



saludalia.com

Hemeroteca

Sugerencias

Directorio

nº 2316, 6 de mayo de 2010

Nacional

# Buscan mujeres insatisfechas con su cuerpo para participar en un programa de intervención psicológica

(EUROPA PRESS) 06/05/2010

Un equipo de investigadores de las Universidades de Granada y Jaén ha decidido poner en marcha un programa experimental que persigue reducir la insatisfacción corporal, tanto en la población femenina sana como en la que presenta trastornos alimentarios. Por ello, buscan mujeres de entre 19 y 30 años con obesidad que estén insatisfechas con su cuerpo y deseen participar en esta experiencia.

En la actualidad, "la preocupación por el aspecto físico y la sobrevaloración del cuerpo delgado afecta de forma alarmante a una parte importante de la población femenina de todas las edades". Y es que, según explica la catedrática del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la [Universidad de Granada](#), María del Carmen, el ideal de belleza delgado es transmitido por la familia, los amigos, los compañeros de trabajo y los medios de comunicación, de tal forma que la sociedad ha alterado su percepción de lo que debería considerarse un cuerpo normal.

Sin embargo, según añade la experta, este canon de belleza, asociado con el atractivo físico y el éxito personal, "es inalcanzable para la mayoría de las mujeres, lo que hace que se sientan insatisfechas con su cuerpo". De hecho, "es tan alta la prevalencia de la insatisfacción corporal entre las mujeres occidentales, que ha pasado a reconocerse como un descontento normativo".

Así, el conseguir un "cuerpo diez" a través del seguimiento de dietas estrictas y la realización de ejercicio físico desmesurado se ha asociado con baja autoestima, riesgo de desarrollar trastornos de la alimentación e incluso ansiedad y depresión. "Todo un atentado contra el propio cuerpo con consecuencias muy peligrosas y negativas para la salud de las jóvenes españolas", apunta la investigadora de [la UGR](#).

## RESULTADOS

El programa de intervención puesto en marcha por las Universidades de Granada y Jaén pretende reducir la insatisfacción corporal, tanto en la población femenina sana como en población con trastornos de la conducta alimentaria u obesidad. Hasta el momento, estas profesionales han ofrecido tratamiento gratuito a un grupo de 30 mujeres voluntarias con alta insatisfacción corporal y los resultados obtenidos, utilizando la técnica de exposición prolongada al propio cuerpo mediante el uso de un espejo, son realmente esperanzadores.

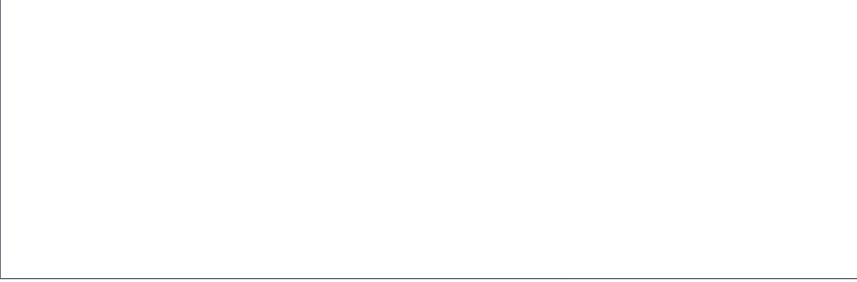
Silvia Moreno, psicóloga clínica y profesora ayudante doctora del departamento de Psicología de la Universidad de Jaén, destaca que gracias a su trabajo están comprobando que, después del tratamiento, "las chicas con alta insatisfacción corporal logran reducir sus niveles de insatisfacción de forma significativa. Además, reducen sus niveles de ansiedad y depresión, aumentan sus sentimientos de belleza y reducen el malestar que les genera la visión de su propio cuerpo. Resultados similares están obteniendo otros grupos de investigación de Alemania y Holanda con los que colaboramos".

## OBESIDAD Y BULIMIA NERVIOSA

No obstante, este equipo de investigación quiere seguir trabajando para comprobar si el tratamiento que ofrecen es también efectivo en población clínica, en concreto, en personas con bulimia nerviosa y en personas con obesidad.

Así, el tratamiento se llevará a cabo en la Clínica de Psicología de la [Universidad de Granada](#) (dentro del programa asistencial denominado Trastornos de la conducta alimentaria: evaluación y asesoramiento). Las mujeres interesadas en participar pueden ponerse en contacto con la Clínica de Psicología de la [Universidad de Granada](#) llamando al teléfono 958 240 940, en horario de mañana, o enviando un correo electrónico a [sapsico@ugr.es](mailto:sapsico@ugr.es).

publicidad



secciones

- Nacional
- Internacional
- Política Sanitaria
- Avances en Medicina
- Industria
- Miscelánea
- Hemeroteca

secciones



publicidad



**06/05/2010** Cursar estudios superiores disminuye en un 30% el riesgo de padecer una enfermedad mental, según un experto.

**06/05/2010** Expertos aconsejan no dejar pasar más de tres horas entre comida y comida para reducir el sobrepeso.

**06/05/2010** Más de 90.000 personas sufren al menos una úlcera por presión al día en España.

**06/05/2010** Músicos, trabajadores de la construcción y en bares, pilotos y dentistas, profesionales con mayor riesgo de pérdida auditiva.

**06/05/2010** Experto afirma que el uso de aparato dental mejora la autoestima en pacientes adultos acomplejados o depresivos.

**06/05/2010** Buscan mujeres insatisfechas con su cuerpo para participar en un programa de intervención psicológica .

**05/05/2010** Mujeres latinoamericanas y de Europa del Este son las inmigrantes que visitan con más frecuencia al médico.

**05/05/2010** Científicos del CIBERobn advierten de la importancia de diferenciar hambre y apetito para combatir la obesidad.

**05/05/2010** Una dieta rica en antioxidantes ayuda a reducir la fatiga y el daño muscular tras el ejercicio, según una experta.

**05/05/2010** Experto recuerda que siete de cada diez casos de asma en España tienen un origen alérgico.

**05/05/2010** Un paciente con fibromialgia cuesta al SNS unos 10.000 euros al año, tanto como el Alzheimer, según expertos.

**05/05/2010** El trasplantado de cara en el H. Virgen del Rocío de Sevilla ya puede deglutir y en tres meses moverá los labios.