



SEGURO DE VIDA FAMILIAR

NOS OCUPAMOS DE TU SEGURIDAD
Protege lo que más te importa, tu vida y la seguridad de tu familia

intensivo 8 horas
99€
MAYO 2010
Sábado 8 o Lunes 10

CAJA RURAL DE GRANADA

GranadaDigital

Jueves, 6 de Mayo de 2010, 10:43

- [Local](#)
- [Provincia](#)
- [Andalucía](#)
- [Nacional](#)
- [Internacional](#)
- [Economía](#)
- [Deportes](#)
- [Sucesos](#)
- [Cultura](#)
- [Universidad](#)
- [Sociedad](#)
- [Gente](#)
- [Comunicación](#)
- [Esco GD](#)



19

Hemos crecido a tu lado

CAJA RURAL DE GRANADA
Estamos por ti

[Granada](#) | [Jaén](#) | [Universidad](#)

PROGRAMA EXPERIMENTAL PARA REDUCIR LA INSATISFACCIÓN CORPORAL

Las universidades de Granada y Jaén buscan mujeres insatisfechas con su cuerpo para participar en un programa psicológico

Miércoles, 05/05/10 11:03

EFE

Un equipo de investigadoras de las universidades de Granada y Jaén **han puesto a prueba un programa experimental de intervención dirigido a reducir la insatisfacción corporal, tanto en la población femenina sana como en la que presenta obesidad o trastornos de la conducta alimentaria.**

Para ello, buscan a mujeres de entre 19 y 30 años con obesidad (índice de masa corporal igual o superior a treinta puntos), que se muestren insatisfechas con su cuerpo y que deseen participar de forma voluntaria en este programa, ha informado hoy la Universidad de Granada en un comunicado.

Las participantes deberán además pertenecer a la comunidad universitaria, ya sean estudiantes, profesoras o personal de administración y servicios de la Universidad.

Según Carmen Fernández-Santaella, psicóloga clínica y catedrática del departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la Universidad de Granada, 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.

El ideal de belleza delgado es transmitido por la familia, los amigos, los compañeros de trabajo y los medios de comunicación, según la experta, que considera que “la constante exposición a cuerpos muy delgados en la sociedad ha alterado la percepción de lo que debería considerarse un cuerpo normal”.

Sin embargo, 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 irremediamente insatisfechas con su cuerpo”.

De hecho, agrega la investigadora, es tan alta la prevalencia de la insatisfacción corporal entre las mujeres occidentales que ha pasado a reconocerse como un “descontento normativo”.

Así, el lograr un “cuerpo diez” a través de dietas estrictas o de la realización de ejercicio físico desmesurado se ha asociado con baja autoestima, el riesgo de desarrollar trastornos de la alimentación e incluso ansiedad y depresión.

Para la investigadora, esto es “todo un atentado contra el propio cuerpo” y acarrea consecuencias “muy peligrosas y negativas para la salud de las jóvenes españolas”.

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 treinta mujeres voluntarias de ambas universidades con alta insatisfacción corporal y los resultados obtenidos, utilizando la técnica de exposición prolongada al propio cuerpo mediante el uso de un espejo, son “esperanzadores”.

La psicóloga clínica y profesora ayudante doctora del departamento de Psicología de la Universidad de Jaén, Silvia Moreno, mantiene que se está comprobando que, después del tratamiento, las chicas con alta insatisfacción corporal logran reducir estos niveles de forma significativa, así como los de ansiedad y depresión, y resultados similares están obteniendo otros grupos de investigación de Alemania y Holanda con los que colaboran.

El equipo de investigación pretende comprobar si el tratamiento es también efectivo en población clínica, en concreto, en personas con bulimia nerviosa y con obesidad.

Enviar esta noticia a ...

Valore este artículo

☆☆☆☆☆ (Aún no hay valoraciones)

Agregue su comentario

Su Nombre (requerido)

Su Correo Electrónico (no será publicado) (requerido)

Su Sitio web

Añadir

Granada Digital no se hace responsable de los comentarios expresados por los lectores y se reserva el derecho de recortar, modificar e incluso eliminar todas aquellas aportaciones que no mantengan las formas adecuadas de educación y respeto. De la misma forma, se compromete a procurar la correcta utilización de estos mecanismos, con el máximo respeto a la dignidad de las personas y a la libertad de expresión amparada por la Constitución española.

[RSS](#)

Buscar

Recibe los titulares en tu correo electrónico: