Les gusta a ellos, o es como una crítica?

D: ¡Les gusta!, les gusta...como que no me gusta (risas), pero ya me acostumbre, más que nada son mis compañeros los que me lo dicen, me lo dicen todos: “oye a mi gusta así, me gusta todo lo tuyo”.

E: ¿Les gusta tu cuerpo?

D: Si.

E: ¿Y las niñas, qué dicen tus amigas?

D: No mis amigas...bueno antes era como más con envidia, ¡pero ahora no!, ahora me dicen por ejemplo en el camarín: “hay que flaca”, pero yo nunca me he encontrado muy flaca, me encuentro normal, me dicen: “que ganas de ser como tu”, así...

E: ¿Y tu que les respondes?

D: No sé, que a mí también de repente me gustaría tener otro cuerpo.

E: ¿Qué cuerpo te gustaría tener a ti?

D: (Piensa).no sé me gustaría tener las piernas un poco más delgadas, me encuentro las piernas muy gordas, tal vez ser un poco más grande, pero el doctor me dijo que iba a crecer un poco más no más.

E: y psicológicamente ¿Cómo te ven los demás a ti?

D: A mí siempre me dicen que yo soy, lo primero que dicen cuando me ven: “me gustas tu porque eres muy sincera, no te da vergüenza hablar, te manejas bien con las personas, eres cariñosa y te preocupas por los demás, es que yo soy presidenta de curso, entonces como que trato de ayudarlos a todos con lo que pueda por ejemplo un compañero que le

va mal, yo le trato de enseñar o si no hablo con la profesora para que consiga a un tutor y organizamos antes de las pruebas, nos juntamos y hacemos tutorías, un alumno que sepa más le enseña a todo el resto. Por eso tienen esos juicios a cerca de mí. Y también les gusta porque no se, me da por defender a la gente, cuando veo que algún profesor esta maltratando a alguien yo llego y le digo ¡que no lo haga!, a mí me va mal con algunos profesores por eso, pero con lo alumnos me va bien, me llevo súper bien con la gente de mi edad.

E: ¿Tú eres buena para estudiar?

D: Soy buena para atender en clases y en la casa repaso solamente.

E: ¿Cómo te va en las pruebas?

D: ¡Súper bien!

E: Ahh, tú eres inteligente.

E: De acuerdo a tus características, de todo lo que me has conversado, ¿qué te quitarías? ¿qué te cambiarías?.

D: La intolerancia a las cosas distintas. Por ejemplo hace unos meses atrás yo tenía muchos problemas con mis compañeras mujeres, porque era una intolerancia mutua.

E: ¿Entre quienes?

D: Entre el otros grupo y el mío. Era recíproco, ellas no me toleraban a mí y yo no las toleraba a ellas. Era como que en la sala no podíamos estar bien, eran como muchos choques. Y yo no me daba cuenta que eso me hacia mal a mí también. Al principio comenzó todo como un juego de molestarnos, era como entretenido, y me dolía a mí, me hacia mal verlas a ellas de repente mal.

E: ¿Por qué surgieron estas diferencias esta intolerancia?

D: (Piensa), es que a mí me molestaba los temas que hablaban, las encontraba muy tontas. Me molestaba que gritaran, que rieran, que hablaran tonteras; una de las cosas que mas me molestaba era que a la hora de pedir plata, es decir, ayuda solidaria decían que no tenían un peso, pero para la ropa, para los cigarros, para tomar cualquier cosa tenían plata para todo, menos para dar Me molestaba que fueran tan superficial.

Pero ellas nunca me dijeron, hablaron con mi profesora, que les molestaba mi actitud frente a ellas.

E: ¿Es difícil compartir con gente que no se está de acuerdo?

D: Sí. Pero ahora estamos súper bien, yo no me hablaba con ellas, ahora nos saludamos, es súper buena ahora la relación. La profesora tuvo que interferir, ya que nos sentíamos mal. Yo pedí disculpas, porque nunca pensé que las cosas que decía podría causar tanto daño, a ellas les afectaba mucho.

Siguen siendo distintas a mí, pero yo aprendí a tolerarlas, iban a estar conmigo muchos años más, además las quiero mucho.

E: Has reflexionado bastante, eso que me decías que no te gustaba mucho hacerlo.

E: Ahora me gustaría que me contaras ¿qué características debiera tener una mujer de tu edad para que fuese atractiva?

D: ¿Física o psicológicamente?

E: Los dos aspectos.

D: Intelectualmente tiene que ser una mujer que sepa expresarse, que pueda pensar más allá de las cosas que están a su alrededor, que se interese por lo que pase en Chile y el mundo, que pueda hablar de todo, que se interese por conocer cosas nuevas. Yo como hombre eso me interesaría, además eso es lo que a mí me interesa en los hombres, no que sean como tan tiernos y empalacosos, sí que sean afectuosos, así como sencillos.

E: ¿Físicamente cómo sería?

D: (Piensa). Es que yo siempre hablo con muchos hombres, tengo muchos amigos hombres, entonces yo estoy consciente que a ellos...algunos les gusta las mujeres más gordas, pero la mayoría me dice “tiene que ser bonita”, pero ¿cómo tienen que ser las mujeres bonitas? Y dicen “bueno que tengan el pelo largo, siempre y siempre los ojos claros y que tengan unas buenas pechugas y un buen pote”, así me dicen siempre.

Y el cuerpo a mí gusto normal, ni muy flaca... ni muy gorda, que tenga forma, que sea estéticamente agradable, a la vista bonita. Ni tan gorda, aunque hay mujeres que son medias rellenitas, pero son bonitas, es acorde el cuerpo con el rostro.

E: ¿Eso sólo lo piensas tú?

D: Yo pienso eso, pero hay algunas que les gusta las mujeres muy flacas, a mí no. Por ejemplo yo nunca les he encontrado atractivo a las modelos, son muy delgadas. Pero mis compañeras...yo tengo una compañera que es súper bonita, que tiene una gemela y las dos son súper flacas y siempre, toda la vida están a dieta, dice: “que estoy gorda”, “quiero ser más flaca”, más y más flaca, y son un palote.

E: ¿Por qué querrían ser tan flacas?

D: Yo creo que ellas piensan que para los hombres son más atractivas las mujeres flacas, como ven a las modelos tan, pero tan delgadas que ellas quieren ser así. Quieren un modelo perfecto de belleza.

E: ¿Esto es importante en las fiestas que tú vas?

D: Sí, yo creo que sí. Porque normalmente uno no va a una fiesta a ver cómo es una persona por dentro, sino que uno va a bailar y dice “este me gusta” y se fija en el físico, no si es inteligente, porque uno no lee la mente. Unos se fija si baila bien, si tiene bonito cuerpo, es la primera impresión.

E: ¿Qué características tienen las chiquillas que son más populares en una fiesta?

D: Tienen como muchas curvas, bailan súper bien, Se ponen en frente de los hombres, entonces al tiro las sacan a bailar.

E: ¿De las características que me has contado que tendría que tener una mujer atractiva ¿Cuáles de ellas tienes tú?

D: La contextura yo creo, porque yo me encuentro bien, ni flaca ni gorda. (Piensa), si también me encuentro inteligente. Lo otro que como tengo muchos amigos, generalmente mis amigos terminan andando detrás mío, y a mí me carga (risas). Ellos me conocen bien, porque a mí me cuesta como darme a conocer frente al gallo que me gusta a mí, como que se me borra todo, no puedo hablar.

E: ¿Qué otras características te gustaría tener o agregarte?

D: Me gustaría tener más pechugas. Eso no más.

E: Me llama la atención que a diferencia de otras chiquillas que hemos entrevistado, no aparece en lo que me has contado que la contextura física o la delgadez sea tan importante ¿por qué crees que es así?

D: Porque he conocido muchas amigas que han tenido problemas de anorexia, entonces yo las veo sufriendo, tan obsesivas y todo el día solamente piensan en no comer, en tomar agua, en hacer ejercicio, en cómo tirar la comida la próxima vez para que no se den cuenta que no están comiendo, Y al final yo he visto el proceso de cómo se van demacrando...yo las encontraba tan bonitas y al finan quedan tan feas, tan...

E: ¿A muchas amigas les ha pasado esto?

D: Como a dos amigas cercanas, una tenía anorexia y la otra tenía bulimia. Y a mí no me gustaba, yo creo que por eso yo tengo como un rechazo a todas esas cosas. Igual las

dietas no me gustan, pero sí la comida sana, yo como sano y no es que esté a dieta, sino que me gusta alimentarme bien, es eso.

Pero en ellas es como una obsesión, a mí me decían “yo quiero ser como esas modelos”, “quiero ser más flaca que esas modelos”.

E: ¿Cómo están ellas?

D: Ahora ellas están bien, una se fue del colegio por plata y la otra está bien, se le quito todo; aunque a veces me dice “ahora comí y me dieron ganas de vomitar” y yo le digo que no, cada vez que la veo que se va al baño yo voy; igual como que me da lata, porque uno no puede estar vigilándola todo el tiempo.

E: Es muy importante para nuestra investigación todo lo que nos has contado. Me gustaría que me contaras cómo crees tú que estas chiquillas habrán empezado con esto ¿cómo surgió?

D: La que tenía anorexia era porque la mamá siempre le decía que estaba gorda: “¡estás gorda!, entonces como que a ella le atormentaba porque cómo tu mamá te puede decir que estas gorda, si se supone que la mamá es siempre la que te encuentra más bonita. Ella me decía: “si mi mamá me encuentra gorda ¿cómo me encontrara el resto entonces?” y ahí empezaba a no comer.

Su mamá le decía “yo fui gorda cuando chica y no quiero que tu sufras lo mismo ¡vas a comer poco!”; y ahí ella se fue obsesionando con el peso y adelgazaba, adelgazaba, adelgazaba...y no comía.

E: ¿Y la otra chiquilla?

D: Ella era más o menos gordita también, pero ella no tenía rollos con la mamá, sino que tenía la autoestima muy baja. Porque no sé, íbamos ya como en séptimo u octavo y casi todas estábamos pololeando y ella no, entonces ella veía que las niñas flacas estaban pololeando y que ella era como media gordita, así como media sumisa...y ella dijo “bueno ya”....

Me acuerdo que un día vimos un documental que nos mostraron acá en el colegio que era de la bulimia y ahí yo me enteré que ella tenía bulimia. Ahí ella lo notó, ella no sabía lo que era; yo estaba sentada al lado de ella y me dijo “¡yo lo hago!

E: ¿Este es un tema que se conversa entre tus amigas?

D: ¡Sí!, de dietas. De hecho ka mayoría del curso anda con una botellita con agua. No hay bulímicas en mi curso ¡yo lo sé!, pero si hay personas muy preocupadas de las dietas y eso. Bueno de hecho yo me sé un par de dietas porque a mi mamá le gusta hacer dieta, porque ahora tiene como toda esa edad...toda atacada por el físico, por las cremas de las amigas, que el pelo...mi mamá tiene 37 años ¡es joven! Esta preocupadísima, dice: “mira esta dieta, esta es la del mar, esta de la luna” y yo me las aprendo. ¡Eso sí! que las dietas de mi mamá son súper saludables.

E: ¿Cómo describirías a las familias de estas amigas?

D: La familia de la niña bulímica era bien; la otra la mamá era la obsesiva por bajar de peso, siempre estaba preocupada de la niña: “baja de peso”, “estás gorda” y ella como que se preocupaba de bajarle a autoestima de la hija.

E: En tu curso o entre tus amigas ¿son competitivas entre ustedes?

D: Ehhh, ¡Sí!, más que nada en los deportes, ahhh y con los hombres. Como que todo se entremezcla, porque aparecen las rivalidades. Yo estoy en una de esas rivalidades, hay una compañera bien flaquita, muy flaquita, la que yo le dije que parecía palote entonces hay un niño de los padres de Viña, que ella anduvo mucho tiempo detrás de él y él mucho tiempo detrás de ella. Pero me conoció a mí, y él me dijo: “desde que te conocí

me dejo de gustar la otra “ y él le dijo a ella “yo no voy a estar detrás tuyo todo el tiempo que tú quieras, no podía esperar que cuando tú quisieras yo estuviera”; él le insistía e insistía y ella nada, es que ella nunca a pololeado, yo creo que por ahí va la cosa. A mí me gusta más o menos, porque recién lo estoy conociendo.

La otra supo y ahora me mira todo el día con cara de ¿por qué ella?. La semana pasada estábamos en el trote, yo siempre iba como primera en el trote y ella como tercera o cuarta, y en la última vuelta llegó corriendo y me pasó y yo me enojé, y no sé de donde saque la fuerza y gané. Ahora tenemos una relación de hola y chao.

E: ¿Por qué crees tú que son tan competitivas en los deportes?

D: Porque es la única oportunidad donde nos dicen “¡compitan!, porque por las notas nunca nos peleamos los lugares, quién hace mejor esto, quién hace mejor lo otro. Pero si nos dicen carreras, todas queremos ganar y a veces se pasan de brutas, pegan...

E: Piensa en una situación pasada que te haya generado mucho éxito, en la cual hayas logrado algo importante ¿te acuerdas de alguna experiencia?

D: Muchas. Por ejemplo yo soy scout, entonces el año pasado o principios de este año había como una elección dentro del grupo, porque nosotros vivimos como en un grupo que se llama patrulla, entonces dentro de cada patrulla hay una guía y una subguía, y la guía es como la más importante y la subguía es como la mano derecha de la guía; y las niñas te eligen. Yo estaba compitiendo con una niña del curso y yo quería ganar, y ella también quería ganar, ¡pero gané yo!

E: ¿Cuánto duró la etapa de selección?

D: Como un mes.

E: ¿Te gustó ser la elegida, cómo te sentiste?

D: Uiii, súper bien. Porque yo juraba que no iba a quedar, porque en la elección pasada me eligieron subguía y ahora estaba compitiendo con ella de nuevo. Yo quería ser y quería ser y ¡salí! Por todos los votos, fue una unimidad y ahí se picó por primera vez; ahora volvemos a ser las mismas compitiendo.

Yo diría que con las compañeras del curso, con ella es la que me llevo peor, somos compañeras desde kinder.

E: ¿Qué características tienes tú que saliste elegida?

D: Que trabajé más. En los campamentos por ejemplo es la instancia para demostrar quien puede más, quién tiene más fuerza interior, quien tiene más capacidad para ayudar y enseñar a los demás. Entonces yo me preocupe de todo, de llegar hasta el final sin achacarse, de estar contenta, de estar dispuesta hacia las niñas y por eso me eligieron. Aunque fueron tres votos contra dos, fue súper peleado. Las personas que votaron por mí decían que yo estaba mejor preparada para asumir una responsabilidad grande, que era más grande de adentro y que sabía más cosas, que yo les podía enseñar más; me encontraban más capaz de mostrarle cómo se hacían las cosas, para que cuando yo no esté, las niñas sepan como hacerlas. La otra era más sobreprotectora, le hacia a las niñas todo.

E: ¿Qué pensabas antes que te eligieran?

D: Antes yo estaba segura de que iba a ganar, pero ahora no; ahora yo estaba segura que iba a perder. Yo creo que porque yo la veía a ella más cercana a las niñas, y yo me decía que tal vez a ellas les gusta que le hagan todas las cosas, por eso votarían por ella.

E: ¿Crees que el aspecto físico tendría algo que ver con la elección?

D: No, nada que ver.

E: ¿En que aspectos de ti crees que se fija el sexo opuesto?

D: El cuerpo, lo primero que ven es el cuerpo. Por ejemplo yo tengo cuatro amigas, una es media gordita, la otra como que no tiene nada de nada, además es como un poquito ancha de espalda y media tosca ; y la otra flaquita, muy, muy, muy flaquita, como lo que no les gusta a los hombres, que sea como una tabla.

Y bueno lo que a mí me han dicho es que no les importan si tienen el pote grande o poca pechuga, ¡pero si no tienen pote! no les gusta y mi amiga ¡no tiene pote! (ríe).

Yo me arreglo más, entonces cuando salimos las cuatro, yo les llamo más la atención a los hombres, se nota. A mis amigas les da risa, porque a veces paseamos y los maestros de las construcción dicen: “para esa de ahí” y me describen a mí ¡la crespita y morenita!, entonces saben al tiro que soy yo, entonces mis amigas me molestan siempre con lo mismo. Y cuando salimos también se me acercan a conversarme, ellas igual como que se achican, desde las cuatro... bueno yo he pololeado dos veces, pero ellas no han pololeado ninguna vez, entonces ellas saben que anda como gente detrás de mí y que yo no ando con gente, porque a mí no me gusta, yo tengo que elegir bien a la persona con quien estoy. Ahora no estoy con nadie... bueno ese niño de los padres, pero estamos como en veremos.

E: ¿Te sientes admirada por tu físico o porque eres bien aceptada por los hombres?

D: Bueno ellas siempre me preguntan ¿qué haces?, como me admiran en cierta manera, porque de repente con los hombres en general yo soy súper como abierta. Yo creo que la relación con mi padre influye mucho, lo que pasa es que mis papas son separados y antes yo con mi papá me llevaba mal, pero los dos fuimos cuidando que todo se arregle, yo le empecé a contar mis cosas, el también me ha contado, entonces como que la confianza ha ido súper bien. Entonces yo hablo mucho con mi papá y lo quiero mucho y lo necesito mucho. Entonces como conozco tanto a mi papá y la relación es tan buena, que he generado como una preferencia hacia los amigos hombres.

Mis cuatro amigas, son las únicas amigas mujeres, casi todos los hombres del curso son amigos míos y ellos confían en mí, me cuentan sus cosas de repente.

E: ¿Cómo crees que te ven tus amigos, qué es lo que más valoran de ti?

D: Ahh, siempre me ven en buena. Con mis amigas nunca hay envidia, porque yo sólo llamo la atención a primera vista, porque mis amigas son tan simpáticas que al final ellas también tienen gente, entonces como que al final a todas nos va bien; o sea pueden haber uno o dos detrás de ellas y saben que detrás mío pueden haber como diez, pero a ellas no les importa. Aunque a veces les dan los achaques y dicen ¿por qué ella?, se ponen a mirar en los recreos y dicen ¿por qué ella que es tan fea tiene pololo?. Pero bien, conmigo nunca, nunca, nunca se han mostrado con envidia ni nada. Yo creo que el problema de mis amigas no es su físico ni su intelecto, es que ellas no salen nunca ¡es su actitud!, andan sin predisposición, eso es lo que pasa, ellas no conocen a nadie más que no sea del colegio, en el colegio se los conocen a todos, pero afuera no conocen nadie, ni siquiera de los padres. No entiendo porqué no les gusta salir, yo he ido a fiestas sola, y me encuentro con gente conocida o allá conozco.

E: ¿Qué aspectos tuyos son los que te hacen sentirte más segura de ti misma?

D: Ehh, es que... no sé. Soy súper segura cuando tengo que ir a hacer algo, cuando tengo bien claro mi propósito y bien claro lo que tengo que hacer, ahí sí soy bien segura, porque aún sin sabiendo cómo me va a ir, yo lo hago igual, sea cual sea la consecuencia del acto, yo lo hago igual. Y voy con confianza en yo voy a poder hacerlo, así; por ejemplo yo nunca le había dicho a un hombre que él me gustaba y yo lo hice, eso a mí me da vergüenza, pero no me gusta que me de vergüenza, entonces trato de que no me

de vergüenza. Por ejemplo a mí me empezó a gustar y yo le hable por primera vez y ahí nos fuimos conociendo, y parece que yo a él no le gustaba, pero yo me fui a declarar al tiro, yo el fui a aclarar al tiro que yo no quiero ser su amiga, lo pensé y un día le dije “sabí a mí me gustai Seba”. El me decía que hace muy poco que nos conocíamos, entonces yo le dije “bueno entonces me atraí, pero es más que amistad”, me dijo bueno si es así, yo también. Ahí yo le dije que no quería pololear ni nada, yo quiero que nos conozcamos y el dijo “si yo te iba a decir lo mismo” y ahí nos fuimos conociendo más.

E: ¿Siempre has sido así de segura de ti misma?

D: No, cuando chica yo era súper insegura, porque yo era la más alta del curso y yo me encontraba súper fea, yo me encontraba muy fea; y mis compañeras siempre me decían ¡tú eres fea!, ¡tú eres fea! Y yo me sentía súper mal, mi autoestima cuando chica era súper mala. Otras cabras del curso tenían amigas grandes, y yo les caía mal y le decían a sus amigas grande ¡moléstala! Y yo salía al patio y me molestaban, todas las niñas grandes me hacían burlas y cosas así, entonces yo me sentía mal, mal.

E: ¿Por qué te molestaban?

D: No sé, me decían cualquier cosa, me decían que yo era negra, que yo era muy alta, no sé, me decían ¡fea!; las rubias me decían “tú eres fea, eres fea”.

E: ¿Qué crees que es lo que más valora de ti tu familia?

D: Yo creo que yo los valoro, eso. Porque ellos saben que yo estoy consciente que la familia es lo más importante a largo plazo, va a ser lo que siempre va a durar; porque los amigos pueden desaparecer, pueden perder el contacto, pero la familia tu siempre vas a saber dónde está, en la familia tu vas a encontrar un lugar donde quedarte cuando no tení ningún lugar. Entonces yo creo que uno siempre tiene que aprovechar a ala familia, por mientras que estén...a mis abuelos, yo tengo a todos mis abuelos vivos, entonces yo los disfruto cada vez que estoy con ellos, los abrazo y los regaloneo, a veces salimos a andar en bicicleta, mi abuela me enseña a tejer, cocinamos postres, no sé; todos los fines de semana que puedo estar con ellos, yo estoy con ellos.

E: ¿Tienes hermanos?

D: Sí, una de 13 años.

E: ¿Cómo es ella?

D: Se parece a mí, vivimos las tres con mi mamá, ella tiene pareja, pero no vivimos con él. La pareja de mi mamá tiene una hija acá en el colegio, entonces igual es como choro. Con él y con ella me llevo súper bien, yo le digo a ella que es mi hermanastra y todo, ella tiene 17 años.

E: ¿Tú hermana se quiere parecer a ti?

D: Sí, mi hermana se quiere parecer a mi, desde chica siempre me imitó, pero ahora en estos momentos me dice “¡yo estoy tan gorda!”; yo siempre le digo a ella “estás tan bonita Javi” y ella me dice ¡mentira! tú estay bonita, entonces es una relación donde yo la alabo a ella y ella me alaba a mí. Ella es flaca también, pero quiere ser como yo, pero ella es más niña todavía y está en toda la edad de querer ser más mujer, dice “me gustaría tener las caderas más anchas!. Mi hermana se preocupa, hace ejercicios, hace cosas sanas para mantener un cuerpo sano.

E: ¿Cómo te definiría tu familia?

D: Mi mamá me mira y me dice “tan bonita”, me llama preciosa; la otra vez que yo estaba con mucha pena, porque me había ido mal y no sé qué con un gallo, porque yo terminé una relación hace poco tiempo, y quede muy mal; y no lo había visto y el otro día había una fiesta acá en el colegio y lo vi; y me dio mucha pena. Entonces llamé a mi

mamá para que me viniera a buscar al tiro, porque me quería ir y ella vino al tiro, y me llevo para la casa y ahí me puse a llorar; mi mamá me hacia cariño y me decía “pucha y tan linda mi chiquitita”, mi mamá siempre como que me sube la autoestima, nadie de mi familia me hecha para abajo, nunca.

E: ¿Existe comparación entre hermanas?

D: No en nada, ni en las notas ni en el físico.

E: Daniela ¿sigues en el mismo colegio o quieres cambiarte?

D: Estoy en este colegio hasta cuarto medio.

E: ¿Qué te gustaría estudiar?

D: Me gustaría estudiar teatro.

E: Sin tuvieras una entrevista o un examen oral para poder entrar a teatro ¿cómo te prepararías? ¿en que aspectos de ti te preocuparías?

D: Primero le preguntaría a alguien que ya hubiera dado ese examen y averiguaría de que se trata y de qué se fijan las personas que hacen el examen. Ver si es importante la presentación personal, preocuparse de cómo uno tiene que ir presentada. Hay que ir preparada sabiendo, por ejemplo si te preguntan tecnicismo del teatro o cosas así, ir con conocimientos.

E: ¿Te gustaría trabajar en algo ahora?

D: Sí, en el verano, pero no me gustaría ser promotora, pero si me ven y me dicen “oye te vamos a pagar bien”, bueno ya, pero no me gustaría que fuera lo único, porque a mí me gusta como esforzarme para hacer las cosas, y no encuentro que sea ninguna gracia estar parada repartiendo cuestiones, por último limpiaría baños o en un restaurant lavando. hora si fuera promotora y me dicen que baje un kilo lo haría, pero que me tiña el pelo o me cambie entera ¡no!

E: ¿Siempre has pensado de la misma forma?

D: No , antes pensaba distinto, antes yo era mucho más preocupada por el físico, era mucho más superficial; no sé, yo quería tener la ropa más bonita, quería ser la más popular, juntarme con las más llamativas y todo eso. Pero ya no me llama la atención todo eso, yo creo que si uno está en esa parada no te van a faltar los hombres, pero de ahí a encontrar a alguien que te quiera, que te vaya a hacer crecer, no sé si lo voy a encontrar; porque eso es lo que me gusta, estar con alguien porque me va a ayudar de cierta manera y ojalá salga de la relación más grande, más preparada, sabiendo más cosas. Yo creo que sería difícil encontrar a alguien así si tu te muestras superficial. Mis amigos me han dicho que cuando ven a una mujer que se fija sólo en cosas que no son tan importantes-como son las uñas o el pelo-, se cree al tiro que no le dan importancia a cosas importantes; y que ellos para tener una relación, para conocer a una persona o para entregarse a alguien, se fijan en las niñas que están como más centradas, que son grandes, que no piensan en lo físico y que piensan en lo que hay mas adentro.

E: Daniela ¿ellos se fijan realmente en estas niñas “maduras”?

D: Cuando los hombres quieren pasarla bien se fijan en las niñas superficiales; pero cuando ellos quieren conocer a alguien más allá, se fijan en las demás.

E: ¿A qué se debió este cambio ocurrido en ti?

D: Yo creo que empecé a cambiar con la separación de mis papás, fue como a los doce años. Ahí deje de preocuparme en tonteras, yo quise ayudar a mi mamá, porque yo antes pasaba pidiéndole plata y cosas para comprarme, ¡ya no!. Mi mamá ya no tenía el apoyo económico de mi papá, como lo tenía antes y no la podía seguir estrujando de esa manera; yo tenía que ayudarla, yo sabía que ella estaba triste y más sola, yo quería

acompañarla, hacer que no se sienta más sola. Entonces empecé a acercarme más a ella, y yo creo que por eso empecé a aprender más cosas y empecé a aprender más.

E: ¿De donde surgió tu antigua forma de ser?

D: Yo creo que porque cuando chica siempre me dijeron que era fea, después empecé a crecer y los hombres de mi curso primero empezaron a fijarse en mí y los de un curso más arriba. Fue en quinto básico cuando empecé a desarrollar mi cuerpo, las niñas empezaron a ser más de mi porte, entonces empezó a nivelarme. Y a mí se me empezaron como a notar las curvas un poco más grandes que las demás, y ahí empezaron a fijarse en mí las niñas más grandes, las que antes me molestaban, ahora se acercaban a mí, entonces ahí al tiro me empezó a dar más seguridad. Me gusto esa cuestión como de protección entre nosotras, como que nosotras somos las más bonitas, entonces a nosotras nadie nos va a tocar; yo me sentía bien con ellas, era como un bienestar superficial.

## Entrevista N° 6

### Carolina, contextura gruesa, colegio particular.

E: Carolina, cuando te piden que hables de ti misma ¿cuáles crees que son las características más importantes al momento de describirte?

C: Mira eh... soy súper amistosa, una persona súper risueña y que no le importan las cosas superficiales, y eso más que nada, soy súper abierta cachay, me desenvuelvo súper bien y es como lo que más se me nota, cachay.

E: Entonces si tuvieras que definirte, si alguien te dijera Carolina defínete ¿cómo te definirías?

C: Eh...carismática, alegre también; una persona solidaria, soy como bien metida en lo pastoral, eh...risueña y eso.

E: ¿y físicamente como te describirías?

C: Mira eh... sé que tengo mis kilitos de más, que tengo mis rollitos, esas cosas cachay, pero en verdad no me importa; o sea obviamente pa' estar bien de salud hago dieta y toda esa cuestión, pero no me importa tener guata... nada, soy feliz como soy, cachay. Me acepto a mí misma y la gente me quiere como soy.

E: ¿Cómo crees que te ven los demás?

C: Como una buena amiga, eh...para mis amigos también, una persona súper importante pa' ellos, porque siempre los ando ayudando y esas cosas y a ver... como una persona bien risueña, es como raro que a mí se me vea con la cara larga, triste, no, siempre ando con una sonrisa, puedo estar por dentro muy echa tira, pero siempre voy a estar con una sonrisa...cachay.

E: ¿Cuáles de tus características tu mejorarías si pudieras?

C: Eh...soy súper poco tolerante, a mí la gente que me cae mal, no me voy a tomar el tiempo de conocerla ni na'. Entonces soy como bien cerrada en ese aspecto, eso me gustaría mejorar mucho. Porque no me doy el tiempo de conocer a las personas y a lo mejor tengo una mala percepción de ellas...cachay, eso me gustaría mejorar.

E: Carolina ¿que características crees tú que debería tener una mujer para ser atractiva?

C: Eh...mira, las personas así como más de mi curso, de edad 15 años más o menos, son fijadas en el físico cachay; pero por ejemplo, ahora mi pololo no le importa si soy gorda o si soy flaca, si soy fea, si soy narigona cualquier cuestión, pero los dos nos dimos el tiempo de conocernos, y encuentro que es eso lo que hay que hacer, darse el tiempo de conocer a las personas, pa' no dejarse llevar por las cosas físicas cachay. Igual es como súper penca que nadie te pesque porque teniai dos rollos, porque soy guatona cachay, entonces la gracia es que te conozcan.

E: ¿Pero en algún momento eso te importó?, ¿cómo te veías físicamente?

C: Obvio, o sea hasta ahora me importa cachay, por lo que te dije antes de la salud; yo soy una persona súper activa, me gusta el deporte y hay algunas cosas que no puedo hacer porque soy un poco gorda, entonces tengo que estar constantemente yendo al nutricionista, las dietas cachay, entonces esto mismo me llevó a ser un poco diabética, pero súper baja. No esas que me tengo que inyectar ni na', más que nada por la salud me preocupo de mi físico...pero no por algo superficial, de que no me van a pescar, de que no, no me importa en verdad.

E: Cuando te miras al espejo ¿te gusta cómo te ves?

C: Ah no... me gustaría que esto no estuviera cachay (tocándose el abdomen), obvio cuando me pongo un pantalón y se me sale un rollo, me lo saco y me pongo otro cachay; eso sí pero , pero no de que la gente, que la gente me vea mal porque soy gorda, no pa' naa', es para estar bien conmigo misma más que nada.

E: ¿O sea que tú te encuentras gorda?

C: Sí, de echo yo sé que soy gorda, pero para mí no es un impedimento, pa' salir , pa' ponerme una polera más ajustada, pa' na'.

E: Entonces ¿cómo sería para ti una mujer atractiva?

C: Eh...más que nada tenga buenos sentimientos, igual que sea regia físicamente, cachay; porque a lo mejor, yo puedo ser bonita pero tengo linda cara cachay, por lo que me dicen y...que sea bonita por dentro y por fuera es lo mas importante y que sea una persona alegre.

E: Cuando me dices, que sea bonita por dentro ¿como tiene que ser?

C: De partida, buenos sentimientos, onda no andar tirándole mala onda a cualquier persona que se le cruce, ni nada...eh, una persona solidaria también es una persona hermosa, cachay; que pucha, entrega sin esperar recibir nada y que le dolió lo que entregó, eso para mí es una persona hermosa, por dentro obviamente.

E: ¿Y por fuera?

C: Por fuera ... que tengai un bonito pelo, que seay un poco "circunvirumbica", cachay, y eso.

E: ¿Algo más?

C: No, nada más, es que lo de afuera en verdad no me importa mucho.

E: ¿Cuál de esas características que mencionaste para que una mujer sea atractiva, tanto interiormente como exteriormente, crees que tienes tú?

C: A ver, soy súper solidaria, ehh...primero bueno lo espiritual, que soy súper solidaria, eh...como te dije antes cuando te di mis características, risueña y todas esas cosa;. eh...y por fuera puedo ser gordita, pero me encuentro súper linda y yo siempre me ando mirando al espejo, pucha, ¡cada día estoy más linda!, cachay. Igual como que se ríen en mi casa y mi mamá me dice: "¡tan egocéntrica! " y cuestiones, pero si yo no me levanto el ánimo, ¿quién me lo va a levantar? si yo no me digo que estoy linda ¿quién me lo va a decir? cachay. Y todas esas cuestiones pa' mí son súper importantes, y tengo todas esas cosas.

E: Si tuvieras que elegir entre tus mejores características ¿cuáles elegirías?

C: Eh... mejores características; ser risueña, mi mejor característica es esa.

E: Ahora, imagínate que nosotros fuéramos a un lugar y pudiéramos elegir características que nos pudiéramos agregar, tanto espirituales como físicas ¿cuáles elegirías?

C: De las físicas, tener menos guata y más pechugas, lo primero que elegiría, eh...y espirituales, como te dije antes, ser un poco más tolerante, onda, como que elegiría la tolerancia, eh...y también tener algunas veces un poco más de iniciativa, igual como que algunas veces quedo muy pa' adentro y tengo que andar preguntando qué hacer y cosas así, entonces un poco más de iniciativa me gustaría.

E: Y ¿que características te quitarías?

C: A ver,...cambiaría la tolerancia por la poco tolerancia eso lo eliminaría altiro. Eh...¿espirituales y físicas?...ya, de echo la guata, chao guata ¡jaja!

E: ¿Por qué? ¿qué tiene tu guata?

C: O sea, que igual mi guata tiene rollos, soy gordita, entonces eh... que más, eso no más, porque estoy contenta con lo demás.

E: ¿En qué consiste para ti la belleza?

C: ¿La belleza?... una persona que sabe sacar provecho de sí misma, es una persona bella para mí.

E: Sacar provecho ¿en qué sentido?

C: Eh... en el sentido físico, porque hay personas que son encachaditas, pero onda, que no se encrespan las pestañas, no se pintan un poquito, cachay. Eso no es sacarse provecho para mí, y las personas que no hacen na' cachay, personas que están metidas en la droga, que están ahí tomando en cualquier lugar, que podrían estar haciendo otras cosas cachay; por ejemplo, yo estoy en un equipo pastoral en el colegio Salesiano, cachay; y para mí es rico ver a tantos jóvenes que están haciendo cosas por otras personas, en vez de estar en una plaza drogándose, cachay, entonces eso es como bien importante también.

E: Hace un rato me hablaste de una persona regia físicamente. ¿cómo es una persona regia físicamente para ti?

C: No se poh, una cinturita de 20 centímetros, eh... no sé, es que más que nada una persona regia físicamente sería una persona flaca, bonitas piernas, bonita cara, bonito pelo, todo eso.

E: ¿Hay alguna situación en la que te gustaría tener éxito? o ¿ser exitosa en alguna cosa?

C: O sea, en lo que pienso estudiar más adelante.

E: ¿Qué es lo que quieres estudiar?

C: Medicina...es que tengo dos posibilidades, en realidad, controlador de tránsito aéreo, esos que están en las torres y toda la cuestión, en el aeropuerto y medicina. Igual son cosas súper distintas, pero si llego a elegir alguna de las dos, me encantaría ser exitosa en eso.

E: Y ¿cómo crees que puedes lograr éxito en esas cosas?

C: Puedo lograr éxito esforzándome cada día en ser mejor, en hacer bien las cosas y bueno, son carreras que hay que estudiar harto, entonces, ponerle el mayor empeño posible.

E: ¿Cuál de tus características crees que te servirían para lograr éxito en una carrera?

C: Para lograr éxito yo creo que me serviría la responsabilidad, el ser, como se dice, perseverante.

E: ¿Tú crees que tienes esas características?.

C: Sí, yo creo que tengo esas características.

E: ¿Hay alguna otra característica que te serviría?

C: Otra característica que me serviría sería la responsabilidad, la perseverancia, y el amor también, porque si tengo amor por lo que hago, va a ser como más fuerte el estudiar cada día, el esforzarme, y eso.

E: ¿Hay alguna característica física importante para lo que quieres lograr?

C: No, para nada.

E: Imagínate una situación en la que hayas tenido éxito. ¿A qué crees que se debió el éxito? ¿que influyó en que tuvieras éxito?.

C: ¿Que me haya pasado? o que ...

E: Que te haya pasado y que tú hayas dicho ¡bien, lo hice y me resultó!.

C: A ver, ¿te acordai que te dije de mi equipo de pastoral?, ya; ese equipo tiene integrantes y tiene coordinadores, cachay, entonces yo entré como un integrante del

equipo y trabajé, me esforcé, hice las cosas que me pedían y este año me pidieron ser del equipo de coordinación, cachay, entonces ese fue como mi mayor éxito entre las cosas que yo hacía, cachay, que era servir a la comunidad y bueno ahora soy la que organizo las cosas, delego funciones y eso pa' mí es tener éxito; lograr, o sea, más que nada subir de rango en las cosas que me gustan, me sentí bien con eso.

E: ¿Y cómo lograste eso?

C: Logré éxito siendo perseverante también, responsable, ¿que más?... siendo simpática también, porque yo ando bien con la gente y toda la cuestión, porque no podían elegir a una persona que se llevara mal con todo el mundo, cachay; y... más que nada teniendo las ganas de servir y servir a dios sobre todo, que es lo que se nos pide en el equipo de pastoral.

E: Carolina, tú me decías que pololeas ¿Has pololeado otras veces?

C: Sí.

E: ¿En que crees tú que se fijan los hombres de las mujeres?.

C: Es que mi experiencia ha sido un poquito mas arriba de 17 años y todos han sido mayor, pero con las personas que he estado antes han sido mis amigos, entonces yo creo que con el tiempo me han ido conociendo y todas esas cosas, como que los niños no se fijaron en mi parte física, sino en lo de adentro; entonces eso fue lo que les llamó la atención de mí, pero onda, en general yo cacho que los niños andan mirando los potos, que sean flacas, pechugonas y toda la cuestión, pero mis experiencias han sido todas así, con personas que yo he conocido antes y que no altiro pinchamos al otro día, nos pusimos a pololear, nos conocimos ese día, no, sino que, pucha, con el niño que estoy pololeando ahora, nos conocemos hace 2 años entonces como de a poco.

E: ¿Qué aspectos crees que son importantes de una mujer para conquistar al sexo opuesto?

C: El ser simpático, es como súper importante porque a los niños no les gusta mucho las niñas amargadas y que anden con la cara larga y también no ser tan “huequita”, porque hay niñas que, onda, se juntan con sus pololos a puro darse besos y la cuestión, pero no, también hay cosas que conversar cachay; entonces tener un tema es súper importante y eso más que nada.

E: ¿A qué te refieres cuando dices “huequita”?

C: No se po' a ver, una persona que no piensa, que lo único que piensa es en salir, en verse bien; ehh...en ¡cómo me queda este color, cómo me queda este otro! y no piensan en las cosas contingentes, las cosas que están pasando, cachay, en que si en su casa hay un problema no están ni ahí, porque ellas se ven súper lindas con esos pantalones, cachay, por ejemplo, te lo digo así con esta seguridad porque mi hermana es así, cachay, es como no se poh, si ella se ve regia, pucha, ¡qué importa que mis papas estén peleados, que mi hermana esté enferma!, cualquier cuestión poh, cachay.

E: ¿Tu hermana es más grande o más chica?

C: Sí, es más grande, va en 4° medio, o sea este año va a salir de 4° medio, es como que me da rabia eso porque no pone los pies en la tierra y no se da cuenta que va a salir y tiene ene problemas en el colegio, cachay; hace la simarra seguidísimo, bajas notas y, onda, ahora como en los dos últimos meses se puso las pilas, pero si no te hay puesto las pilas en 4 años ¡de qué sirve ponérselas en dos meses!, cachay, y es como que no le importa nada, le importa solamente verse bien, salir.

E: Eso es espiritualmente y físicamente ¿como es?.

C: Mira, nosotras somos 3, somos todas como iguales, pero ella es un poco más flaca y onda se anda preocupando de hacer dieta, de que no se le vaya a ver el rollo, de levantarse las pechugas, cosas así, y es como súper superficial, no le importa nada, sólo ella.

E: Y ella ¿tiene suerte con los hombres?

C: Sí, estaba pololeando ella también pero no le veo mucho futuro a la relación, porque ella es como que un día anda con uno, la aburrió, después busca a otro.

E: Tú me dices que para que se fijen en ti, tú crees que no hay que ser huequita y ¿tú dirías que tu hermana es así?.

C: Claro, tiene suerte porque ella es rubiecita, tiene la nariz bonita, pero también la van conociendo y como que, ¡ya!, pucha, ¿qué estoy haciendo con esta mina si no hace na', cachay?

E: Y ¿en qué otro aspecto se fijan en ella? a parte de que es rubiecita, tiene la nariz respingada y eso.

C: Bueno, igual la Lorena, es una persona cariñosa cuando quiere serlo, entonces en ese momento se pondrá cariñosa.

E: Pero, ¿tú crees que se fijan en ella más por sus características físicas?

C: Sí, se fijan en ella por sus características físicas, porque si se fijaran en ella por lo interior, ¿duraría más de dos semanas una relación?...no.

E: ¿Qué aspectos crees tú que son importantes o que tus amigos valoran de ti?

C: Que soy una persona súper entregada, onda, que cualquier cosa que me pidan voy a estar ahí, me pueden llamar a las 2 de la mañana y me dicen Carolina tengo que hablar contigo, pasa esto, y yo me despierto a esa hora y pongo la oreja ahí para escucharlo; que los ayudo cuando están deprimidos, los ayudo como a levantarse un poco, o sea, por ejemplo, un amigo ahora que la abuelita está medio mal, yo misma le contaba mi experiencia con mis abuelos, que se tenía que acercarse a ella si sabía que le quedaba poco tiempo, entonces como que soy buena para escuchar a mis amigos y eso ellos me lo agradecen.

E: Y ¿tus amigos en que se habrán fijado como para acercarse a ti?.

C: Igual me dicen esas cosas, que lo que más les llamó la atención de mí, es que yo siempre andaba contenta, cachay; entonces mis amigos me cuentan ahora, que tenían ganas como de conocerme y conversar, ver cómo era, eso es lo que me han dicho.

E: Y tu pareja o algún andante ¿en qué se ha fijado antes de conocerte?.

C: No sé, creo que en lo mismo, es que es como carisma, atraigo a las personas, cachay, entonces eso es lo que creo que hace que vengan a mí, me conozcan y a lo mejor, como pasó con mi pololo, le gusté.

E: Y ¿qué aspectos crees tú que tu familia valora de ti?

C: Que soy súper responsable, que mis papás si me dan algo, por ejemplo, yo soy nueva en este colegio y igual es un poco caro y toda la cuestión, entonces yo siento que mis papás están haciendo un esfuerzo para que yo esté acá; entonces ¡cómo me voy a sacar malas notas!, ¡cómo no les voy a responder!, entonces eso es lo que valoran mis papás, que a pesar que ellos están haciendo un esfuerzo yo estoy respondiendo y respondiendo bien. Y también que los ayude a ellos, ellos también participan en grupos pastorales y yo estoy con ellos, entonces yo cacho que valoran mucho que estemos juntos en esas cosas.

E: ¿Tus hermanas también están en el colegio?

C: No, mi hermana está en la universidad y la otra está en el María Auxiliadora, en el colegio que iba yo antes.

E: ¿Qué valora Lorena de ti?

C: Yo creo el que la escuche, porque mi otra hermana grande igual como que si tenemos problemas, podemos contárselos y toda la cuestión, pero como la Lorena tiene mas cercanía conmigo que con la Paola, entonces si me habla a mí, yo la voy a escuchar, pero a veces la reto también, entonces esas cosas hacen que se aleje un poco de mí y lo que valora la Lore yo creo, es que yo soy una de las pocas personas que la escucho.

E: Tú me decías que Lorena estaba preocupada de cómo se ve al espejo y de cómo se vestía ¿ella te dice algo a ti?

C: ¿Porque soy gordita?

E: No, por cómo te ves físicamente o porque tú no te preocupas a lo mejor tanto de la apariencia.

C: No, o sea yo le pregunto a veces ¿cómo me quedan estos pantalones? No, es que se te sale un rollo y la cuestión, pero son cosas que tomo , no me molestan porque sé que es así cachay, pero no es que ande diciendo "¡yo soy más flaca que tú y tú eres más gorda!" ¡no!, en ese sentido no, lo que me molesta es que sea superficial, pero no me anda molestando ni nada.

E: Carolina ¿qué aspectos crees que te hacen sentir más segura?

C: ¿Más segura?... yo creo que la confianza en uno mismo, yo soy una persona que si hace algo, sé que estoy haciendo y por algo estoy haciendo lo que estoy haciendo, entonces eso me hace sentir segura, porque no voy a hacer las cosas ni por tontear ni por hacerlas al lote ni na', sino que encuentro que hago las cosas y las hago bien y si me comprometo con algo también. También que las personas te digan, ¡estay bien, estay excelente!, también son cosas que te hacen sentir segura.

E: Que te elogiara cuando hagas algo bueno...

C: Claro, onda no que me aplaudan todo el rato, onda ¡esto hizo ella!, no poh, sino que un reconocimiento.

E: Por ejemplo, si tú tuvieras que dar una entrevista oral para ser aceptada en un colegio o en la universidad o algo que fuera importante para ti ¿de qué te preocuparías?

C: Yo creo que ir bien presentable, porque como que esas cosas las miran harto porque lo veo por mi hermana cuando fue a la universidad, tenía que ir formal porque si no le bajaban la nota, entonces yo creo que una entrevista debe ser igual, tenía que ir bien presentable, pa' que tengan una buena percepción de ti, porque en ese momento no te conocen, entonces te ven físicamente, cachay.

E: Entonces ¿de qué te preocuparías físicamente?

C: De verme bien, arreglarme bien y de elegir una ropa adecuada.

E: ¿Hay algo más de lo que te preocuparías?

C: O sea, de lo que me preocuparía en la entrevista sería de darme a conocer súper bien para que no solamente se queden con lo físico, cachay, sino que también en el tiempo que tenga la entrevista, me conozcan súper bien, cachay.

E: ¿Tú siempre te has descrito de la misma forma?

C: Sí, siempre me he descrito de la misma forma.

E: ¿Siempre has sido igual o hubo un momento en que esto cambió?

C: No, es que siempre he sido como... es que siempre he sido igual, hasta cuando era chica era...

E: Y ¿desde cuando chica?

C: A ver, como en 5° básico.

E: Y ¿qué pasó en 5° básico que cambió esto y que Carolina ahora se siente como con más confianza, más segura?

C: En 5° básico, yo creo que fue más prematuro mi cambio, no biológico, sino mental, del pasar de ser una niña a un poco más señorita, cachay; porque en 5° básico tuve mi primer pololo, igual una relación súper pendeja y toda la cuestión, pero igual son cosas que cambian, porque era la única del curso, era un colegio de puras mujeres, entonces las del María Auxiliadora, era como típico que se juntaban con los del Salesiano, entonces era la única que pololeaba, cachay, no sé por la única a la que el pololo la iba a buscar al colegio, en ese tiempo él iba en 7° y yo en 5°, cachay, entonces como que ahí fue el cambio y no sé, me empecé a sentir más segura

E: ¿En quinto cómo eras físicamente?

C: A ver... si es que antes era más gordita, entonces esas cosas que te dije, pucha, yo soy gordita, un niño se fijó en mí y ¡estoy pololeando!, entonces es como que te hacen sentir feliz, cachay, y ahí fue la etapa en la que cambié.

E: Tú me dices que hubo una etapa en que estabas gordita. ¿alguna vez te molestaron por ser gordita?.

C: Nunca, nunca...yo creo que también por mi personalidad, la gente no me molesta, porque yo soy una persona que se preocupa de darse a conocer interiormente, antes de que la puedan percibir físicamente, o sea, ahí está lo primero que entra, pero se trata de conversar con una persona, de hablarle, no sé, yo cacho que también entra, entonces eso es lo primero que busco, que me conozcan antes de que me juzguen o cualquier otra cosa.

E: Tú dices que eres nueva en este colegio, ¿en este colegio se ha producido alguna diferencia porque no te conocían? ¿te dijeron algo?

C: Sabís que para nada, yo entré con un miedo atroz porque yo vengo de un colegio particular subvencionado y venía con un miedo de que me llamaran negrita y la cuestión y no, sabí que entré acá y fue como, a pesar de que es un mundo distinto, acá vivimos todos como, no como la mayoría y no sé, pensar que me podían molestar por el físico, no sé por, cualquier tontera, pero entré y me di cuenta que no, mis compañeros me recibieron súper bien y hasta ahora siento como que hubiese venido de kinder con ellos; en un momento, en un consejo de curso les di las gracias a mis compañeros por que me sentí como súper bien acogida y si hubiesen tenido otra mentalidad no hubiese sido igual.

E: O sea que tus compañeros de alguna u otra forma son más maduros se podría decir...

C: Sí, yo creo que sí, que mis compañeros son más maduros.

E: A parte de esta época, en que influyó en ti el 5° básico, este pololo y que a pesar de que tú dices que eras gordita, igual tenías pololo, ¿qué más puede haber influido?

C: ¿En mi cambio dices tú?, yo creo que a lo mejor pasar una etapa, porque antes el colegio se dividía en tres, bueno la básica, más básica que es el primer nivel, el segundo nivel que era de 5° a 8° y después el tercer nivel que era la media, entonces éramos como las más grandes, del nivel básico primero...éramos las más grandes, las más bacanes y eso también como que me hizo cambiar un poco y bueno también que de más chica hice también la primera comunión y eso como que empezó a fortalecerme más espiritualmente.

E: Carolina ¿Tú crees que aceptan igual a todas las niñas aunque no sean flaquitas?

C: No pa' na', tu decí entre las flacas y las más gorditas, ¿si aceptan a las dos por igual?

E: Sí

C: No, yo creo que no, que no aceptan por igual a las flacas o a las gorditas, onda, estamos en una sociedad súper discriminantes, van a discriminar al que es negro, van a discriminar al que es gordo o al que es muy flaco o al que es muy blanco; entonces por todo va a haber algo, ¿por qué burlarse o por qué discriminar? o ¿por qué decir ,no, oye tú no?, entonces las flacas son como más lindas a los ojos de las personas, cachay, aunque yo me considero súper bonita, pero para las gorditas hay como más impedimentos.

E: ¿Cómo cuáles, por ejemplo?

C: Ah, no sé poh, por ejemplo a una gorda, a una godita no te la van a aceptar en una escuela de modelaje, eh...no la van a aceptar para ir a Rojo por ejemplo y Mekano tampoco cachay, entonces en eso también entra, bueno pasando a otro tema, en eso también entra un poco la obsesión de las más gorditas por ser flacas, ¿porque yo quiero ser como ella, yo quiero ser como ella, yo quiero ser como ella!, entonces eso como que también las enferma un poco; yo gracias a dios no he pasado por esas etapas y pienso nunca pasarlas tampoco, porque yo me siento como soy y me encuentro súper bonita como soy.

E: Alguna niña que no sea flaquita y que no tenga tus características de ser simpática, ¿tú crees que a ella la molestarían?

C: A lo mejor sí, por ejemplo, una persona en el colegio puede ser regia, flaca ,estupenda pero que anda con las calcetas acá arriba, que no se arregla y que anda no sé poh, toda apagada, es una ñoña, cachay; entonces siempre hay algo porqué molestar a las personas, que son flacas, gordas, negras, chicas; siempre va a haber algo, pero igual gracias a dios a mí no me ha tocado que alguien me moleste porque soy gorda, porque soy chica o por plata.

E: ¿Has visto a alguien que molesten por plata?

C: Sí, si he visto a gente que molesten por plata, acá en el curso, sí, si he visto, pero es que son personas que no caen bien poh, cachay; por ejemplo, tengo una compañera que es súper pesada, igual es gordita y toda la cuestión, pero es súper pesada entonces todos la molestan porque es así, entonces si la molestan a ella ¿por qué no me molestan a mí? es porque soy simpática y porque me ando riendo.

E: ¿Tú crees que eso hace la diferencia entre tu y ella?.

C: Sí, eso la diferencia entre ella y yo, porque yo soy simpática.

E: ¿Tú crees que si no fueras simpática también te molestarían?

C: Sí, si llegai toda pesada, toda cuica, hubiese causado una mala impresión, entonces me hubiesen empezado a molestar, que hací fue como entró ella.

E: Y ¿en tu familia es importante a lo mejor este tema o no?

C: ¿El tema de ser bonita?... o sea, mis papás también están preocupados por la salud, ellos son los que me dicen: “Carolina, anda al nutricionista, Carolina esto, esto otro, hácete el examen”, pero más que nada por la salud, o sea, mis papás como que te levantan el autoestima, a parte de que yo me la levanto mucho, ellos también, y que mi papá y mamá me dicen que estay linda y la cuestión, es como que en realidad no me importa, más que nada por la salud.

E: ¿Tú crees que haya un ideal de mujer linda, atractiva físicamente?, como un ejemplo de mujer linda.

C: A ver... físicamente una mujer tiene que ser flaca obviamente, ehh...o sea, ser bonita físicamente, la cara tostadita, cachay, ese es como el prototipo de la mujer linda.

E: O sea ¿tú crees que estaría asociada lo flaca a lo linda?.

C: Sí, claro, el ser flaca está asociado a ser linda.

E: Y ¿de dónde tú crees que salen estos prototipos? ¿hay algún referente?

C: O sea, tú veí una revista y veí una galla que está modelando ropa interior o la mina regia cachay, la media cintura.

# **APÉNDICE C**

## **Cartas de Autorización**



Valparaíso, Septiembre 2004.

Estimado Sr (a) director del establecimiento educacional.

Junto con saludarle le comunicamos que las alumnas seminaristas de la carrera de Psicología de la Universidad de Valparaíso, Claudia Brante y Tamara Sáez; a cargo de la profesora guía, Psicóloga Liliana Contreras; se encuentran realizando un trabajo de investigación consistente en conocer las opiniones de las adolescentes en relación a la imagen corporal.

Para realizar este estudio solicitamos a usted autorizar la participación de tres de sus alumnas de primer año medio, la cual será voluntaria y anónima. Lo anterior consistirá en una entrevista cuya duración es de 45 minutos aproximadamente, la que se llevará a cabo en el lugar estipulado por el establecimiento educacional.

Todos los datos obtenidos serán tratados en forma confidencial; los resultados generales de esta investigación estarán disponibles en caso de requerirlos, una vez que haya finalizado el estudio.

Sr (a).....si autoriza la participación de sus alumnas, por favor firme a continuación:

.....

Agradeciendo su colaboración, se despide atentamente:

.....

Ps. Liliana Contreras A.



Valparaíso, Noviembre 2004.

Sr. Apoderado:

Las alumnas seminaristas de la carrera de Psicología de la Universidad de Valparaíso, Claudia Brante y Tamara Sáez; a cargo de la profesora guía, Psicóloga Liliana Contreras; se encuentran realizando un trabajo de investigación consistente en conocer las opiniones de las adolescentes en relación a la imagen corporal.

Para realizar este estudio necesitamos contar con el consentimiento de usted para autorizar la participación de su pupila, la cual será voluntaria y anónima. Lo anterior consistirá en una entrevista cuya duración es de 45 minutos aproximadamente. Todos los datos obtenidos serán tratados en forma confidencial; los resultados generales de esta investigación estarán disponibles en caso de requerirlos, una vez que haya finalizado el estudio.

Sr. Apoderado, si usted autoriza la participación de su hija en nuestra investigación, por favor firme a continuación:

.....

Agradeciendo su colaboración, se despide atentamente:

.....

Ps. Liliana Contreras A.



Valparaíso, Noviembre 2004.

Estimada alumna:

Las alumnas seminaristas de la carrera de Psicología de la Universidad de Valparaíso, Claudia Brante y Tamara Sáez; a cargo de la profesora guía, Psicóloga Liliana Contreras; se encuentran realizando un trabajo de investigación consistente en conocer las opiniones de las adolescentes en relación a la imagen corporal.

Para realizar este estudio necesitamos contar con tu valiosa participación, la cual será voluntaria y anónima. Lo anterior consistirá en una entrevista cuya duración es de 45 minutos aproximadamente.

Todos los datos obtenidos serán tratados en forma confidencial; los resultados generales de esta investigación estarán disponibles en caso de requerirlos, una vez que haya finalizado el estudio.

Si deseas participar en nuestra investigación, por favor firma a continuación:

.....

Agradeciendo tu colaboración, se despide atentamente:

.....

Ps. Liliana Contreras A.