

Imagen corporal en bailarinas de ballet y estudiantes de bachillerato

Body image in ballet dancers and college students

José Luis Valdez Medina¹ y Rosalinda Guadarrama Guadarrama²

RESUMEN

El objetivo fue obtener los niveles y comparar la insatisfacción corporal en bailarinas de ballet y estudiantes de bachillerato. En esta investigación se trabajó con una muestra de 30 bailarinas y 30 estudiantes, con edades de 15 a 19 años. Los participantes respondieron el Cuestionario de Insatisfacción de la Imagen Corporal (BSQ), el cual ha mostrado propiedades psicométricas adecuadas. La aplicación se realizó de manera grupal en las instituciones educativas. Los resultados indican que las bailarinas manifiestan mayor insatisfacción corporal con respecto a las estudiantes, además de otros rasgos específicos. Si bien las bailarinas están más insatisfechas con su imagen corporal, las estudiantes son un grupo que también se ve influido por este aspecto.

Palabras clave: Imagen corporal; Distorsión perceptual; Bailarinas; Insatisfacción corporal.

ABSTRACT

The aim of this study was to obtain the levels and to compare corporal dissatisfaction in ballet dancers and high-school students. In this investigation a sample of 30 dancers and 30 students with ages of 15 to 19 years was used. The participants responded to the Body Shape Questionnaire (BSQ), which has shown suitable psychometric properties. The group application was made in the educative institutions. The results indicate that the dancers display greater corporal dissatisfaction with respect to the students, besides other specific traits. The authors conclude that although the dancers are more dissatisfied with their corporal image, the students are a group that is also influenced by this aspect.

Key words: Body image; Perceptual distortion; Dancers; Corporal dissatisfaction.

Muchas mujeres se hallan aferradas a un imaginario corporal que las obliga a buscar estrategias para lograrlo. La imagen corporal, y sobre todo la insatisfacción corporal, ha sido objeto de numerosas investigaciones, no solo en población clínica, sino también comunitaria y en grupos de riesgo. Así, la imagen corporal, de acuerdo con Guelar y Crispo (2000), es la representación mental que se tiene del propio cuerpo, asumiéndolo como el “envase” de lo que se es.

Los sentimientos y juicios acerca de lo que se es se construyen con base en las experiencias. La imagen corporal incluye tanto la forma como el tamaño con que se percibe el propio cuerpo, y dicha percepción puede ser sobreestimada o subestimada; por ejemplo, una chica se puede ver fea, aunque a los ojos de los demás no lo sea; bastará que se perciba de esta forma para que esté segura de que así es.

¹ Facultad de Psicología, Universidad Autónoma del Estado de México, Carretera Toluca-Naucaupan Km 1.5, correo electrónico: vmjl@uaemex.mx. Artículo recibido el 9 de agosto y aceptado el 24 de noviembre de 2007.

² Centro Universitario UAEM Temascaltepec, Av. Laguna del Volcán 504, Col. Seminario, 50170 Toluca, Estado de México, México, correo electrónico: rossy_gma@yahoo.com.mx. Artículo recibido el 9 de agosto y aceptado el 24 de noviembre de 2007.

La delgadez extrema es una moda reciente en todas las jovencitas; en las bailarinas de la actualidad se ha convertido en un aspecto corporal necesario y se busca una imagen famélica, que se considera propia del mundo occidental (Barry y Garner, 2001), aunque anteriormente las chicas tenían las caderas pronunciadas y una forma corporal rolliza.

La cultura desempeña, pues, una parte importante en el desarrollo de la imagen corporal, y sobre todo en algunas subculturas que suelen interesar a las adolescentes, como el ballet, la gimnasia, el mundo de la moda y el del cine y la televisión, donde un cuerpo delgado es la norma para conseguir el éxito y la aprobación (Apostolides, 1999). Dentro del campo de la danza, de acuerdo con Schilder (1994), el cuerpo se convierte en la materia esencial a transformar, ya que a través de este se sustentan y expresan la fantasía y el deseo, mismos que se logran a través del movimiento fino y delicado que sólo puede ser expresado por un cuerpo extremadamente delgado (Betancourt y Díaz, 2004).

En este sentido, y de acuerdo con Hamilton, Brooks, Jun y Warren (cfr. Román, Mancilla, Álvarez y López, 1998) y Betancourt (2003), la aspiración de un bailarín era dominar la técnica y, en última instancia, su cuerpo. Pero esto ya no es suficiente ya que se le exige la autodisciplina en su entrenamiento y el autocontrol en todas las esferas de su vida, en particular sobre su dieta: su cuerpo debe reflejar ideales corporales estéticos que rayan entre lo mítico y lo perfecto, con lo que un bailarín llega a encontrarse 14% debajo del ideal para su peso y talla. Lo anterior no solamente ocurre con las bailarinas, pues hoy día la delgadez se ha convertido en la tarjeta de presentación de las mujeres que desean triunfar tanto social como profesionalmente (Kirszman y Salgueiro, 2002).

Guelar y Crispo (2000) y Ronen y Ayelet (2004) señalan que muchas adolescentes e inclusive mujeres adultas desarrollan una distorsión de su imagen corporal, no solo por factores sociales sino psicológicos que no les permiten estar conformes con lo que son, buscando numerosas formas de encontrarse y llegando a desarrollar trastornos alimentarios. Acosta y Gómez-Peresmitré

(2003) y Montero, Morales y Carbajal (2004) han demostrado que la imagen corporal es un buen predictor de los trastornos alimentarios y que una considerable proporción de adolescentes tienden a despreciar un cuerpo con sobrepeso en cuanto que socialmente existe la creencia que un cuerpo delgado es el ideal.

MÉTODO

Participantes

Se trabajó con una muestra no probabilística de tipo propositivo constituida por 60 mujeres adolescentes, 30 de ellas bailarinas de ballet, con seis años de dedicación a ello, estudiantes de danza de una escuela pública, y 30 estudiantes de bachillerato, de una institución pública de la ciudad de Toluca, Estado de México (México). En ambos grupos sus edades fluctuaban entre 15 y 19 años.

Instrumentos

Se empleó el Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ, por sus siglas en inglés), el cual fue elaborado por Cooper, Taylor y Frainburn en 1987. Dicho cuestionario permite medir la insatisfacción corporal y consta de 34 reactivos, cada uno con seis opciones de respuesta que van de "nunca" a "siempre". El puntaje mínimo es de 34 y el máximo de 144. El coeficiente de confiabilidad del instrumento (alfa de Cronbach) es de .97. Este instrumento emplea indicadores de insatisfacción corporal que van de "ausente" a "grave", de acuerdo al puntaje obtenido.

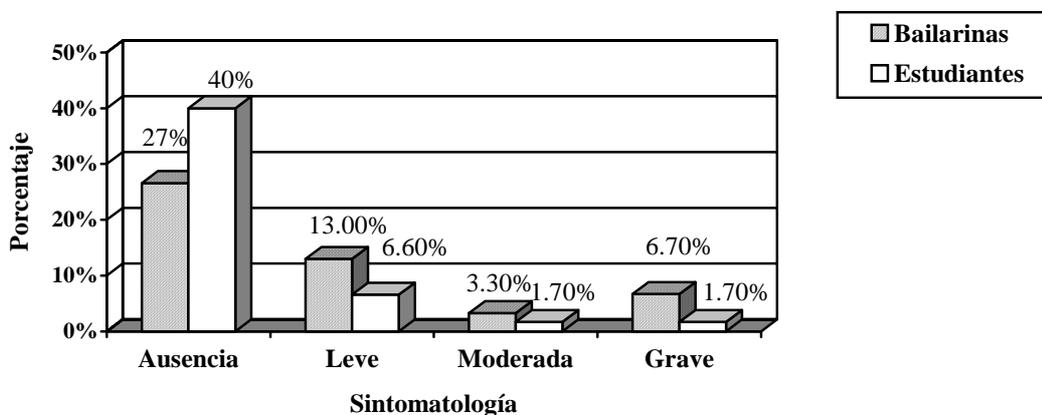
Procedimiento

Se realizaron las aplicaciones de manera grupal, acudiendo a cada una de las instituciones a las que asistían las jóvenes. Las indicaciones se dieron de manera grupal y verbal, señalando que era con fines de investigación y que la información sería tratada de manera confidencial. El tiempo que tardaron en contestar los sujetos fue de diez minutos en promedio.

RESULTADOS

La Gráfica 1 muestra el porcentaje de bailarinas y estudiantes de acuerdo a la insatisfacción corporal mostrada. De acuerdo a las puntuaciones del instrumento, se obtuvo que de la muestra total dos terceras partes no tenían preocupación por el peso ni malestar con la imagen corporal, mientras que una quinta parte mostraba una preocupación leve; muy pocas exhibían un malestar moderado o una preocupación grave.

En cuanto a los niveles mostrados por grupo, hubo un mayor porcentaje de ausencia de insatisfacción corporal en las estudiantes con respecto a las bailarinas. Asimismo, el grupo de estudiantes manifestó un grado leve de insatisfacción corporal con respecto a las bailarinas, quienes duplicaron el porcentaje de aquellas. Con respecto a la insatisfacción corporal moderada, está fue también mayor en las bailarinas que en las estudiantes, duplicando igualmente su porcentaje. Además, en relación con la insatisfacción grave, el grupo de bailarinas cuadruplicó el de las estudiantes.



En relación con la diferencia entre los grupos, por medio de la prueba *t* de Student se observó que hubo diferencias estadísticamente significativas en la insatisfacción con la imagen corporal, siendo mayor en las bailarinas que en las estudiantes. Asimismo, al realizar el análisis estadístico por reactivo, se obtuvo que, de los 34 reactivos, 14 muestran diferencias significativas:

El reactivo 1 muestra que las estudiantes, cuando no tenían nada que hacer, a menudo se sentían preocupadas por su figura, a diferencia de las bailarinas, para quienes esto ocurría algunas veces. En cambio, las bailarinas algunas veces pensaban que sus muslos, caderas y nalgas eran demasiado grandes para el resto de su cuerpo, en comparación con las estudiantes, quienes rara vez suponían lo anterior (reactivo 3).

En el reactivo 6, que alude a la sensación de plenitud después de una comida, las bailarinas

manifestaron sentirse gordas más frecuentemente que las estudiantes, inclusive cuando sólo ingerían una pequeña cantidad de comida (reactivo 11), o bien por haber consumido productos con alto valor calórico (reactivo 17); esta misma preocupación y malestar aparecía cuando observaban su cuerpo desnudo (reactivo 14). En cuanto a la vida social, las bailarinas evitan las reuniones sociales (reactivo 18) por percibir su figura excesivamente obesa (reactivo 19), lo que las hacía sentirse mal con esta, y algunas veces recurrir a dietas (reactivo 21) o a conductas compensatorias, como el vómito y los laxantes, para sentirse más ligeras (reactivos 26 y 32), así como llevar a cabo rutinas de ejercicio físico (reactivo 34), ya que creían que no era justo que otras mujeres fuesen más delgadas que ellas (reactivo 25) (Tabla 1).

Tabla 1. Diferencias por grupo de los reactivos del BSQ.

	Bailarinas (n=30)		Estudiantes (n=30)		t
	Media	D.E.	Media	D.E.	
Total BSQ	86.77	40.93	67.43	7.47	2.129*
Reactivo 1	2.27	1.51	3.60	1.40	-3.545***
Reactivo 3	2.57	1.45	1.80	1.37	2.098*
Reactivo 6	2.60	1.54	1.80	1.19	2.250*
Reactivo 8	2.40	1.73	1.63	.89	2.154*
Reactivo 11	2.13	1.48	1.27	.64	2.945**
Reactivo 14	2.47	1.65	1.60	1.04	2.430*
Reactivo 17	2.60	1.40	1.63	1.10	2.970**
Reactivo 18	1.97	1.54	1.23	.57	2.444*
Reactivo 19	2.47	1.59	1.47	.97	2.936**
Reactivo 21	2.90	1.52	2.00	1.62	2.222*
Reactivo 25	2.20	1.49	1.30	.60	3.063**
Reactivo 26	2.07	1.57	1.07	.36	3.389***
Reactivo 32	2.17	1.42	1.30	1.02	2.718**
Reactivo 34	3.77	1.41	2.57	1.74	2.942**

* p < 0.05, **p < 0.01; ***p < 0.001.

DISCUSIÓN

Como es bien sabido, el modelo corporal de la mujer ha ido cambiando con el paso del tiempo; de las caderas anchas y pechos pronunciados, se ha transformado en un cuerpo de aspecto famélico, lo que ha llevado a la mujer a manifestar una mayor preocupación por sus formas corporales e inclusive a estar insatisfecha con ellas, implementando por consiguiente estrategias que le permitan lograr su ideal corporal sin importar que se ponga en riesgo su propia salud (Acosta, Díaz, Gómez, Nuñez y Ortiz-Hernández, 2006).

Cuando hay insatisfacción con la imagen corporal, es seguro que exista una distorsión de la misma, de acuerdo con Guelar y Crispo (2000). Así, la distorsión ocurre cuando la persona observa un cuerpo diferente al que realmente tiene; en este caso, un gran número de mujeres ha desarrollado una percepción errónea de su cuerpo, visualizándolo más grueso de lo que es, como han señalado Kirszman y Salgueiro (2002). Es ese un resultado que coincide con los de este estudio, ya que más de la tercera parte de las mujeres participantes manifestó niveles de insatisfacción corporal que van de leves a graves, indicando que su cuerpo, o algunas partes de este, no eran agradables para ellas y los demás por considerarlo de mayor proporción en comparación con el de sus com-

pañeras; así, al parecer sufrían un déficit sensorio-perceptivo (Sepúlveda, Botella y León, 2001).

En este sentido, se puede decir que la mujer continua siendo un grupo vulnerable a los modelos estéticos corporales de delgadez extrema (Olesti, Baiges, Martín y cols., 2007), ya que, de acuerdo con Toro (1996), se hace creer a la mujer que tener un cuerpo excesivamente delgado le permitirá lograr el éxito y la aceptación, lo que no podrá lograr con un cuerpo obeso, el cual considera el origen de sus fracasos y desgracias (Raich, 1994).

Independientemente de la actividad que se realice, la mujer se ve inmersa en un mundo que le exige cubrir ciertos patrones corporales (Espina, Ortego, Ochoa, Yenes y Alemán, 2001), lo que emprende sin importar el costo, sobre todo en algunas subculturas implicadas en las actividades artísticas, como es el caso de las bailarinas de ballet, quienes muestran porcentajes más altos de insatisfacción corporal, aunque socialmente se les puede considerar en posesión de una imagen corporal saludable y bella (Camacho, Fernández y Rodríguez, 2006). Las exigencias de la profesión, como lo han señalado Betancourt y Díaz (2004), no sólo se basan en el perfeccionamiento de la técnica, sino en todos los aspectos de su vida, como el cuidado del cuerpo y, sobre todo, la dieta; hay que conservar un peso y una silueta estética y estilizada que haga posible ser el punto de expresión

de los deseos más sublimes, aunque esté en riesgo la salud de la bailarina, coincidiendo en este sentido con lo expuesto por diversos autores.

Lo anterior permite señalar que, efectivamente, las estudiantes de bachillerato, al igual que las bailarinas, manifiestan insatisfacción corporal, aunque en porcentajes menores, a pesar de que no forman parte de una subcultura como la de las bailarinas, pero sí de una cultura que comparte un modelo estético ideal que va de delgado a muy delgado (Gómez-Peresmitré y Acosta, 2002). La cultura en general muestra modelos de delgadez que propician el descontento con el propio cuerpo, lo que hace que se busquen medios para lograr un cuerpo delgado.

El presente estudio permite observar que si bien hay grupos en los cuales el cuerpo es una herramienta de expresión y trabajo, también hay otros en los que aparentemente la forma del cuerpo no importa; sin embargo, como se puede apreciar, cada vez son mayores las exigencias que se hacen sobre él, sin importar lo que se tenga que hacer o las estrategias a las que se haya de recurrir para

lograr ese cuerpo tan anhelado, lo cual no se podrá lograr mientras se sufra una distorsión perceptual; entretanto, se pone en riesgo la salud y se desencadenan con frecuencia cuadros psicopatológicos, como los trastornos alimentarios (Osuna, Hernández, Campuzano y Salmerón, 2006; Rivarola, 2003).

Continuar culpando a la sociedad y a la cultura por mostrar e imponer modelos de delgadez extrema no es la solución, pues si bien es cierto que ejercen considerable influencia, al igual que los medios de comunicación –sobre todo los masivos–, no se puede decir que sean los únicos responsables de la insatisfacción corporal; habría que añadir la personalidad, el funcionamiento familiar, las relaciones interpersonales e intrafamiliares, la resiliencia o la formación del autoconcepto. Es necesario, por ende, retomar otros grupos considerados de riesgo, sin perder de vista las muestras comunitarias, en las cuales se pueden detectar graves alteraciones de salud mental, como se demuestra aquí.

REFERENCIAS

- Acosta, M., Díaz, C., Gómez, B., Nuñez, A. y Ortiz-Hernández, L. (2006). Percepción de la imagen corporal, consumo de alimentos y actividad física en estudiantes de un colegio de bachilleres. *Spanish Journal of Community Nutrition*, 12(3), 161-171.
- Acosta, G. y Gómez-Peresmitré, G. (2003). Insatisfacción corporal y seguimiento de dieta. Una comparación transcultural entre adolescentes de España y México. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 9-21.
- Apostolides, M. (1999). *Vencer la anorexia y la bulimia*. Barcelona: Urano.
- Barry, D.T. y Garner, D.M. (2001). Eating concerns in East Asian immigrants: Relationship between acculturation, self-construal, ethnic identity, gender, psychological functioning, and eating concerns. *Eat & Weight Disorders*, 6(2), 90-98.
- Betancourt, H. (2003). *Estilo de vida de las bailarinas de la Escuela Cubana de Ballet*. En Memorias del V Taller Internacional Mujeres en el Siglo XXI. Publicación digital. La Habana.
- Betancourt, H. y Díaz, M. (2004). Hábitos de vida y salud reproductiva de bailarinas de la Escuela Cubana de Ballet. *Mneme, Revista Virtual de Humanidades*, 11(5). Disponible en línea: <http://www.seol.com.br/mneme>.
- Camacho, M., Fernández, E. y Rodríguez, M. (2006). Imagen corporal y práctica de física en las chicas adolescentes: Incidencia de la modalidad deportiva. *International Journal of Sport Science*, 2(3), 1-19.
- Cooper, P.J., Taylor, M. y Fairburn, C.G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494.
- Espina, A., Ortego, M.A., Ochoa, I., Yenes, F. y Alemán, A. (2001). La imagen corporal en los trastornos alimentarios. *Psicothema*, 13(4), 533-538.
- Gómez-Peresmitré, G. y Acosta, G.V. (2002). Valoración de la delgadez. Un estudio transcultural (México/España). *Psicothema*, 14(2), 221-226.
- Guelar, D. y Crispo, R. (2000). *Adolescencia: trastornos del comer*. Barcelona: Gedisa.
- Kirszman, D. y Salgueiro, M. (2002). *El enemigo en el espejo: De la insatisfacción corporal al trastorno alimentario*. Madrid: TEA.
- Montero, P., Morales, E.M. y Carbajal, A. (2004). Valoración de la percepción de la imagen corporal mediante modelos anatómicos. *Antropo*, 8, 110-116. Disponible en línea: www.didac.ehu.es/antropo.

- Olesti, J., Baiges, M., Martín, V.N., Riera, S.A., De la Fuente, G.M., Bofarrull, B.J., De la Ricomá, G. y Piñol, J.L. (2007). Valoración de la propia imagen corporal en adolescentes femeninas de 12 a 21 años de la ciudad de Reus. *Enfermería Clínica*, 17(2), 78-84.
- Osuna R., N.I., Hernández P., B. Campuzano, J.L. y Salmerón, J. (2006). Índice de masa corporal y percepción de la imagen corporal en una población adulta mexicana: la precisión del autorreporte. *Salud Pública de México*, 48, 94-103.
- Raich, R. (1994). *Anorexia y bulimia: trastornos alimentarios*. Madrid: Pirámide.
- Rivarola, M. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: su valor predictivo en trastornos alimentarios. *Fundamentos en Humanidades*, 4(7/8), 149-161.
- Román F., M., Mancilla D., J.M., Álvarez R., G. y López A., X. (1998). Evaluación de la imagen corporal como predictor del trastorno alimentario. *Psicología Contemporánea*, 5(5), 22-28.
- Ronen, T. y Ayelet, M. (2004). *Luchar contra la anorexia: historia de una paciente, su terapeuta y el proceso de recuperación*. México: Paidós.
- Sepúlveda, A.R., Botella, J. y León, J.A. (2001). La alteración de la imagen corporal en los trastornos de la alimentación: un meta-análisis. *Psicothema*, 13(1), 7-16.
- Schilder, P. (1994). *Imagen y apariencia del cuerpo humano*. México: Paidós.
- Toro, J. (1996). *El cuerpo como delito: Anorexia, bulimia, cultura y sociedad*. Madrid: Ariel.