

PAGINA DE AUTORIDADES

LIC. JOSE MAURICIO LOUCEL
RECTOR

LIC. RAFAEL RODRIGUEZ LOUCEL
VICERRECTORA ACADEMICA

JURADO EXAMINADOR

DR. OSCAR REYNALDO SARAVIA
PRESIDENTE

DR. HERBERT ADONAY ARGUETA
PRIMER VOCAL

LICDA. SILVIA CAROLINA BARRIENTOS
SEGUNDO VOCAL

DICIEMBRE, 2005

SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTRO AMERICA



Agradecimientos

Agradezco a DIOS por darme vida y salud para alcanzar esta meta, gracias por darme sabiduría y estar a mi lado en todo momento.

Agradezco a mi madrecita Martita por el amor incondicional que siempre me ha demostrado, por ser un eje de inspiración, por estar pendiente y apoyarme a lo largo de mi carrera.

A mi padre Mario por estar pendiente y darme sus consejos.

A mi hermano Humberto que desde mi niñez me cuido y dedico de su tiempo.

A mis hermanos Milton y José por cuidarme y quererme, por el apoyo económico que me brindaron.

A mi hermana Vilma Landaverde y hermanos Fredy, Wilson, Leonel por escucharme y confiar en mí.

A mi esposo Tirso por inculcarme tolerancia y apoyarme, por su comprensión y consejos que me dio a lo largo del proceso de grado.

A mis sobrinos por ser el centro de alegría y paz en mi vida

A mis cuñadas por permitirme compartir mis alegrías y tristezas.

A mi compañera de tesis por su confianza y comprensión.

A mi asesora de tesis por el esfuerzo y tiempo que dedico.

Delmy Edith Landaverde Landaverde



AGRADECIMIENTOS

AGRADEZCO A DIOS POR PONER SU MIRADA EN MI Y ESTAR A MI LADO DURANTE EL TRAYECTO DE MI VIDA. POR ESTAR EN LOS MOMENTOS DIFICILES Y AYUDARME A CUMPLIR MIS SUEÑOS.

DOY GRACIAS A MIS PADRES, CRUZ LEMUS Y PEDRO VALLADARES QUE ME APOYARON Y HAN SIDO MI MOTIVACION PARA CUMPLIR MIS METAS. INCULCARON EN MI EL DESEO DE SUPERACION Y LO IMPORTANTE DE CULMINAR CADA SUEÑO QUE ME PROPONGO.

A MIS HERMANAS: JEANNETTE VALLADARES, KARLA VALLADARES, EVELINE VALLADARES, VILMA LEMUS Y ROXANA LEMUS. MIS SOBRINOS JESSICA Y BRYAN. MIS AMIGOS ADRIAN QUINTANILLA Y ERIKA MELGAR. LES AGRADEZCO SU APOYO INCODICIONAL.

GRACIAS A MIS MAESTROS Y ASESORA POR COMPARTIR CONMIGO SU EXPERIENCIA Y CONOCIMIENTOS.

JAKELINE VALLADARES LEMUS

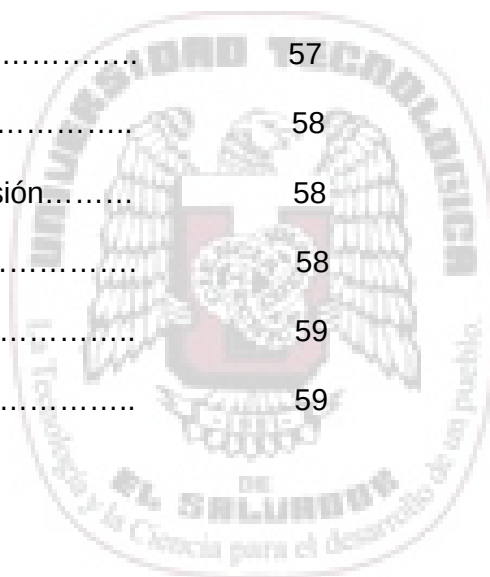


INDICE

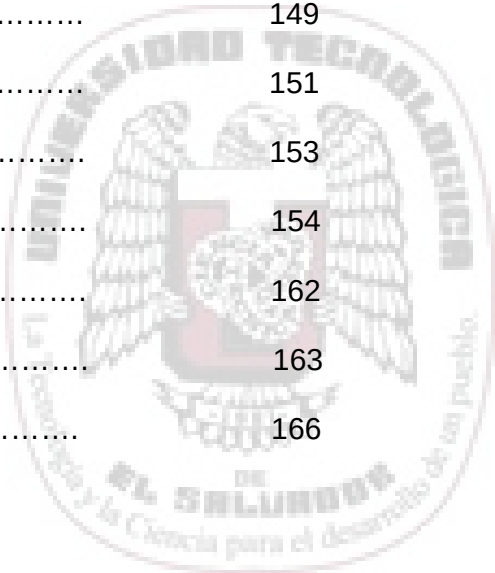
	Pág.
Introducción.....	i –iii
CAPITULO I SITUACION PROBLEMÁTICA	
1.1 Planteamiento del problema.....	1
1.2 Delimitación del problema.....	8
1.3 Justificación.....	9
CAPTULO II SISTEMA DE OBJETIVOS	
2.1 Objetivo general.....	12
2.2 Objetivos específicos.....	12
CAPITULO III SISTEMA DE HIPOTESIS	
3.1 Hipótesis general.....	14
3.2 Hipótesis específicas.....	14
CAPITULO IV MARCO TEORICO REFERENCIAL	
4.1 Antecedentes históricos de los trastornos de alimentación.....	17
4.1.1 Masa corporal.....	19
4.1.2 Tipos de trastornos de alimentación.....	20
4.1.3 Sintomatología de los trastornos de alimentación.....	24
4.2 Conformación de Imagen Corporal.....	28
4.2.1 Antecedentes históricos de Imagen Corporal.....	28
4.2.2 Influencias de modelos ideales de Imagen Corporal.....	31
4.2.3 Medios de comunicación.....	32
4.2.4 Imagen Corporal.....	33
4.2.4 Aceptación de Imagen Corporal.....	33



4.2.5 Insatisfacción corporal.....	34
4.2.6 Imagen Corporal negativa.....	35
4.2.7 Obsesión por la Imagen Corporal.....	37
4.2.7.1 Sintomatología de obsesión por el cuerpo.....	37
4.2.7.2 Dietas.....	38
4.2.7.3 Cirugías plásticas.....	39
4.3 Alteración de la Imagen Corporal.....	41
4.3.1 Sintomatología general de alteración de Imagen Corporal.....	46
4.4 Sustentación teórica.....	47
4.4.1 Teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget.....	47
4.4.2 Teoría del aprendizaje por observación de Albert Bandura.....	50
4.5 Adolescencia.....	52
4.5.1 Desarrollo de la pubertad.....	53
4.5.2 Características del desarrollo de la adolescencia.....	54
4.5.3 Crecimiento físico.....	55
4.6 Depresión.....	56
4.6.1 Definición de depresión.....	57
4.6.2 Tipos de depresión.....	57
4.6.3 Sintomatología general de depresión.....	58
4.6.4 Criterios diagnósticos de los niveles de depresión.....	58
4.6.4.1 Depresión leve.....	58
4.6.4.2 Depresión moderada.....	59
4.6.4.3 Depresión grave.....	59



4.6.5 Depresión en el adolescente.....	59
CAPITULO V METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION	
5.1 Población.....	61
5.2 Muestra.....	62
5.3 Instrumento.....	65
5.3.1 Generalidades del instrumento.....	65
5.4 Procedimiento general de la investigación.....	68
5.5 Diseño de la investigación.....	70
CAPITULO VI	
6. Análisis de resultados.....	71
6.1 Comprobación de hipótesis.....	73
6.2 Presentación de resultados.....	75
CAPITULO VII CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
7.1 Conclusiones.....	126
7.2 Recomendaciones.....	131
Glosario.....	133
Bibliografía.....	143
CAPITULO VIII : PRESENTACION DEL PROGRAMA	
PREVENTIVO “CONOCER, CUIDAR Y ACEPTAR MI CUERPO”	
Introducción.....	149
Justificación.....	151
Objetivos.....	153
Generalidades del programa	154
MODULO I: CONOCER MI CUERPO	162
1.3 Cambios físicos en la adolescencia.....	163
1.4 Relación entre apetito y ambiente social	166



1.6 Alimentación balanceada	170
1.7 Metabolismo.....	178
MODULO II: CUIDAR MI CUERPO	181
2.3 Imagen Corporal.....	182
2.7 Trastornos de alimentación.....	190
2.8 Consecuencias fisiológicas y psicológicas de los trastornos de alimentación	195
MODULO III: ACEPTAR MI CUERPO	199
3.3 Autoaceptación y equilibrio.....	200
3.4 Estética Corporal.....	201
3.5 Control de la presión social.....	203
3.6 Autoestima y aceptación del cuerpo.....	205
3.10 Motivación y aceptación de Imagen Corporal.....	219
3.11 Depresión en relación a la Imagen Corporal.....	224
3.12 Ansiedad y trastornos de alimentación:	
Imagen Corporal	227
MODULO IV: HERRAMIENTAS PSICOLOGICAS PARA EL MANEJO DE IMAGEN CORPORAL.....	236
4.3 Técnica cognitiva.....	236
4.4 Técnica conductual.....	238
4.5 Técnica racional emotiva.....	239
Bibliografía.....	240



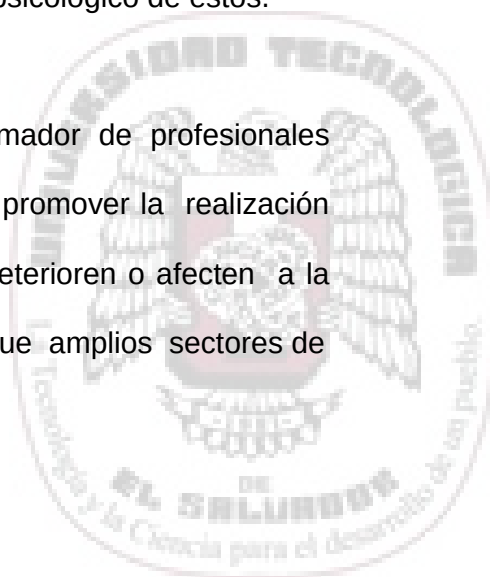
INTRODUCCION

En la actualidad el número de adolescentes que son influenciados a tener una Imagen Corporal aceptada es alta, pues la información que reciben por los diferentes medios de comunicación permiten que se genere una autoexigencia, ya que le han atribuido mucha importancia a la Imagen Corporal constituyéndola como un parámetro para evaluar a las personas. Dichas evaluaciones pueden generar consecuencias graves como depresión, trastornos de alimentación entre otros; que posteriormente afectan la salud física y mental de los individuos.

La sociedad Salvadoreña no está exenta de lo antes mencionado, por lo que en el presente trabajo de investigación se aborda el problema relacionado, entre los estados de ánimo depresivos y los trastornos de alimentación caso específico: Imagen Corporal en adolescentes de centros educativos públicos y privados.

Para ello fué necesario tomar en cuenta la realidad que se vive en el ámbito educativo; escenario que presenta diferentes problemáticas que aquejan a los estudiantes y como consecuencia limitan el desarrollo psicológico de éstos.

Por ello la Universidad Tecnológica como ente formador de profesionales comprometidos con la sociedad, se interesa por promover la realización de investigaciones; que estudien problemáticas que deterioren o afecten a la población. Con esta investigación se contribuye a que amplios sectores de



la población Salvadoreña, mejoren su calidad de vida mediante las alternativas de solución que se propongan.

Esta investigación consta de ocho capítulos en los cuales se pretende abordar la problemática antes planteada y se estructura de la siguiente manera:

Se describe la condición actual sobre Imagen Corporal como parte de los trastornos de alimentación y su relación con los estados de ánimo depresivos; cada uno de estos se desarrolla específicamente enfocándose en la situación que se encuentran los adolescentes de educación media. Además se presenta la delimitación donde se determinó el tiempo en que se realizaría la investigación, las instituciones educativas que participarían y características de la población, luego se planteó la necesidad de realizar una investigación de este tipo.

Se plantean los objetivos a alcanzar en la investigación, los cuales beneficiarían al grupo investigador como también a la población a estudiar.

Se plantean diferentes alternativas de solución las cuales se pretenden comprobar si el fenómeno en estudio ocurriría o no, a través de un sistema de hipótesis.

Se presenta el marco teórico referencial en el que se abordaron diferentes temática como: trastornos de alimentación, Imagen Corporal, depresión



adolescencia y teorías que sustentan la relación con las temáticas antes mencionadas.

La metodología fue necesaria para detallar las áreas de trabajo como: población, muestra, diseño de un instrumento y se describe con precisión el procedimiento de la investigación.

Se realizó el análisis de resultados en el cual se llevó a cabo la comprobación de hipótesis, el análisis cuantitativo y cualitativo por medio de gráficos y tablas.

Conclusiones y recomendaciones, se determinaron en base a los resultados observados; lo que permitió establecer recomendaciones tanto para las instituciones educativas como para futuras investigaciones.

Se presenta la propuesta de un programa preventivo sobre el manejo de Imagen Corporal, trastornos de alimentación y estados de ánimo depresivos en adolescentes con el que se pretende reducir los índices de adolescentes afectados por dicha temática de investigación.



