

Satisfacción con la Imagen Corporal de mujeres que asisten a gimnasios en la ciudad de Jataí-GO

Jéssica Piva - Universidad Federal de Goiás/Regional Jataí –
jessicappiva@hotmail.com

Vivianne Oliveira Gonçalves - Universidad Federal de Goiás/Regional Jataí –
nanifef@hotmail.com

Resumen: Durante los últimos años, ha habido una creciente preocupación con la imagen corporal. La sociedad, en general, estipula estándares de belleza y hay una búsqueda incesante por la perfección estética. Como la mayoría de la población no se ajusta a estos estándares, pueden surgir alteraciones respecto a la forma cómo el individuo ve a sí mismo y se relaciona con la sociedad. El objetivo de este estudio fue determinar si las mujeres de 19 a 35 años, con índices de masa corporal (IMC) normal, que asisten a gimnasios de la ciudad de Jataí-GO, están satisfechas con sus cuerpos y si el ideal corporal propagado por los medios de comunicación influyen en la percepción de su imagen corporal. Participaron como voluntarias en este estudio treinta mujeres con edad de 19 a 35 años y que tienen IMC normal. Éstas respondieron a los cuestionarios BSQ-34 y SATAQ-3 y participaron también en una entrevista. Los resultados muestran que el 50% de las mujeres no presentaron distorsiones de la imagen corporal y 50% presentaron distorsiones leves a moderadas. El análisis de correlación mostró una asociación positiva, aunque moderada, entre el total de las puntuaciones de ambos cuestionarios. Las entrevistas realizadas corroboran los datos cuantitativos, ya que fue posible identificar que el patrón de cuerpo vehiculado por los medios de comunicación es el que las mujeres desean. De esta

manera, se concluye que aunque las participantes presenten IMC normal, la mitad de ellas presentan insatisfacción corporal y sufren gran influencia de los patrones corporales impuestos por la sociedad actual.

Keywords: Imagen corporal; Patrón corporal; Medios de comunicación.

1. Introducción

En los últimos años ha habido una creciente preocupación con el cuerpo, que se convirtió en el objetivo de las prácticas que garantizan a la obtención de una figura siempre joven, guapa y esbelta. Para lograr este cuerpo, son necesarios realizar dietas extremas, cirugías plásticas y actividades físicas de manera exagerada, sin importar las consecuencias. Muchas veces, aunque hay valores de índice de masa corporal adecuado para el mantenimiento de la salud, el tipo físico ideal es determinado culturalmente, como si hubiera un patrón corporal que las personas que practican actividad física buscan lograr (Damasceno et al., 2005).

Berguer (2010) apunta que la mayoría de las personas busca un patrón corporal que es constantemente vehiculado por los medios de comunicación. Sin embargo, los estándares son tan altos, que por más guapa y delgada que sea la mujer, difícilmente se semejará con la modelo de la revista y esto conduce a frustración y rechazo del propio cuerpo, afectando la percepción de la imagen corporal.

Para Schilder (1999), la imagen corporal es la representación de nuestro propio cuerpo que formamos en nuestra mente, es decir, cómo nos parece nuestro cuerpo. El concepto de imagen corporal recoge todas las ideas, sentimientos y actitudes de las personas con respecto a su cuerpo. Por otro lado, Correia (2006) explica que cuando hay una discrepancia entre cómo una persona ve a su cuerpo y cómo le gustaría que fuera, tenemos la insatisfacción corporal. Es decir, la persona no está conforme con su imagen reflejada en el espejo.

Este trabajo tuvo como objetivo general analizar la satisfacción corporal de mujeres con edad de 19 a 35 años, con índice de masa corporal (IMC) normal (18,6 a 24,9) que asisten a gimnasios en la ciudad de Jataí, Goiás, Brasil. Los

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

objetivos específicos fueron: verificar como las participantes perciben la influencia de los medios de comunicación; identificar el patrón corporal que las participantes desean tener, e identificar qué parte de su cuerpo les gustaría cambiar y lo que serían capaces de hacer para conseguirlo.

2. Metodología

Es una investigación descriptiva y transversal, ya que pretende describir las conductas de las personas respecto a la percepción de la imagen corporal y su relación con la insatisfacción corporal y la influencia sociocultural. Se ha optado por una metodología mixta en la cual se combinan los métodos cualitativos y cuantitativos.

La muestra de este estudio está compuesta por 30 mujeres, con edades de 19 a 35 años, que practican ejercicios físicos en gimnasios en la ciudad de Jataí-GO, hace por lo menos cuatro meses y que tienen IMC considerado normal. La muestra final objeto de este estudio fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico, en concreto se realizó un muestreo por conveniencia, consistente en seleccionar a los sujetos disponibles de la población accesible.

Se obtuvieron el peso y la talla, a partir de los cuales se obtuvo el índice de masa corporal (peso/estatura²). El peso se estimó mediante una balanza de baño electrónica, con una precisión de ± 100 g, previamente calibrada. Las mujeres fueron pesadas sin zapatos, con ropa ligera, y siempre entre las 9:00 y las 11:00 de la mañana. La altura se estimó mediante un tallímetro con una precisión de ± 1 mm, con los participantes en bipedestación, descalzos y en condiciones estandarizadas, con la cabeza situada en el plano de Frankfurt. Las mujeres que presentaron IMC normal que aceptaron participar de la investigación respondieron a dos cuestionarios y fueron entrevistadas.

Los cuestionarios utilizados fueron el *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3* (SATAQ-3) y el *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34). La versión original de SATAQ-3 fue desarrollada por Thompson et al. (2004) y validada en la población brasileña por Amaral (2011). Está compuesto por 30 ítems que evalúan la influencia de los medios de comunicación de masa en la percepción corporal de los individuos. Los ítems son divididos en cuatro

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

factores: 1) internalización general de los patrones corporales establecidos (ítems 3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 27), que buscan informaciones relacionadas a la belleza propagada en los medios de comunicación; 2) internalización atlética (ítems 19, 20, 23, 24, 30), que se refiere a la influencia de la visión de un cuerpo atlético en las prácticas relacionadas con la apariencia; 3) presión e influencia de los medios de comunicación respecto al cuerpo perfecto (ítems 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26); 4) medios de comunicación como fuente de informaciones sobre la apariencia (ítems 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 28, 29), que visa verificar lo cuanto los medios de comunicación de masa son importante fuente de información respecto a la apariencia. El resultado de la puntuación es la suma de las respuestas en cada factor. Cuanto mayor es la puntuación, mayor es la internalización de los mensajes de los medios.

El BSQ-34 fue desarrollado por Cooper et al. (1987) con el objetivo de verificar el grado de insatisfacción que la persona tiene respecto a su apariencia física y la sensación de estar gordo. Fue validado en Brasil por Di Prieto (2001). Consta de 34 ítems referentes a la autoimagen que se evalúan mediante una escala tipo Likert con seis opciones de respuesta (1. Nunca, 2. Raramente, 3. A veces, 4. A menudo, 5. Muy a menudo, 6. Siempre), de modo que el rango de la prueba es 34-204. Cuenta con un baremo establecido que diferencia las siguientes categorías de insatisfacción corporal:

- Resultado menor o igual a 80 puntos indica que no hay insatisfacción corporal.
- Resultados entre 81 e 110 puntos indican leve insatisfacción corporal.
- Resultados entre 111-140 indican moderada insatisfacción corporal.
- Resultados superiores a 140 puntos indican extrema insatisfacción corporal.

El punto de corte para la puntuación total se ha establecido en 105. Se considera patología una puntuación superior a 105 al final del test. Comparando con las categorías del cuestionario, a partir de la categoría moderada insatisfacción se podría considerar como riesgo de patología. Al menos en teoría, cuanto mayor es la puntuación, mayor es la distorsión que sufre sobre su figura corporal (Raich, Torras, Figueras, 1996).

Además de los cuestionarios fueron realizadas entrevistas semiestructuradas con las 30 participantes, que fueron grabadas y transcritas para posterior análisis.

Los resultados presentados de las respuestas obtenidas a través de estos cuestionarios fueron expuestos en forma de gráficos estadísticos, expresados en porcentaje, usando el programa de análisis estadístico SPSS 17.0 para Windows. Se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para comprobar la normalidad de la distribución de las variables relacionadas con BSQ-34 y SATAQ-3, que presentaron distribución normal. Un análisis descriptivo de las variables del estudio y para las variables categóricas utilizando la distribución de las frecuencias porcentuales y para las variables continuas se recurrió a indicadores estadísticos, tendencia central (media) y variabilidad (desviación estándar). Se ha calculado la correlación de Spearman para determinar el grado de asociación entre la puntuación total obtenida en el BSQ-34 y el SATAQ-3. Los resultados son interpretados de la siguiente manera: correlación muy fuerte (r entre 0,90 a 100); correlación fuerte (r entre 0,75-0,90); correlación moderada (r entre 0,50-0,75) y correlación débil (r entre 0,25-0,50). Por otra parte, las entrevistas fueron analizadas a través del análisis de contenido (Bardin, 2010), en el software Atlas ti.

3 Resultados y Discusión

Los resultados se presentan en dos partes: la primera, los resultados del estudio cuantitativo y el segundo, los datos de la encuesta cualitativa.

3.1. Fase cuantitativa

Los resultados indican que la mitad de las 30 mujeres que respondieron el BSQ-34 no presentó insatisfacción, mientras que el número de mujeres que señalaron insatisfacción leve es mayor (36,67%) que las participantes que presentaron insatisfacción moderada (3,33%) o extrema (10%).

Los resultados del estudio de Reis, Ferreira y Muller (2012), realizado con una muestra de 79 mujeres con una edad media de 36 años (con educación

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

superior completa) indicaron que la mayoría de las participantes presentaron insatisfacción corporal leve.

La tabla 1 presenta la media total de las respuestas de los factores del SATAQ-3 de los participantes. La puntuación media general fue 85.00. Ya en relación con los factores, aquellos que han obtenido el puntaje más alto fueron los factores 1 (internalización general de los patrones corporales establecidos) y 4 (los medios de comunicación como fuente de información acerca de la apariencia), que indica que estos factores tienen mayor influencia sobre las participantes.

Tabla 1. Media de la puntuación total y en los factores del SATAQ-3

	N	Min.	Max.	Media	DT
Puntuación total SATAQ-3	30	37,00	120,00	85,00	18,95
Factores:					
Internalización general	30	9,00	36,00	24,87	7,30
Internalización atlética	30	5,00	22,00	14,87	4,61
Presión sobre el cuerpo perfecto	30	7,00	34,00	18,14	7,33
Informaciones de los medios de comunicación sobre la apariencia	30	15,00	36,00	27,14	5,22

Alvarenga et al. (2010) realizaron una encuesta con chicas jóvenes universitarias de todas las regiones de Brasil y constataron que el factor con mayor influencia es el 1 (internalización general), sin encontrar diferencias entre las regiones, puesto que todas reciben el mismo tipo de información vinculada por los medios de comunicación. Sin embargo, señalaron que las más jóvenes y con mejores situaciones económicas obtuvieron mayor puntuación en el factor 1, lo que también es mencionado en el análisis cualitativo de este estudio.

Al analizar la puntuación total del SATAQ-3 en función la edad de las participantes, las mayores medias fueron en la edad de 32 años (93,50) y 25 años (92,00). Sin embargo, no podemos decir que la influencia de los medios es mayor en edades más avanzadas, ya que fueron casos aislados.

En la tabla 2, se observa la puntuación total del SATAQ-3 y la puntuación en cada uno de sus factores en función de las categorías de insatisfacción corporal del BSQ-34. Los resultados indican que la puntuación total obtenida

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

en el SATAQ-3 aumenta progresivamente en función de las categorías de insatisfacción corporal del BSQ-34 (con excepción de la categoría insatisfacción corporal extrema).

Tabla 2. Diferencias en la puntuación del SATAQ-3 en las categorías de insatisfacción corporal del BSQ-34. ANOVA

		N	Media	DT	F	P
puntuación total del SATAQ-3	no insatisfacción	15	75,86	15,81	4,109	,016
	leve insatisfacción	11	89,72	18,04		
	moderada insatisfacción	1	112,00	.		
	extrema insatisfacción	3	104,33	12,34		
internalización general	no insatisfacción	15	22,40	7,04	1,995	,139
	leve insatisfacción	11	26,00	7,26		
	moderada insatisfacción	1	36,00	.		
	extrema insatisfacción	3	29,33	4,04		
internalización atlética	no insatisfacción	15	12,93	4,25	2,916	,053
	leve insatisfacción	11	15,90	4,34		
	moderada insatisfacción	1	22,00	.		
	extrema insatisfacción	3	18,33	3,05		
presión sobre el cuerpo perfecto	no insatisfacción	15	13,73	4,26	8,591	,000
	leve insatisfacción	11	20,36	6,91		
	moderada insatisfacción	1	28,00	.		
	extrema insatisfacción	3	28,66	4,93		
informaciones de los medios de comunicación sobre la apariencia	no insatisfacción	15	26,80	5,89	,070	,975
	leve insatisfacción	11	27,45	4,71		
	moderada insatisfacción	1	26,00	.		
	extrema insatisfacción	3	28,00	6,08		

Analizar la correlación entre las variables de la percepción de la influencia de los medios de comunicación (SATAQ-3) y las variables relacionadas a la percepción de imagen corporal (BSQ-34) (Tabla 3), se observa una correlación moderada ($r=,58$), lo que sugiere que la insatisfacción corporal aumenta en la medida que la influencia de los medios de comunicación es mayor.

Tabla 3. Correlación entre la puntuación total de SATAQ-3 y del BSQ-34

SATAQ-3	BSQ-34
Correlación de Pearson	,58 (*)
Sig. (bilateral)	,001
N	30

*La correlación es significativa al nivel 0,001 (bilateral).

Resultados similares fueron encontrados por Gonçalves (2012), en un estudio realizado en España con el objetivo de analizar la influencia de los medios de

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

comunicación en la imagen corporal de adolescentes y estudiantes universitarios de ambos sexos, cuyos resultados indicaron una correlación ($r=,73$) mayor que la observada en esta investigación ($r=,58$).

3.2. Fase cualitativa

Las entrevistas fueron transcritas y analizan a través del programa Atlas ti. De la lectura de los discursos de las entrevistadas, se establecieron dos niveles progresivos de reducción de los datos: 1) grupo de sentencias (que son las unidades de análisis o de significado); 2) codificación (establecimiento de códigos para cada unidad de análisis de texto). Además fueron asignados códigos de dos y tres letras para cada frase, que coinciden con las primeras letras de acuerdo con el significado atribuido a cada unidad de análisis.

Después de la codificación, los códigos fueron reagrupados en categorías de análisis. Las categorías fueron creadas desde los códigos que emergieron de los datos de la entrevista, es decir, no han sido establecidas a priori. La tabla 4 presenta las categorías y subcategorías encontradas y sus respectivos códigos.

Tabla 4. Relación de las categorías, subcategorías y códigos

categorías	subcategorías	códigos
Percepción de la imagen corporal	Autopercepción de la imagen corporal	IPPP (insatisfacción por poco peso) MC (cambios corporales) SI (satisfacción/insatisfacción corporal) SPP (satisfacción por pérdida de peso)
	Prácticas de cuidados con el cuerpo	CP (cirugías plásticas) DI (dietas) NFCP (no haría cirugía plástica) PPS (salud)
	Preferencia masculina	NIPM (preferencia masculina x cuerpo deseado) PM (preferencia masculina)
Imagen del cuerpo en la sociedad contemporánea	-----	ICS (importancia atribuida al cuerpo en la sociedad) IM (influencia de los medios de comunicación) PBCS (influencia del poder adquisitivo sobre el patrón corporal) PBF (patrón de belleza femenino/cuerpo delgado) PBF2 (patrón de belleza femenino/cuerpo musculado)

La primera categoría, percepción de la imagen corporal, fue dividida en tres subcategorías: autopercepción de la imagen corporal, prácticas de cuidados con el cuerpo, preferencia masculina.

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

Respecto a la primera subcategoría, autopercepción de imagen corporal, encontramos que las entrevistadas dicen que están satisfechas con su cuerpo, pero asumen que siempre hay algo que quieren cambiar, día u otro se sienten feas, hinchadas, pero en general están satisfechas. Estos resultados son similares a lo que se encontró en los cuestionarios, donde la mitad de las mujeres estaban satisfechas, mientras que la otra mitad presentaba insatisfacción leve, moderada o extrema.

El tema de los cuidados corporales es tratado en la segunda subcategoría, en que todas las entrevistadas dijeron que quieren cambiar algo en su cuerpo. La mayor parte el abdomen y el pecho. De las entrevistadas, dos tenían realizado cirugía en la mama y reportaron sentirse satisfechas con el resultado; otras dos registraron el mismo deseo y señalaron que lo harían en el futuro. Además, afirmaron no tener miedo y también harían liposucción, pero mientras que se puede mejorar sólo con la práctica de ejercicio físico y una dieta equilibrada es mejor, porque “no hay que ser ahora mismo”, dice la entrevistada 4 de 30 años. Sólo una de las entrevistadas señaló que no tendría coraje de someterse a este tipo de procedimiento, dice que tiene miedo, que ha pensado mucho sobre ello, pero hoy en día piensa más en la salud. “He tenido ganas de hacerlo en el pasado. Hoy creo más en la salud, primero lo pensé, hoy en día miro los contras, así creo que no lo haría...” (Entrevistada 3, 31 años).

Otra participante comentó ya haber hecho dietas absurdas, con las cuales adelgazaba, pero poco después volvía a engordar, a veces engordaba el doble. Hoy en día, piensa en su salud, mantiene una alimentación más adecuada y entrena más en el gimnasio para perder un poco de grasa abdominal, que es lo que realmente le molesta.

Berguer (2006) llevó a cabo entrevistas con 80 mujeres y los resultados demuestran que la mayoría hacía ejercicios con objetivos estéticos, es decir, pocas afirmaron buscar la actividad física para tener salud. Sin embargo, muchas comentaron que después de empezar a hacer ejercicio y ver los resultados estéticos, pasaron a ejercitarse más visando también las cuestiones relacionadas a la salud. Del estudio de Berguer (2006) se puede deducir también que las mujeres mayores de 40 años buscan salud, mientras que las

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

menores de 40 años informaron realizar ejercicio físico sólo con objetivos estéticos, semejante a esta investigación. Lo mismo fue reportado por Alles (2010), que llegó a la conclusión de que las personas con edad más avanzada son las que realmente les importa más su salud, mientras que los más jóvenes todavía tienen la estética como el principal estímulo para la práctica de ejercicios físicos.

En la tercera subcategoría, preferencia masculina, llama la atención el hecho de que las mujeres piensan que a los hombres les gustan la apariencia de la mujer de una forma distinta de la apariencia que ellas desean lograr y que consideran ideal. Las participantes afirman que los hombres prefieren a las mujeres con curvas, con tetas, culo relleno, muslos gruesos y cintura pequeña. Sin embargo, ellas buscan la delgadez. A ese respecto Berguer (2006:113) señala que “en la sociedad brasileña la mujer con las caderas y las nalgas más prominentes se consideraría más femenina y tiene más ventaja en el juego de la seducción. (...) Que daría a estas mujeres alto valor sexual para los hombres”.

La segunda categoría encontrada se refiere a la imagen del cuerpo en la sociedad contemporánea, que analiza la importancia del cuerpo en la sociedad, la influencia de los medios de comunicación en la percepción que las mujeres tienen de sí mismas y los estándares de belleza femenina en la actualidad. De forma unánime, todas las participantes afirmaron que los medios de comunicación influyen la imagen corporal. Es como se los medios de comunicación apuntasen el patrón que todos deben seguir, y este patrón es lo del cuerpo femenino cada vez más delgado.

“¡Perfección! Hoy en día es la mujer delgada y perfección. Ves a las revistas donde las mujeres no tienen cualquier defecto, entonces miras y piensas: “Dios mío, tengo un montón de defectos”. Porque ellas no son solo delgadas, pero tienen culo, tienen tetas, sin tripa, sin grasa ninguna, y no son defectuosas en su cara o en el pelo o uñas. ¡Es la perfección!” (Entrevista 3, 31 años).

Asimismo, las participantes reafirman la importancia del cuerpo en la sociedad actual, tanto para las relaciones personales como profesionales.

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

“Hoy en día la gente más gordita, especialmente en las relaciones, todo el mundo mira y dice “¡Mira el tamaño del cuerpo de esa mujer, esa mujer es muy descuidada! ¡Mira el tamaño de la tripa!”. Ya en lo referente a empleo, las personas que contratan buscan una persona (una secretaria o para trabajar en una tienda) que sea guapa para atraer a los clientes, entonces la belleza cuenta mucho. Entre una persona fea y una hermosa, la que es hermosa gana el trabajo, creo que es así, porque donde trabajaba antes pasaba eso, buscaban gente más guapa, para llamar la atención de los clientes” (Entrevistada 2, 23 años).

En el estudio de Berguer (2006) las encuestadas también afirman que antes el cuerpo no tenía tanta importancia: era importante ser buena madre, buena ama de casa. Hoy en día, si la mujer no es tan guapa, no encuentra alguien para relacionarse, porque el exterior es lo que llama la atención. Si el exterior no es hermoso, ni recibe una oportunidad para mostrar su interior, dice uno de las entrevistadas.

Por otra parte, en esta investigación, una de las mujeres participantes de 24 años alega que es como si hubiera una división de la norma de belleza femenina, es decir, entre las mujeres que tienen un mayor poder adquisitivo y prefieren ser delgadas, y entre las mujeres de clases sociales más bajas que prefieren un cuerpo más musculoso, con grandes nalgas y gruesos muslos.

Asimismo, los resultados del estudio de Berguer (2006:119) muestran que los medios de comunicación aparecen como la principal vía de divulgación de patrones estéticos, pues “podemos ver hermosas mujeres en los medios de comunicación todo el tiempo, hemos recibido a través de publicidad virtual o convencional numerosos mensajes imaginativos que sugieren que la pérdida de peso y ser bella es un pasaporte a la felicidad”.

Alles (2010:67) comenta que

“En el cuerpo se inscribe las ideas, creencias y las imágenes que tenemos de él. Si la imagen dominante, valorada socialmente es una persona delgada, perder peso será el ideal de todos. Aquellos que no alcanzan este patrón deseado sufren demasiado. Este proceso tiene un impacto negativo en la autoimagen, principalmente de las mujeres que se sienten obligadas a tener un cuerpo delgado, atractivo y joven.”

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

De esa forma, podemos decir que hoy en día vivimos en una cultura obsesionada por el cuerpo y su exposición visual, tecnológica y comercial. En este sentido, la imagen del cuerpo es dictada por una moda recogida del mundo externo y que gradualmente interiorizamos en nuestro imaginario individual y social como parte de lo que se espera de nosotros.

4. Conclusiones

En general, se ha constatado que incluso en mujeres con IMC normal, la mitad presentó insatisfacción corporal, lo que puede ser debido en gran parte a la influencia de patrones corporales transmitido por los medios de comunicación e impuestas por la sociedad. Al analizar los datos del BSQ-34 y el SATAQ-3, se ha comprobado que existe una asociación positiva y moderada entre las variables. La mayor influencia de los medios de comunicación fue hallada en comprobados factores de SATAQ-3: 1) internalización de normas, 2) medios de comunicación como fuente de información acerca de la apariencia.

El análisis de los datos cualitativos también señala la influencia de los medios de comunicación sobre su imagen corporal. El patrón estético en la actualidad se asocia en el imaginario social como lo moralmente deseable y se relaciona con unos valores positivos de autodisciplina y autocontrol aplicables incluso en otras parcelas de la vida. De esa forma, si antes la exigencia de un patrón corporal ideal para las mujeres se planteaba en términos del éxito con los hombres o del éxito social, ahora la exigencia incluye también el ámbito profesional.

Hay que destacar la necesidad de estudios adicionales y con distintas metodologías en un área tan importante como es la imagen del cuerpo, teniendo en cuenta la proporción que este tema ha tenido en años recientes y la importancia que representa en la vida de las personas.

5. Referencias bibliográficas

ACS Amaral (2011): Adaptação transcultural do Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire – 3 (SATAQ-3) para a população brasileira. (Dissertação). Juiz de Fora, Faculdade de Educação Física,

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

Universidade Federal de Juiz de Fora.

CM Reis, EC Ferreira, SM Muller (2012): “A percepção da imagem corporal e o corpo ideal em mulheres. Um estudo exploratório”, em *Anais da V Mostra de Psicologia da Saúde*, páginas 45-49.

CMC Correia (2006): *Corpo, jovens e prática de musculação. Um estudo em frequentadores de academia na região do Grande Porto*. Dissertação. Porto: Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

FA Alles (2010): *Percepção de imagem corporal por frequentadores de academias de Santa Maria do Herval*. (Monografia). Novo Hamburgo: Universidade Feevale.

JK Thompson, PVD Berg, M Roehrig, AS Guarda, LJ Heinber (2004): “The Sociocultural Attitudes towards Appearance Scale-3 (SATAQ-3). Development and validation, in *International Journal Eating Disorders*, 35, pages 293-304.

L Bardin (2010): *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70. (Obra original publicada em 1977).

LAD Ciampo, IRLD Ciampo (2010): “Adolescência e imagem corporal”, em *Adolescência e Saúde*, 7:4, páginas 55-59.

M Berguer (2006): *Corpo e identidade feminina*. (Dissertação). São Paulo: Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo.

M Berguer (2010): “Felicidade é entrar num vestido P. O culto ao corpo na sociedade urbana contemporânea”, em *Cadernos de campo*, São Paulo, 19, páginas 69-90, 2010.

MC Di Prieto (2001): *Validade interna, dimensionalidade e desempenho da escala BSQ - "Body Shape Questionnaire" em uma população de estudantes universitários*. Dissertação. São Paulo, Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo.

MS Alvarenga, KLL Dunker, ST Philippi, FB Scagliusi (2010): “Influências da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões”, em *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2:59, páginas 111-118.

PJ Cooper, MJ Taylor, Z Cooper, CG Fairburn (1987): “The development and validation of the Body Shape Questionnaire (BSQ)”, in *International Journal*

La pantalla insomne – 2ª edición (ampliada)

Universidad de La Laguna – abril de 2016

Eating Disorders, 6, p. 485-494.

P Schilder (1999): *A imagem do corpo. As energias construtivas da psique*. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes.

RM Raich, J Torras, M Figueras (1996): “Estudio de la imagen corporal y su relación con el deporte en una muestra de estudiantes universitarios”, en *Análisis y Modificación de Conducta*, 22:85, páginas 603-626.

VO Damasceno, JRP Lima, JM Vianna, VRA Vianna, JS Novaes (2005): “Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada”, em *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, Niterói, 11:3, páginas 35-46.

VO Gonçalves (2012): *Imagen corporal y percepción de presiones culturales. Diferencias de género y edad en una muestra de adolescentes y universitarios (as) de la provincia de Toledo*. Tese. Toledo, Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Castilla-La Mancha.

[*La participación y presentación oral del estudio fueron financiados por la Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Goiás – FAPEG]