



UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN



**CORPORALIDAD FENOMENOLÓGICA  
DESDE LA LIBERTAD DEL SER HUMANO**

**Autor:**

**PROFA. BEATRIZ DOMÍNGUEZ**

**VALENCIA: ENERO 2013**



UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN



**CORPORALIDAD FENOMENOLÓGICA  
DESDE LA LIBERTAD DEL SER HUMANO**

**Artículo presentado para optar al ascenso a Profesor ASOCIADO**

**Autor:**

**Profa. Beatriz Domínguez**

**Valencia: Enero 2013**

## **CORPORALIDAD FENOMENOLOGÍA DESDE LA LIBERTAD DEL SER HUMANO**

**Autor: Beatriz Domínguez. Universidad de Carabobo. Cel. 04144293892 Dirección electrónica: beatrix.cielo@gmail.com.**

### **RESUMEN**

El universo y las personas son complejas y cambian, producto de interacciones y vivencias, conjugadas en oportunidades permitidas de un mundo real o en contextos de fantasías y falsas fachadas; actuando desde sus libertades personales o atrapadas en conflictos, llenos de incertidumbres. Ante estas perspectivas, la corporalidad juega un papel preponderante por ser el cuerpo el reflejo de nuestro diario vivir, la estructura donde se hace realidad la vida misma. Buscando su comprensión como interés investigativo en el trabajo Doctoral que adelanto, encontré que la corporalidad puede ser conocida desde la fenomenología y libertad personal, según grandes autores e investigadores, es el camino correcto para su comprensión e interpretación al igual que los aportes de la psicología humanística; dada la complejidad de procesos propios de la intersubjetividad y diversidad de vivencias; asociado a la unicidad del ser humano, donde cada uno es único e irrepetible, indisoluble en su esencia y con libertad para la acción y libre albedrío. Por consiguiente, el estudio de la corporalidad desde un enfoque fenomenológico, debe considerar el marco de referencia de la persona que lo vive y percibe por ser esta su naturaleza, mirándolo desde la integralidad y libertad personal.

**Palabras claves: fenomenología, corporalidad, libertad del ser humano**

**Línea de Investigación: Educación, epistemología, complejidad y ambiente.**

## **CORPORALIDAD FENOMENOLOGÍA FROM THE FREEDOM OF THE HUMAN BEING**

**Author: Beatriz Domínguez. Carabobo university. Cel. 04144293892 electronic. Direction: beatrix.cielo@gmail.com.**

### **ABSTRAC**

The universe and the persons are complex and change, product of interactions and experiences, brought together in opportunities allowed of a real world or in contexts of fantasies and false fronts; acting from his freedoms personal or caught in conflicts, abundances of uncertainties. Before these perspectives, the corporalidad plays a preponderant paper for being the body the reflection of our diary to live, the structure where real makes the life itself. Looking for his comprehension as interest investigative in the Doctoral work that I advance, I thought that the corporalidad can be known from the fenomenología And personal freedom, according to big authors and investigators, is the correct way for his comprehension and interpretation as the contributions of the humanistic psychology; given the complexity of own processes of the intersubjectivity and diversity of experiences; partner, to the uniqueness of the human being, where each one is the the only and unrepeatable, indissoluble in his essence and with freedom for the action and free will. Consequently, the study of the corporalidad from an approach phenomenological, it must think the frame of reference of the person who lives and perceives it for being this his

nature, looking at it from the integralidad and personal freedom. Key words: phenomenology, corporalidad, liberate of the human being.

**Key words:** phenomenology, corporalidad, liberate of the human being

**Line of Investigation:** Education, Epistemology, Complexity and Environment.

## **CORPORALIDAD FENOMENOLÓGICA DESDE LA LIBERTAD DEL SER HUMANO**

El camino del conocimiento y las nuevas tecnologías nos llevan a retomar como objeto y sujeto de conocimiento la corporalidad por ser el cuerpo la estructura a través de la cual, se manifiesta la vida. Es decir, por medio del cuerpo observamos todas nuestras manifestaciones bio-psico-socio-emocional-.cultural-espiritual- que conforman muchas de las realidades humanas en nuestro diario vivir. Bastante complejo ¿verdad? Es evidente entonces, que la corporalidad necesita hacer gala nuevamente con una visión actualizada al siglo XXI, con la hermenéutica que de sentido a la vida desde la libertad personal e individual.

Esta intención de retomar la nueva visión de la corporalidad desde la intersubjetividad brinda a la humanidad una nueva mirada fenomenológica hermenéutica desde las ciencias humanas y psicológicas; tal relevancia, al momento de investigar y retomar como área de conocimiento de amplio espectro investigativo y de gran relevancia para la humanidad; puede llegar a constituirse en las bases para un posible paradigma psicológico.

En referencia a estos anteriores planteamientos, en el libro: *La psicología humanista: Un nuevo paradigma psicológico*, Martínez (2009),

Propone que existe la necesidad de continuar direccionando las ciencias humanas, es decir, hacia un nuevo paradigma en psicología, que sea a la vez científico; fruto de un estudio rigurosamente crítico, sistemático y humanista, o sea, fiel a la naturaleza integral y personal de los seres humanos (p.3).

Para la psicología humanista agrega esta autor, debe ser desde la práctica, con visión integral, consolidada en una firme fundamentación epistemológica de su enfoque y con el desarrollo y estructuración de metodologías, técnicas apropiadas y sensibles a lo

más específicamente humano, como es la libertad, la conciencia, la creatividad, los valores y los sentimientos”(p.4).

De acuerdo a los referenciales anteriores, un enfoque integrador representaría un aporte valioso, por cuanto transitaré en mi producción doctoral la mirada desde las perspectivas sextológicas biopsicoemocionalsocialespiritualcultural; las cuales constituirán esta integralidad como hechos significativos en la vida de la persona humana. El escenario investigativo particular; debe ser la mirada para el siglo XXI y contiguo, considerando además, los aporte de las nuevas aristas investigativas que den estructura científica, comprensión e interpretación epistémica y metodológica a nivel de meta-ciencia, o ciencias humanas actuales, las cuales yo particularmente denominaré “*Ciencias del ser humano en libertad*” enmarcadas en la fenomenología de su realidad desde el develar de la auto-reconectividad-reconstructiva-reflexiva que le permita mirarse a sí mismo para afrontar la vida y cambiar.

Este nuevo paradigma epistémico, a mi modo de ver la realidad del ser humano lleva a buscar una nueva filosofía de vida que permita la comprensión de ese ser individual, libre, complejo, inmerso en múltiples dimensiones a expensas del determinismo lógico que niega el ser interior que habla desde cada parte de su ser, desde su esencia, desde su cuerpo, mente, espíritu, sociedad, cultura y emocionalidad. Un ser humano que necesita ser comprendido desde el significado de sus percepciones, pensamientos, acciones emociones, vivencias, metas, intenciones o propósitos entre otras relaciones de su libre albedrío, las cuales al mirar su diálogo interior, puedan reflejar la hermenéutica fenomenológica que haga flexible la sensibilidad y realidad de cada ser humano en particular, sin perder la perspectiva de la experiencia vivida.

En este orden de disertación surge la siguiente la pregunta ¿Cómo las personas comprenden su realidad corpórea fenomenológica desde la libertad personal? Para este propósito, la comprensión fenomenológica de la realidad lleva a profundizar en los aspectos básicos de la psicología humanística y orientación psicológica, la cual se ha concebido para algunos autores como la tercera fuerza, con el surgimiento del humanismo y en algunos casos en

contraposición con la postura que se venía operando desde el determinismo reduccionista del conductismo, o de los conflictos intrapsíquicos manejados por el psicoanálisis y sus nuevas tendencias.

### **Mirando las raíces para su comprensión**

Autores como Carl Rogers, Maslow, Allport, Buhler, Dilthey, Lewin, Fromm, Gardner Perls, entre otros que compartieron las mismas ideas, suelen hacer énfasis en el estudio y comprensión de la persona como un todo, especialmente Búhler (1967) citado por Martínez (Op.cit) lo comenta. De allí, que la Psicología de la Gestalt sugiera una orientación global, total, holística, científica con respeto a la naturaleza humana, haciendo referencia a él todo como más que la suma de las partes.

Para Schilder (1950) *“La imagen del cuerpo es la figura de nuestro propio cuerpo que formamos en nuestra mente, es decir, la forma en la cual nuestro cuerpo se nos representa a nosotros mismos”*. Años más tarde en el (1999), expresa que la imagen corporal es la representación mental que un individuo tiene de su cuerpo. Esta representación incluye los niveles físico, mental y emocional en cada ser humano, relacionadas a la percepción del propio cuerpo.

Muchas son las visiones sobre corporalidad, para otros autores como Jodelet (1979) el estudio del cuerpo debería ser desde una visión de las Ciencias Sociales. Para Thompson (1990) es en el componente conductual en el que se fundamentan, las conductas que dan origen a la forma del cuerpo y el grado de satisfacción con él. Para Raich, Torras y Figueras, (1996) *“la imagen corporal es un constructo que implica lo que uno piensa, siente y cómo se percibe y actúa en relación a su propio cuerpo”*.

Thompson, Heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn (1998), recogen una serie de definiciones de imagen corporal y términos cercanos, como *“satisfacción corporal”*, *“exactitud de la percepción del tamaño”*, *“satisfacción con la apariencia”*, entre otros. Por su parte, las teorías psicoanalíticas dominan en la primera mitad del siglo XX las explicaciones sobre el

cuerpo, la imagen corporal y aspectos psicológicos asociados, poniendo especial hincapié en las manifestaciones inconscientes.

Raich (2000) propone una definición integradora de imagen corporal:

“...es un constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del movimiento y límites de éste, la experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos.”

Riobó (2008) en su artículo dedicado a Merleau-Ponty: percepción, corporalidad y mundo, considera que la fenomenología de Edmundo Husserl puede situar un camino correcto dentro del campo fenoménico corpóreo por considerar a la Fenomenología como una ciencia, un nexo de disciplinas científicas. “*Fenomenología designa un método y una actitud intelectual: la actitud intelectual específicamente filosófica; el método específicamente filosófico*”. Así que Husserl parece considerar que su fenomenología es la filosofía misma. (p 24).

Por otra parte, comenta que Heidegger considera hablar del hombre (de la existencia) tomando como punto de partida el “*estar-en-el mundo*”. Y también señala que para Merleau-Ponty uno de los secretos de su filosofía: es el ser fiel a la opacidad del mundo. En palabras de este mismo autor; las cosas, “*nos pesan*” y “*nos son*” dentro de nuestra propia coexistencia con el mundo y con los otros. (p.25). Por cuanto, para este autor, hablar desde un contexto filosófico es ineludible considerar la conciencia perceptiva, la primacía de la corporalidad y el mundo de vida, sin dejar de dar relevancia a los fenómenos del cuerpo, los tiempos subjetivos y la otredad.

Fichte citado por Riobó (2008) piensa en el “*cuerpo*” desde un marco de su proyecto filosófico, como una “*filosofía de la intersubjetividad*” no reductible, incluso radicalmente ajena, a la caricatura hegeliana que la presenta como un puro “*idealismo subjetivo*”. En otro orden de ideas, señala que existe controversia entre J. G. Fichte y E. Husserl en cuanto a que éste último ve “*el cuerpo como campo de expresión y objeto especial de su vivencia,*

*pero no sólo como una vivencia psicológica trascendente (siempre contingente y relativa), sino de una vivencia trascendental y absoluta", Acota que estas proposiciones son afines con la noción de "corporeidad" propia de M. Merleau-Ponty este autor cree que "El propio cuerpo está en el mundo como el corazón en el organismo: mantiene continuamente en vida el espectáculo visible, lo anima y lo alimenta interiormente, forma con él un sistema" (19-33).*

El estudio del ser humano centrado más en los problemas que en los medios y métodos es estimado de relevancia sobre todo al momento de comprenderlo, como unidad irreductible a cada una de sus partes; como señalan además, estos autores la existencia de una interacción y coordinación entre los procesos que conforman y dan distinción a la humanidad no se pueden fragmentar todos sus correlatos deben considerarse para la conservación de su naturaleza, relevancia y significado.

### **Mirar la realidad corpórea como oportunidad de comprensión del ser humano.**

Hecha las consideraciones anteriores, y centrándonos en la búsqueda de una respuesta a la interrogante propuesta hago reseña a el mundo socio-cultural en relación con la visión intersubjetiva del cuerpo; en él pareciera existir una preocupación permanente por este aspecto; es como si se creyera que nuestra sociedad debe estar llena de principios, valores, prejuicios, y una demanda permanente de exigencias de orden corpóreo. Estas exigencias datan desde muchos años en la historia de la humanidad. Los romanos por ejemplo resaltaban de manera significativa la fuerza física, los grandes pintores, escultores, y artistas reflejaban en sus obras la corporalidad como aspecto representativo de sus expresiones, sentimientos, emociones e imágenes representacionales de cada parte que conforma el cuerpo, ya sea manifestado en forma estática o dinámica, y en muchas culturas de la actualidad el cuerpo forma parte del modo de vida.

En épocas antiguas antes y después de Jesucristo la consideración, permanencia y presencia del cuerpo estaba ligado al ser como una parte importante y relevante de la vida. En los siglos XX y XXI los prejuicios de la belleza sobre la mujer y el hombre parecieran

sobredimensionar el valor de lo corpóreo, dirigida hacia la búsqueda de la perfección corporal; asumiendo particularmente la vida de estas personas en exigencias extremas patológicas entre ejercicios, y dietas, causando en muchos casos cambios bruscos de personalidad que pueden llevar a la persona a sentir despersonalización, baja autoestima, traumas, sobrevaloración, disociaciones entre su realidad corpórea y fantasías, frustraciones entre otras actitudes, sentimientos, pensamientos y padecimientos manifiestos o tácitos que afectan la realidad corporal vivida o por vivir.

En tal sentido, la cognición juega un valor importante entre pensamientos, sentimientos, emociones, percepciones y acciones en los seres humanos. Significa entonces, que se debe manejar el estudio y comprensión de la corporalidad integralmente en un todo individual y desde la libertad personal manifiesta a través de nuestro comportamiento, calidad de vida, acciones, pensamientos, sentimientos, emociones, percepciones, creencias, aptitudes, actitudes, destrezas, manifestaciones culturales y todas las acciones relacionadas con nuestra vida y formas de vivir.

En este propósito, en el contexto no solo venezolano, sino mundial e internacional, existe una realidad corpórea ligada a la belleza física, tanto de la mujer como del hombre, cobrando relevancia en los últimos años, los concursos de belleza, nacionales, internacionales, mundiales, los cuales tienen diversas direcciones corporales: el rostro más bello, el cuerpo mejor delineado, los ojos más bellos, los senos más grandes y hermosos, el cuerpo más escultural, todos estos aspectos sublimados en los famosos concursos de belleza: Miss Universo, Miss Mundo, Miss Internacional, Miss Venezuela, la Miss de un país determinado, Míster masculino, Miss físico- culturismo, entre muchos concursos que exigen la perfección corpórea, psico-socio-emocional y cultural. Circunstancia que está íntimamente ligada a la realidad comportamental tanto del venezolano como de cualquier persona y cultura de este mundo.

Estas condiciones de exigencias corpóreas dejan huellas e imprimen significado en la vida personal tanto del hombre como de la mujer quienes viven entre dimensiones de exigencias

*“para ser aceptados, para aceptarse, quererse, valorarse”*, pareciendo existir comillas permanente de un lenguaje subliminal de intersubjetividad que te invita a creer que *“debes ser bello para tener derechos, para ser o estar”*, es algo como decir *“los feos, gordos, arrugados y viejos no tienen derecho a vivir ni a ser aceptados”*. De allí, se derivan muchas situaciones de vida: como vivir en dietas permanentemente, tener mala alimentación, hacer ejercicios o no hacer nada; es como luchar con el *“cassette permanente”* que te dice *“debes estar en forma y si no... estás en el extremo de la no aceptación social, psicológica e individual”*.

Es como vivir atrapado en un cuerpo no deseado ¿Será que mi cuerpo no me permite libertad personal? ¿Puedo internalizar mi cuerpo, preocuparme por él, amarlo, valorarlo y desde mi libertad personal sentirme bien, con plenitud, realizado y aceptado? ¿Mi cuerpo es importante para mí, lo acepto, realmente tal y como es, o no me gusta y es parte de mis conflictos y frustraciones? Estas e infinidad de interrogantes son formuladas diariamente frente a la corporalidad y libertad personal.

Con referencia a los planteamientos antepuestos, la invitación a la búsqueda de una primera mirada fenomenológica sobre la corporalidad desde la libertad personal, la cual inicia en la comprensión de la corporalidad comenzando en la observación y el conocimiento sensorial; es decir, a partir de la percepción, sensación, vivencias; desde el *“cómo las personas perciben su realidad corpórea, a los efectos que de plena libertad de acción y dirección a su vida con respecto a su cuerpo”*; y qué además, eso que observan en forma, volumen, tamaño, realidad, les identifica y logra libertad de acción plena; sin sentimientos encontrados, traumas, insatisfacciones, incomodidades, frustraciones, malestares, baja estima, entre otras sensaciones, emociones, actitudes, y sentimientos que pudieran intervenir como elementos perturbadores para su vida y plenitud. En una segunda mirada, más direccionada hacia la comprensión, es pertinente observar la integridad de esa realidad y las vivencias que le han llevado a actuar y vivir de esa manera y no de otra. Es decir, hacer consonancia más con el porqué y para qué de las cosas, vivencias, experiencia que simplemente el qué; es decir mirar la integralidad de la problemática, en este caso el

significado del cuerpo en su vida. La percepción de la realidad no es un proceso meramente individual e idiosincrásico, sino que existen diferentes visiones compartidas por distintos grupos sociales que tienen interpretaciones similares sobre los acontecimientos. De allí, la influencia de lo social.

A lo largo de los planteamientos realizados se deduce, el valor que juega la fenomenología, filosofía y la orientación psicológica al momento de comprender y explicar la corporalidad, desde su complejidad, con el respeto y cientificidad que merece la naturaleza humana, con dirección hacia la búsqueda de la comprensión de la totalidad del ser, sin reduccionismo, tratando de dar una mirada intersubjetiva dialógica y hermenéutica desde la libertad personal individual. Sin olvidar que el ser humano es un ser que goza de una libertad cuya naturaleza trascendente posee alteridad que lo caracteriza. Desde esta perspectiva, la libertad característica propia del ser humano, permite la propia orientación hacia su propia finalidad y metas en concordancia a la brusquedad del bienestar, felicidad; lo cual le permite plena libertad de acción y elección. Pudiendo decirse que la persona desde su libertad personal, en pleno ejercicio consciente se da la oportunidad de desarrollar su propia identidad, la responsabilidad de sus actos con dignidad, amor y respeto por su naturaleza.

## REFERENCIAS

- APA. (1994): Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Washington D.C., American Psychiatric Association.
- BÜHLER, CH "Human life goals in the humanistic perspective", en The Humanistic Psychology; 7,1967a, 36-52
- HUSSERL, Edmund, La idea de la fenomenología, Fondo de Cultura Económico, México, 1989, pg. 24.
- HUSSERL, Edmund, La fenomenología de la verdad. Pentalfa Ediciones. Presentado por Ricardo Sánchez Ortiz de Urbina. Salamanca (1930).
- HEIDEGGER. El humanismo en Heidegger. Unizarfilosofía.wordpress.com
- JODELET, Denise (1979) La representación social: fenómenos, concepto y teoría. En: Moscovici, Serge (1994). El Psicoanálisis, su imagen y su público. Argentina. Ed.Huemul.
- MARTINEZ Miguel La psicología humanista: Un nuevo paradigma Psicológico. Trillas. México 2009, pg. 4.

- RAICH, R. (2000): Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Madrid, Ediciones Pirámide.
- RAICH, R.M, TORRAS, J. Y FIGUERAS, M. (1996): “Estudio de la imagen corporal y su relación con el deporte en una muestra de estudiantes universitarios”. Análisis y Modificación de Conducta, nº 85, pp. 604-624.
- SCHILDER, P. (1950-99): The image and appearance of the human body. N. York, International Universities Press.
- THOMPSON, J.K. (1990): Body image disturbances: assessment and treatment. New York, Pergamon Press.
- THOMPSON, J.K., HEINBERG, L.J., ALTABE, M. Y TANTLEFF-DUNN, S. (1998): Exacting Beauty. Theory, Assessment, and Treatment of Body Image Disturbance. Washington, D.C., American Psychological Association.

**Artículos publicados en la Web:**

- MANUEL RIOBÓ GONZÁLEZ [La corporalidad según la filosofía de Husserl y Fichte Congreso fenomenología y Ciencias Humanas: Santiago de Compostela, 24-28 de septiembre de 1996](#) / coord. por [María Luz Pintos Peñaranda](#), [José Luis González López](#), 1998, ISBN 84-8121-677-1, págs. 547-560.
- HEIDEGGER, Martin. El humanismo en Heidegger. Unizarfilosofia.wordpress.com
- MERLEAU-PONTY, MAURICE, Fenomenología de la percepción, Editorial Altaya, Barcelona, 1999, pg. 37.
- SIERRA Angela y VERA Cristina Imagen corporal y su aplicación en el currículo de Educación Física en la educación secundaria obligatoria. Facultad de Ciencias de la Educación.Universidad de Huelva.(España) Inmaculada Tornero Quiñones sierras@uhu.es. www. Efdeportes.com.
- MASSÓ Francisco. La salud un asunto propio .www.massó.info/PDF/lasalud.pdf

**Páginas web.**

- www.gestiopolis.com
- www.javeriana.edo.com
- www.Unasamedu.ar
- www. Radalcy.paradigmas emergentes y ciencias de la complejidad.
- www.riuma.es
- [www.euskomedia.org](#). Imagen corporal...
- [www.uned.es](#). Imagen corporal, Thompson, heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn (1998).
- [www.digibug.urg.es](#). Relación entre la insatisfacción con la imagen.
- [www.caib.es](#). Imagen corporal (II jornadas sobre salud y género) Raich, Torras y Figueras, 1996).
- www.fdeportes.com. Imagen corporal y su aplicación en el currículo de Educación física.
- [www.culturaydroga.ucaldes.edu.com](#)(aportesde la psicoterapia de la gestal).
- [www.uned.es](#) ¿Que es la imagen corporal Schilder, (1950), subtulado por García, Marcó, Fernández y Juan (1990) en Rice (2000)

- [Ww.cucaicor.com.ar](http://Ww.cucaicor.com.ar). La salud y la enfermedad aspectos biológicos.
- [www.grupodeestudio.sobrecuerpo.blogspot.com](http://www.grupodeestudio.sobrecuerpo.blogspot.com). Propuestas metodológicas Jodelet (1979)
- [www.dianet.unirioja.es](http://www.dianet.unirioja.es).
- [www.digitum.um.es](http://www.digitum.um.es). Universidad de Murcia
- [www.sabetodo.com](http://www.sabetodo.com). El existencialismo como corriente filosófica y sus principales figuras. Francisco Bardoní y otros autores.

## **RESUMEN CURRICULAR**

**Beatriz Domínguez**, Doctorando en Educación Universidad de Carabobo. Lic. Psicología. UCV. Mención Asesoramiento Psicológico y Orientación. Magister en Orientación y Asesoramiento. TSU. Dificultades de Aprendizaje y Retardo Mental. Docente Universitario UC. Jefe de Cátedra: Fundamentos de la Orientación. Coordinador del Centro de Orientación y Asesoramiento de la Comunidad Universitaria. FaCE UC. Director del CDI N° 17 Ministerio del Poder Popular para la Educación.



UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN



**CORPORALIDAD PSICO-SOCIO-EMOCIONAL.  
UNA MIRADA HACIA LA LIBERTAD PERSONAL**

**Artículo presentado para optar al ascenso a Profesor ASOCIADO**

**Autor:  
Profa. Beatriz Domínguez**

**Valencia: Enero 2013**

## **CORPORALIDAD PSICO-SOCIO-EMOCIONAL. UNA MIRADA HACIA LA LIBERTAD PERSONAL**

**Autor:** Beatriz Dominguez. **Correo:** [beatrix.cielo@gmail.com](mailto:beatrix.cielo@gmail.com). **Universidad de Carabobo. Facultad de Ciencias de la Educación. Departamento de Orientación. Doctorado en Educación. Eje: Humanismo y Educación. Temática: Educación Emocional y afectividad y/o Educación e integración a la realidad.**

### **RESUMEN**

La obesidad, principal problema de salud a nivel mundial. Los pacientes presentan manifestaciones conductuales inadecuadas, baja autoestima, problemas en sus relaciones en general, desarrollo de la imagen corporal, aspectos psicológicos y socio-emocionales, que marcan pauta para la libertad de acción y el crecimiento personal, elementos claves a considerar en su integración con la realidad cotidiana y personal. De allí, la importancia del estudio. La construcción psico-socio-emocional de la obesidad y sus implicaciones, aunado a las bases biológicas expresas de la enfermedad, fue el basamento de esta investigación, como forma de entender la problemática. El objetivo general fue describir la corporalidad psico-socio-emocional de la obesidad y su relación con la libertad personal. El desarrollo y comprensión global del tema, la búsqueda de información, investigaciones y teorías, sirvieron como preámbulo para la tesis doctoral, la cual estará referida a la salud psicológica de la corporalidad. La metodología fue documental, diseño monográfico: se recolectó información, seleccionó, ordenó, y elaboró el esquema final, de trabajo. Con los supuestos teóricos explorados durante la investigación, se pudo concluir que las construcciones psico-socio-emocionales que los obesos tienen acerca de la imagen de su cuerpo, son elementos claves para la reestructuración cognitiva y reorientación del paciente hacia una nueva calidad de vida; pudiendo edificarse sobre las propias ideas, pensamientos e imágenes acerca de la enfermedad, producto de experiencias personales relacionadas con la autoestima, a través de cambios corporales, de las objetivaciones de su realidad y anclajes, de sus propias experiencias, más, imágenes corporales internalizadas a través de los medios de comunicación, incluyendo la información que reciben del medio sociocultural; estas se consideran significativas para la educación y satisfacción personal de su imagen corporal y libertad de acción a lo largo de su vida. Se pudo explorar la multi-dimensionalidad de la problemática, la cual necesita intervención multi y transdisciplinaria.

**Palabras clave:** Construcción psico-socio-emocional de la obesidad, imagen corporal, autoestima, crecimiento personal, y libertad de acción.

### **Introducción**

La obesidad es un problema combinado con varios agentes de índole Bio, psico, social y emocional. Desde la década de los 70 es un tema de interés para los estudios antropológicos, sociológicos y psicológicos, de modo que permite una mejor comprensión de diversos aspectos. Se sabe que el estilo de vida y comportamientos son los factores determinantes de la salud y la enfermedad, ellos pueden impedir, iniciar, agravar o complicar.

Según la Organización Panamericana de la Salud - OPS (2003), figura desde esa fecha y en la actualidad entre las enfermedades con principal causa de mortalidad e incapacidad en todo el mundo, representa más del 59% de los 56,5 millones de muertes anualmente; con fuerte aumento en la incidencia de las enfermedades crónicas en los países en desarrollo, sumado a la baja tasa de adhesión al tratamiento de sus pacientes, circunstancia que conduce a nuevas preguntas e investigaciones en salud.

La obesidad está caracterizada por un índice de masa corporal o IMC aumentado (mayor o igual a 30), según la OMS (Organización Mundial de la Salud 2010). Forma parte del síndrome metabólico. Es un factor de riesgo para enfermedades crónicas como enfermedades cardíacas, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, ictus, dermatológica, apnea del sueño, osteoartritis y algunas formas de cáncer. La evidencia sugiere que se trata de una enfermedad con origen multifactorial: genético, ambiental, psicológico entre otros. La acumulación excesiva de grasa en el cuerpo, la hipertrofia general del tejido adiposo la convierte en una enfermedad crónica y con numerosas complicaciones.

El primer paso para saber si existe obesidad o no, es conocer el índice de masa corporal (IMC), lo que se obtiene haciendo un cálculo entre la estatura y el peso del individuo y éste elevado al cuadrado. Considerándose entonces que la obesidad es simple si el Índice de Masa Corporal (IMC) no pasa de 40, únicamente se refiere a un problema estético, teniendo solución la mayoría de las ocasiones mediante medidas dietéticas. Cuando el IMC sobrepasa 40 hablamos de Obesidad Mórbida (OM) la cual ya es un problema que la única

solución es mediante la cirugía. El caso de Superobesidad Mórbida (SOM) la cirugía es evidente.

Ciertos tipos de cáncer son más frecuentes en los obesos, como el cáncer de mama, de útero y de ovarios en las mujeres y cáncer de colon, de recto y de próstata en los varones. Los trastornos menstruales, falta de control nutricional son también frecuentes en las mujeres obesas y la enfermedad de la vesícula biliar.

En la actualidad ocupa un lugar muy importante en términos sociales, emocionales, de salud y de estética; es decir, cubre áreas de distinta índole y ha llamado la atención en diversos sectores. Las personas obesas viven una impresionante realidad, hay datos alarmantes por la cantidad de personas con sobrepeso y obesidad en nuestro país; y es aún más alarmante saber que el factor principal de origen es por cuestiones emocionales.

Autores como Saldana y Rossell (1996), Álvarez (1996. 1998), Twerski (1998) y Strauss (2000) citados por Hidalgo (2009), manifiestan que el 95% de los casos de obesidad no es atribuible a causas orgánicas, más bien provienen del tipo de alimentación y de factores culturales y psicosociales que conducen a las personas a satisfacer sus necesidades emocionales y de autoestima a través del consumo excesivo de alimento, por lo cual, el comer en exceso contribuye a subsanar la ausencia de autoestima. Hidalgo también acota que este problema ha sido estudiado por otros investigadores como Bender, (1993); Cormillot (2000); Gaona (2001); Hirschmann (1990), ellos concluyeron que los comedores en exceso se caracterizan por la sensación de descontrol y dependencia, no existiendo en estas personas una adecuada autoestima, pueden comer mucho por simple placer. Tal descontrol es en muchas ocasiones producto de sentimientos y emociones que difícilmente se pueden identificar y mucho menos comunicar y manejar adecuadamente.

El proceso salud - enfermedad - obesidad como evento de la vida no puede darse fuera de esta realidad, por lo que son considerados elementos constitutivos en sociedad y en cultura, dándole una característica de historicidad. Este proceso lo siente e interpreta tanto el

individuo sano, como el enfermo y los profesionales de la salud y psicología logran modificar e interpretar dicho proceso.

**Objetivo general:** Describir la corporalidad psico-socio-emocional de la obesidad y su relación con la libertad personal.

## **Fundamentación**

### **Descripción psicosocial y socio-económica de la Obesidad**

La Psicología Social es un área de conocimiento que tiene varias teorías que tratan de comprender, explicar e interpretar esta problemática; como por ejemplo (las representaciones sociales, las creencias, la atribución de causalidad, actitudes, entre otras) que pueden contribuir a la comprensión de la relación salud - enfermedad.

La teoría de las representaciones sociales es trascendente para la comprensión del conocimiento de lo social, reflejado en la conciencia colectiva como un objeto que re-construye según los valores, las nociones, las reglas que en el interior del grupo son aceptadas. Pero también conlleva una función constitutiva de la realidad porque produce y determina comportamientos y procesos de comunicación entre los individuos en el “mundo de la conversación” Moscovici y otros (1961).

El cuerpo es el resultado de una construcción simbólica y una invención de acuerdo con las percepciones subjetivas y representaciones individuales y colectivas) y aparece como un mediador social del conocimiento de sí mismo y de otros Jodelet, (1994). La percepción de la realidad no es un proceso meramente individual e idiosincrásico, sino que existen diferentes visiones compartidas por distintos grupos sociales que tienen interpretaciones similares sobre los acontecimientos. De allí, la influencia de lo social.

Andrieu (2006), considera que el cuerpo se percibe a través del cuerpo subjetivo y esta experiencia puede cambiar la imagen corporal, la estima de sí mismo y la relación con el cuerpo del otro. El sentido de la belleza es innato y ha existido desde la creación del

hombre. Es parte universal de la experiencia humana, proporcionada por una construcción mental y por aspectos socioculturales como la historia, la religión, la época, el país en el que se vive, las experiencias personales, el estrato social al que pertenezcas, entre otros. Todos estos factores determinan la variación en el modo de entender a la belleza en las diferentes culturas, épocas y sociedades. Por eso en Venezuela el binomio belleza aceptación marca pauta en la vida de la mujer y hombres venezolanos; muchas personas no claras en su esencia de vida fragmentan sin querer su autoestima al no sentirse cónsonos con este parte de la población “tratando de querer llegar a ser miss” teniéndolo como un imaginario ideal.

Para Schilder (1999), la imagen corporal es la representación mental que un individuo tiene de su cuerpo. Esta representación incluye los niveles físico, mental y emocional en cada ser humano, relacionadas a la percepción del propio cuerpo. Jodelet (1979), resalta la importancia de estudiar el cuerpo dentro de la perspectiva de las representaciones sociales, ya que tienen un papel importante en el desarrollo de formas colectivas de ver y experimentar el cuerpo, y de la difusión de modelos de pensamiento y de comportamiento relacionados con ella. Así, la teoría de las representaciones sociales puede contribuir a la comprensión del cuerpo más allá de la dimensión psicológica individual, aclarando el papel del intercambio de conocimientos en la recuperación del cuerpo y la importancia de la belleza y la salud y sus consecuencias para las personas.

Moscovici (1961) citado por Jodelet (1979) describió dos procesos principales que explican cómo lo social transforma un conocimiento en representación, y como esta representación transforma lo social. Ambos procesos se denominan, respectivamente mecanismos de objetivación. El campo de las representaciones sociales se organiza en torno al núcleo figurativo, que constituye la parte más sólida y estable de la representación. Este se constituye a través de la objetivación por la transformación de los conceptos relacionados con un objeto en imágenes, lo cual permite una visión menos abstracta del objeto representado. La objetivación puede definirse entonces como una operación formadora de imagen y a la vez estructurante. Pone en imagen las nociones abstractas,

dando cuerpo así a las ideas. Moscovici (1986) afirma que “objetivar es reabsorber un exceso de significados materializándolos.”

La objetivación presenta tres fases: 1) Esquematización estructurante: es la formación de un núcleo figurativo, el cual corresponde a los elementos de información captado por la persona y adaptados a través del proceso de apropiación de la información, se organiza proporcionando una imagen coherente y fácilmente expresable del objeto representado. En términos de la investigación este aspecto estaría representado por toda la información que recibe la persona obesa a lo largo de su vida y desarrollo personal, con respecto a su cuerpo, tanto mensajes positivos como negativos sobre su imagen corporal, y trascendencia social, por cuanto la persona se hace una imagen figurativa y representacional sobre su cuerpo. 2) Naturalización: aquí se coordinan cada uno de los elementos del pensamiento que se convierten en elementos de la realidad, referentes del concepto; para la obesidad, corresponde a que piensa la persona de su realidad como persona obesa. 3) El pensamiento social separa los procesos y los productos, quedándose sólo con el resultado, ignorando el proceso de producción del producto. Es decir, representa lo que piensa la sociedad del obeso, olvidando lo que sucede en la persona obesa y los correlatos de su realidad. Por cuanto, el modelo figurativo de las representaciones sociales adquiere un status de evidencia, el cual se integra a la ciencia de sentido común, tal como hacen referencia los autores de las representaciones sociales.

El anclaje es otro elemento básico de la formación de las representaciones sociales; permite integrar la información sobre un objeto dentro de nuestro sistema de pensamiento, afrontando las innovaciones de los objetos que no nos son familiares. De allí que, se articulan las tres funciones básicas de la representación: función cognitiva de integración de lo novedoso, función de interpretación de la realidad, y función de orientación de las conductas y las relaciones sociales. La persona obesa internaliza una imagen representacional sobre su cuerpo, interpreta su propia realidad y orienta su conducta hacia situaciones de pasado o hacia la búsqueda de una nueva reestructuración cognitiva.

Según se ha visto, la obesidad como un proceso social puede ser abordada desde la teoría de las representaciones sociales. Es decir se puede referir a una epistemología del sentido común que le otorga sentido al conocimiento cotidiano, producto de las interacciones sociales. De ser un problema de salud, la obesidad por sus correlatos se convierte en un verdadero problema social.

En este mismo orden y dirección, los factores socioeconómicos influyen fuertemente en la obesidad, sobre todo entre las mujeres. En algunos países desarrollados, la frecuencia de la obesidad es más del doble entre las mujeres de nivel socioeconómico bajo que entre las de nivel más alto. El motivo de influencia no ha sido comprendido del todo, pero se sabe que las medidas contra la obesidad aumentan con el nivel social. Las mujeres que pertenecen a grupos de un nivel socioeconómico más alto tienen más tiempo y recursos para hacer dietas y ejercicios que les permiten adaptarse a estas exigencias sociales.

### **Aspectos Bio-psico-emocionales y de la obesidad**

En cuanto a los factores Biológicos los científicos todavía investigan las posibles causas bioquímicas o biológicas de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Siendo la obesidad uno de ellos. En algunos individuos con trastornos alimentarios, (obesos) se ha encontrado que ciertas sustancias químicas del cerebro (neurotransmisores) que controlan el hambre, el apetito y la digestión se encuentran desbalanceados. Los estudios actuales nos indican que la genética tiene contribuciones significativas en los trastornos alimentarios al igual que los ambientales; influyen en el peso del cuerpo, pero su actuación para determinar el peso de una persona no está todavía aclarada. Investigaciones recientes sugieren que, la influencia genética contribuye en un 33 por ciento aproximadamente al peso del cuerpo, pero esta influencia puede ser mayor o menor de una persona en particular a otra.

Cabe agregar que los malos hábitos dietéticos aumentan cada día, trayendo un importante número de complicaciones asociadas a esta enfermedad, una vejez y muerte prematura. Además, ciertos fármacos utilizados frecuentemente causan aumento de peso, como la

prednisona (un corticosteroide) y muchos antidepresivos, así como también muchos otros fármacos que se utilizan para curar los trastornos psiquiátricos.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, se puede acotar que la falta de actividad física probablemente sea una de las razones principales para el incremento de la obesidad.

Los factores relativos con respecto al desarrollo, lo constituye, un aumento del tamaño o del número de células adiposas, o ambos, además, se suma a la cantidad de grasas almacenadas en el cuerpo. Las personas obesas, en particular las que han desarrollado la obesidad durante la infancia, pueden tener una cantidad de células grasas hasta cinco veces mayor que las personas de peso normal. Debido a que no se puede reducir el número de células, se puede perder peso solamente disminuyendo la cantidad de grasa en cada célula.

Los factores psicológicos y los trastornos emocionales, también inciden y han sido considerados como una importante causa de la obesidad, actualmente representan una reacción a los fuertes prejuicios y la discriminación contra las personas obesas. El factor significativo representacional es el trastorno emocional, la imagen negativa del cuerpo, es un problema grave para muchas mujeres jóvenes obesas. Ello conduce a una inseguridad extrema y malestar en ciertas situaciones sociales.

Dentro de los factores psico-socio-emocionales que pueden contribuir a los trastornos de la conducta alimentaria están: baja autoestima, sentimientos de insuficiencia o falta de control de su vida, depresión, ansiedad, enojo y soledad, factores interpersonales como: relaciones personales y familiares problemáticas. Dificultad para expresar sentimientos y emociones, historia de haber sido molestado o ridiculizado basado en su talla o peso. Historia de abuso físico o sexual. Factores Sociales como: presiones culturales que glorifican la “delgadez” y le dan un valor a obtener un “cuerpo perfecto”. Definiciones muy concretas de belleza que incluyen solamente mujeres y hombres con ciertos pesos y figuras. Normas culturales que valorizan a la gente en base a su apariencia física y no a sus cualidades y virtudes internas.

Otros efectos negativos de índole social y psicológica está relacionado con el hecho de que las personas con sobrepeso a menudo son objeto de burlas y esto conlleva a problemas emocionales no expresados fácilmente por lo cual sufren.

Por cuanto, la construcción de la identidad personal está relacionada con el cuerpo. La corporeidad, dimensión global y compleja del individuo, es la construcción permanente de la persona en su esfera biológica, psicológica y sociocultural. Abarca la unidad de lo psicofísico, lo espiritual, lo motriz, lo afectivo, lo social y lo intelectual a partir de lo que tiene significado para él y para la sociedad Grasso, (2002).

De lo anteriormente planteado se deduce que esta problemática lleva a la persona a poseer una representación psicosocial mental de su cuerpo negativa y en la mayoría de los casos estos factores inciden en su comportamiento y formas de percibir el mundo. No existe un consenso científico sobre qué es la imagen corporal, o cómo se evalúa, ni cómo se manifiesta una alteración de ella. En las últimas décadas varios autores han hecho referencia a este término controversial, los trabajos médicos sobre neurología a principios del siglo XX, hicieron sus primeras referencias.

Bruch (1962), en la década de los años 60, es la primera autora que dirige la atención hacia una posible alteración de la imagen corporal al referirse a la Anorexia Nerviosa, a partir de ese momento comienza un interesante periodo de investigaciones sobre las alteraciones de la imagen como sintomatología propia de los Trastornos del comportamiento alimentario (TCA).

La autopercepción es otro referente, está asociada al concepto de imagen corporal es un constructo teórico muy utilizado en el ámbito de la psicología, la psiquiatría, la medicina en general o incluso la sociología. Es considerado crucial para explicar aspectos importantes de la personalidad como la autoestima o el autoconcepto, o para explicar ciertas psicopatologías como los trastornos dimórficos y de la conducta alimentaria, o para explicar la integración social de los adolescentes. Koff, Rierdan y Stubbs (1990), Gracia, Marcó, Fernández y Juan (1999) citados en Rice (2002).

Para Schilder (1950) “La imagen del cuerpo es la figura de nuestro propio cuerpo que formamos en nuestra mente, es decir, la forma en la cual nuestro cuerpo se nos representa a nosotros mismos”.

La edificación de la identidad personal atraviesa por la relación con el cuerpo. La corporeidad, dimensión global y compleja del individuo, es la construcción permanente de la persona en su esfera biológica, psicológica y sociocultural. Abarca la unidad de lo psicofísico, lo espiritual, lo motriz, lo afectivo, lo social y lo intelectual a partir de lo que tiene significado para él y para la sociedad Grasso, (2002).

Los trabajos Russell, (1970) y Slade y Russell, (1973) pusieron de manifiesto que el miedo a estar gordo es un elemento central de la psicopatología de los Trastornos del comportamiento alimentario, y que la alteración de la imagen corporal que se detecta principalmente, es la tendencia a ver el cuerpo con más tamaño que el real, lo que se denominó de forma general: sobreestimación.

Thompson (1990) amplía el término incluyendo un componente conductual que se fundamentaría en qué conductas tienen origen en la consideración de la forma del cuerpo y el grado de satisfacción con él. Las teorías psicoanalíticas dominan en la primera mitad del siglo XX las explicaciones sobre el cuerpo, la imagen corporal y aspectos psicológicos asociados, poniendo especial hincapié en las manifestaciones inconscientes.

Otros autores, como Slade (1994), centra su explicación más en una representación mental, la cual se origina y modifica por diversos factores psicológicos individuales y sociales, la define así: “ la imagen corporal es una representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo” Para Raich, Torras y Figueras, (1996) “la imagen corporal es un constructo que implica lo que uno piensa, siente y cómo se percibe y actúa en relación a su propio cuerpo”.

Thompson, Heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn (1998), recogen una serie de definiciones de imagen corporal y términos cercanos, como “satisfacción corporal”, “exactitud de la percepción del tamaño”, “satisfacción con la apariencia”, entre otros, intentando definir más precisamente cada término. El uso de una expresión u otra depende más de la orientación científica del investigador, o del aspecto concreto de la imagen corporal que se va a investigar.

Raich (2000) propone una definición integradora de imagen corporal: “...es un constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del movimiento y límites de éste, la experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos.”

Ante las descripciones planteadas surgió esta interrogante investigativa: ¿Cómo manejan las personas obesas su corporalidad y realidad psico-socio-emocional en un contexto de libertad?

### **Orientaciones Metodológicas**

Se utilizó la documental según las orientaciones de: Eco, (1988) y Romano(1987)

**Diseño y tipo de investigación:** Monográfico

**Sujetos:** Los sujetos relacionados con el abordaje teórico estuvieron enmarcados en la obesidad, y su relación psico-socio-emocional.

**Métodos y Análisis de los datos:** Se buscó información teórica, se elaboraron y clasificaron las fichas correspondientes, se construyó el esquema para luego redactar el trabajo investigativo, para efectos de contenido se confeccionó la introducción, objetivos, fundamentación, orientaciones metodológicas, aportes, hallazgos y recomendaciones.

**Aportes, Hallazgos y Recomendaciones**

Se puede considerar la obesidad como una epidemia del siglo XXI, para Artemis (2010) se ha convertido en una patología con tintes epidémicos que cada vez afecta más a la población infantil, y adulta; en todos los países actualmente se están incentivando campañas de concienciación en las que se advierte del peligro de las consecuencias que esta patología puede provocar, y qué medidas son necesarias para erradicarla. Esta problemática obliga a un trabajo interdisciplinario y grupal si se aspira al éxito en la intervención. El enfoque debe abarcar todos los aspectos involucrados en la génesis de esta enfermedad, con objetivos y metas muy definidos, adaptados a la realidad de la población que se atiende. Se puede concluir que esta problemática es multifactorial, posee una base biológica, neurofisiológica de salud y enfermedad necesaria de tratar médicamente, sin olvidar las bases psicológicas implícitas que necesitan intervención. La dinámica de trabajo, trata de instaurar hábitos de alimentación en el grupo familiar y estilos de vida que permitan el equilibrio constante entre la ingesta y el gasto calórico y que corrija y prevenga las alteraciones metabólicas, logrando nutrición balanceada.

Innumerables personas reaccionan y realizan dietas por su cuenta, tratando de controlar su peso, reduciendo las calorías. Cualquier dieta hipocalórica, conlleva un recorte en la ingestión de alimentos y, por tanto, de vitaminas, minerales y oligoelementos, aumentando de esta forma las deficiencias ya existentes.

El control de la obesidad por medios de cirugía en la actualidad es una opción para la solución de la problemática, específicamente la Bariátrica, la cual en la obesidad mórbida aporta soluciones exitosas si se combina con tratamientos psicológicos. Todos los aspectos anteriormente señalados podrían ayudar para el mejoramiento y una nueva la calidad de vida. Por ende, el fortalecimiento de la autoestima y el desarrollo personal se ven beneficiados y la persona parece lograr mejorar su imagen corporal, alcanzar un encuentro consigo mismo y con la realidad.

Los obsesos tienen una imagen perceptual con respecto a su cuerpo, que incluye información sobre tamaño y forma y sus partes, además de una imagen cognitiva referida

a pensamientos, auto-mensajes, y creencias sobre su cuerpo. Se puede decir que poseen una imagen emocional sobre el grado de satisfacción con respecto a su figura y con las experiencias que le proporciona el cuerpo. La imagen corporal es un concepto multifacético está interrelacionada con los sentimientos de autoconciencia: cómo percibimos y experimentamos nuestro cuerpo. Por cuanto, cada individuo tiene una experiencia fundamentalmente subjetiva socialmente determinada por influencias sociales que matizan la autopercepción del cuerpo.

Las representaciones sociales como componente teórico permiten describir la realidad de obeso; ellos construyen la imagen de su cuerpo y realidad psico-socio-emocional en correlato con sus relaciones sociales a lo largo de su vida e interacción cotidiana. Según la investigación realizada y los autores consultados, estas son edificadas sobre la propia idea, pensamientos e imágenes acerca de la enfermedad, y experiencias personales relacionadas con la autoestima e imagen internalizada. Los cambios corporales, suelen estar influenciados además, por las objetivaciones de su realidad y anclajes relacionados con sus propias experiencias, imágenes corporales difundidas por los medios de comunicación asimismo como de la información que reciben del medio sociocultural. Siendo significativa para la estructuración y sostenibilidad de su imagen.

De los anteriores planteamientos se deduce que el equilibrio dinámico integral entre mente, cuerpo, salud - enfermedad y relaciones sociales permitirá en el obeso su libertad de acción, en el proceso de construcción humana interna. Ahora bien, la solución es personal, subjetiva, centrada en la persona y capacidad de afrontamiento; la mirada hacia la libertad personal dependerá de la apertura del obeso hacia un encuentro con su propia realidad, actitud y disposición hacia el cambio. Por lo cual, la intervención como estrategia educativa de ayuda inter y transdisciplinaria le permitirá al obeso tener una atención integral, psicológica y socio-familiar que lo lleve a orientar y reorientar su aprendizaje y vivir de manera permanente, libre y/ equilibrada.

## **Referencias:**

- APA. (1994): Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Washington D.C., American Psychiatric Association.
- BRUCH, H. (1962): "Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nerviosa". Psychosomatic Medicine, n° 24, pp. 187-194.
- ECO, Umberto. (1988).Cómo se hace una tesis: Técnicas y procedimientos de investigación, estudio y escritura. México: Gedisa Mexicana, ISBN 968-852-007-1
- JODELET, Denise (1979) La representación social: fenómenos, concepto y teoría. En: Moscovici, Serge (1994). El Psicoanálisis, su imagen y su público. Argentina. Ed.Huemul.
- MOSCOVICI, S.(1985)Psicología social I: influencia y cambio de actitudes. Cognición y desarrollo humano. Barcelona: Paidós,
- MOSCOVICI, S. Psicología social II. Barcelona: Paidós, 1986.
- MOSCOVICI, S. y HEWSTONE, M. De la ciencia al sentido común. En: RAICH, R. (2000): Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Madrid, Ediciones Pirámide.
- RAICH, R.M, TORRAS, J. Y FIGUERAS, M. (1996): "Estudio de la imagen corporal y su relación con el deporte en una muestra de estudiantes universitarios". Análisis y Modificación de Conducta, n° 85, pp. 604-624.
- RAICH, R.M., MORA, M., SOLER, A., AVILA, C., CLOS, I. Y ZAPATER, L. (1994): "Revisión de la evaluación y tratamiento del trastorno de la imagen corporal y su adaptación en una muestra de estudiantes". Psicologemas, n° 8, Págs. 81-89.
- RICE, F.P. (2002): Adolescencia: Desarrollo, relaciones y cultura. Madrid, Prentice Hall.
- ROMANO, David. Elementos y técnica del trabajo científico. Barcelona: Teide, 1987. ISBN 84-307-8270-2
- RUSSELL, G.F.M. (1970): "Anorexia nervosa: Its identity as in illness and its treatment", En Price, J.H.(Ed.). Modern trends in psychological medicine, Vol. 2, pp. 131-164. London, Butterworths.
- SCHILDER, P. (1950-99): The image and appearance of the human body. N. York, International Universities Press.
- SLADE, P.D. (1994): ¿What is body image? Behaviors Research and Therapy, n° 32, pp. 497-502.
- SLADE, P.D. Y RUSSELL, G.F.M. (1973): "Awareness of body dimensions in anorexia nervosa: Cross-sectional and longitudinal studies". Psychological Medicine, n° 3, pp. 188-199.
- THOMPSON, J.K. (1990): Body image disturbances: assessment and treatment. New York, Pergamon Press.
- THOMPSON, J.K., HEINBERG, L.J., ALTABE, M. Y TANTLEFF-DUNN, S. (1998): Exacting Beauty. Theory, Assessment, and Treatment of Body Image Disturbance. Washington, D.C., American Psychological Association.

**Tesis consultadas:**

- Grasso, Alicia (2001). El aprendizaje no resuelto de la educación física: la corporeidad. Argentina. Ed. Novedades educativas.

**Artículos publicados en la Web:**

- Andrieu (2006), Fundación Bengoa para la Alimentación y Nutrición. E-mail: [info@fundacionbengoa.org](mailto:info@fundacionbengoa.org). Caracas – Venezuela
- Hidalgo (2009) Procesos integrales (psicoterapéuticos y nutrimentales) para la reducción de peso: 5399 7324 México d.f. Blogger